

## ♪ 饮食营养要均衡

1、孩子脾胃稚嫩，冬季在保证一日三餐正常进食的情况下，少吃油腻、不易消化的油煎食品。

2、孩子饮食以蔬菜为主，适量添加肉食，避免孩子肺热不能排出，出现发热、咳嗽等症状。

3、冬季应多吃富含维生素的食物，且以时令蔬菜为主，有效增强身体免疫力。

4、及时补充水份。冬季气候干燥，加上室内空调、暖气，孩子容易出现口干、鼻干和咽干等缺水症状。



## 第十六周工作计划

班级：中5班 实施主题：可爱的动物 日期：12月15日—12月19日 带班老师：王、刘老师

| 工作要求   | 1. 初步了解自然界中人与动物、动物与动物、动物与植物间相互依存的关系。（主题目标）<br>2. 学做器械操。学习拿放器械的常规。（主题目标）<br>3. 能够通过目测比较粗细和宽窄，能“记录”7以内两个序列的排序。（主题目标）<br>4. 喜欢阅读绘本，能按页码翻阅，爱护图书。（常规目标）<br>5. 饭后主动擦嘴、漱口，将餐具放回指定位置。（保育目标）   |                         |                                |                                 |                                 |
|--------|---|-------------------------|--------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| 星期一    | 星期二   | 星期三                     | 星期四                            | 星期五                             |                                 |
| 接待     | 1. 热情接待幼儿，引导幼儿在户外点位集合。与幼儿打招呼或者引导幼儿进行同伴间互动。<br>2. 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。   |                         |                                |                                 |                                 |
| 晨间游戏   | 1. <b>签到：</b> 热情接待幼儿入园，引导幼儿按照自己的学号进行签到。<br>2. <b>重点区域：</b> 建构区：引导幼儿了解动物的主要特征，选用合适的建构材料，综合运用架空、延长、组合等建构技能，表现出动物的家。（重点指导）<br>益智区：提供6个不同小动物的图片并给它们分别写上1~6的编号，再提供一列有6节车厢的小火车图片，车厢按照顺序写上1-6的编号。引导幼儿按小动物编号的顺序将其对应贴入小火车的车厢中。<br>3. <b>晨间谈话：</b> 爱护动物小约定、小兔子喜欢吃什么等。 |                         |                                |                                 |                                 |
| 晨间活动   | 1. 队列练习：在教师的引导下练习向前合并走，引导幼儿保持适当间距。<br>2. 律动、早操：乐意跟随音乐，模仿老师动作，进行韵律活动。  |                         |                                |                                 |                                 |
| 户外运动   | 集体游戏：一圈到底<br>(篮球)<br>尝试定点拍球   | 阳光大运动                   | 集体游戏：蜗牛赛跑<br>(滑索)<br>有序排队游戏    | 阳光大运动                           | 集体游戏：压路机<br>(骑行)<br>障碍骑行        |
|        | 分散活动：重点指导<br>幼儿找空地练习  |                         | 分散活动：重点指导<br>幼儿滑过障碍            |                                 | 分散活动：重点指导<br>幼儿遵守交通规则           |
| 学习活动   | 科学：金鱼和鲫鱼<br><br>了解金鱼和鲫鱼的身体特征  | 语言：七彩虾<br><br>学会关心、帮助别人 | 健康：小鱼快跑<br><br>初步掌握手脚着地屈膝爬行的方法 | 美术：有趣的螃蟹<br><br>用自己喜欢的方式表现螃蟹的外形 | 综合：美丽的海洋<br><br>介绍自己所知道的有关海洋的知识 |
| 上午游戏   | 角色游戏  | 科发室：重点指导探索磁铁秘密          | 区域游戏                           | 区域游戏                            | 美术室：重点指导毛线编织                    |
| 下午户外活动 | 自然成长：重点指导制作树叶帐篷   | 沙水区：重点指导搭建城堡            | 角色游戏                           | 角色游戏                            | 乐高：重点指导搭建小兔子的家                  |
| 日常生活   | 1. 散步时观察幼儿园所饲养的小动物，在阅读区阅读有关的动物绘本。<br>2. 进餐时保持安静，在一定时间内吃完饭菜，不吃冷饭冷菜。  |                         |                                |                                 |                                 |
| 家长工作   | 1. 请家长引导幼儿以绘画日记的方式展示幼儿与动物之间发生的趣事。<br>2. 建议家长周末带孩子去“动物主题亲子打卡地”，家附近的宠物公园、城市动物园等。  |                         |                                |                                 |                                 |

## 七彩虾

虾公公老了，游不动了，只能躺在河底。

小青鱼经常去陪虾公公，还背他去河面上看彩虹。虾公公很喜欢彩虹，觉得彩虹像一只七彩虾。可彩虹一会儿就不见了，虾公公失望极了。

小青鱼就去找朋友帮忙，请他们把自己涂成一条七彩鱼。当小青鱼弓着身子游到虾公公身边时，虾公公开心极了，他轻声地说：“真是一只七彩虾呀，我一直想着你。”“我也是！”小青鱼高兴地回答。

他就这么弓着身子，陪伴着虾公公，虾公公觉得真快乐。



## **表扬栏**

**吃饭新星:** 吴攸、陆祎泽

**艺术新星:** 王沐辰、高宁辰

**能力新星:** 顾吴祺、吴子芮

