



项目日程表

项目名称：《“衣”起成长》

入项时间：2025.11.21

班级：小2班

项目第2周
(12月1日—12月5日)

项目目标		1. 能独立地完成穿脱裤子、上衣的动作，掌握将反穿衣服翻正的基本方法，提升自理能力。 2. 理解穿衣比赛的基本规则（如快速、整齐等），愿意遵守规则参与比赛，增强规则意识。 3. 在穿衣、比赛过程中锻炼手眼协调、肢体灵活性，培养动作的协调性与敏捷性。 4. 乐于参与集体穿衣活动，体验与同伴合作、竞争的乐趣，增强自信心与集体荣誉感。 5. 愿意主动尝试自己的事情自己做，养成独立、自主的生活习惯，萌发自我服务的意识。				
星期 内容		一	二	三	四	五
晨间 活动	晨间游戏	1. 签到 ：引导幼儿按时入园，签到洗手。进行二次晨检，了解幼儿身体情况及检查幼儿口袋是否有小玩具等物品。 2. 重点区域 ：生活操作区：投放不同款式衣物（松紧裤、带扣衣），练习穿脱与翻正。角色扮演区：扮演“小老师”，互相指导穿衣技巧。 3. 晨间谈话 ：裤子的秘密、脱衣小技巧、衣服穿反怎么办、合作真快乐、比赛规则我知道。				
	户外锻炼	1. 队列练习：能跟着老师有序站点排直队伍，站姿挺拔。 2. 律动、早操：师幼一起律动、早操，要求动作合拍有力。				
		集体游戏：熊猫滚球 （球区） 尝试直线滚球	集体游戏：穿越火线 （跑酷区） 尝试弯腰走	集体游戏：翻小山 （探险1区） 尝试翻过攀爬架	集体游戏：走吊桥 （探险2区） 尝试过吊桥	集体游戏：射门 （足球场） 尝试射门
		分散活动：重点指 导跑在对应跑道	分散活动：重点指 导翻越三脚架	分散活动：重点指导 走滑索	分散活动：重点指导 用脚踢球	分散活动：重点指导 固定人数玩蹦蹦床
集体活动	综合《穿裤 我能行》 （了解并学穿 裤子）	综合：《脱衣 有方》（知道脱 衣服的方法，学习 合作互助）	综合：衣正衣反 （学会辨认衣服正 反并掌握翻衣技巧）	综合：比赛规则我 知道 （了解并掌握穿衣比 赛的规则）	穿 衣 大 比 拼	
上午 游戏	区域活动	骨碌碌小山坡	美术室	快乐骑行		
下午 活动	分享并解决穿裤 子遇到的问题	上衣大比拼	沙池	光荣代表落谁家		分享成长体验
日常 渗透	1. 在午睡前后，引导幼儿自主穿脱衣物，鼓励幼儿相互帮助，提醒幼儿检查衣物是否穿整齐。 2. 开展“穿衣小挑战”微型游戏，如“穿裤子比赛”“快速翻正衣服”，让幼儿巩固技能。					
家长 工作	1. 建议家长在家中为幼儿提供自主穿脱衣物的机会，减少包办代替。 2. 与幼儿共同制定穿衣小计划，记录幼儿一周穿衣进步，家园共育助力幼儿掌握穿衣技能。					
环境 资源	PBL 板、区域材料的提供等					



表扬栏

表扬上周自己穿裤子的小朋友

(以下名单按照学号顺序排列)：

沈亦安 贾奕儒 赵心乐 袁沐晞 汤天昊
石钦锐 周鑫铭 汤嘉诚 陈禹铭 李文远
倪乐行 严语昕 季妍初 马若瑶 范艺涵
沈苑柠 陈漪诺 李金静 倪乐知



帮孩子改掉任性毛病的几种方法

一、防患于未然

孩子的任性表现，一般也有规律。您可以留意观察孩子在什么情况下容易犯犟劲，当这种情况临近时，您可以事先向孩子提出要求，“约法三章”。比如孩子和祖辈在一起容易任性，那么您带他到姥姥家去之前，就该打打“预防针”。

二、说理引导

孩子有些要求是无理的或不能满足的，您应赶紧利用童话、故事等方式，给孩子讲清道理，这常常可以避免孩子犯犟。但一定要及时，别等孩子犟劲上来了再去说理。

三、激将夸奖

小孩子好胜，更喜欢“听好话”“戴高帽”。在孩子出现任性的初期，您或者顺向地夸奖他的某一长处，为孩子“转变”找台阶，或者反向地激将，说他“不会怎样，不能怎样”，孩子可能就来了“我能……”的劲。这样，也往往使孩子摆脱任性的情绪状态。

四、注意转移

经常看到这样的情形：孩子非常任性地要做不该做的事，大人非要阻拦不可，但说也不听打也不行，一个要干，一个要拦，相持不下局面尴尬。若恰在这时推门进来一个生人或发生一件新奇的事，孩子立刻被吸引过去，犟劲不消自灭了。这是因为孩子的注意转移了。孩子的注意是容易转移的。您可以在孩子出现任性行为时，利用当时的情境特点，设法把孩子的注意力，转移到能吸引孩子的一些别的、新颖的事物上去。这一方法在任性初起时更灵。

五、不予理睬

前苏联英雄舒拉小时候也有过任性哭闹的毛病。一次他非要在饭前吃粉羹(通常饭后吃的一种食物)不可，为此大声哭闹起来。爸爸、妈妈并没有哄他，而是先后走了出去，屋里只剩舒拉自己。开初，他仍然大声哭闹，过了一阵，不见回音，没有听众还哭给谁听？自觉没趣也就收场了。这启示我们，在孩子任性地耍脾气时，您在料定没什么“安全问题”的情况下，就可以不去理睬他，听任他闹一阵子。等他不闹了再说理。这种方法需要您一不要太性急，二不要心太软。

六、自我强化

孩子任性的行为所导致的结果对自己也有强化作用，结果令人满意是正强化，孩



子就会继续这一行为；结果令人痛苦则是负强化，孩子就自发地改变这一行为。这可以叫“自我强化”。利用这一规律可以矫治孩子任性的毛病。比如，孩子一犯拧劲不吃饭，拿不吃饭要挟大人。那么好，您就赶快收拾饭桌，让孩子好好饿一顿。这饿肚子的感觉就是最好的负强化。再如开头提到的，没到穿裙子的季节孩子犯拧非穿不可，如果其它办法不管用了，那么就让孩子去穿，受凉挨冻就是最好的教育。采用这一方法，一是要确保后果对孩子身心没多大的伤害，二是大人要狠狠心。