

冬日保健

一、保护幼儿皮肤

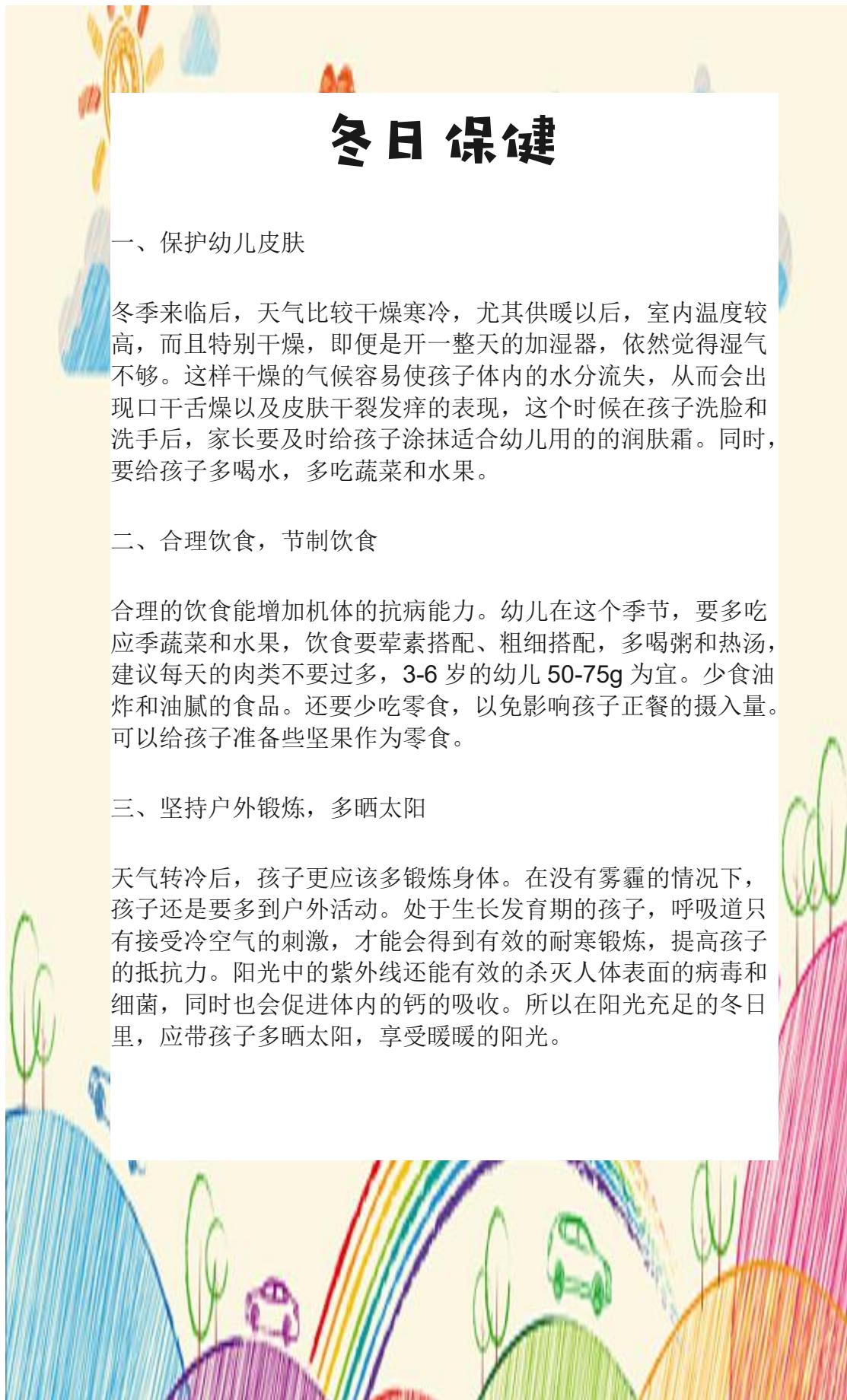
冬季来临后，天气比较干燥寒冷，尤其供暖以后，室内温度较高，而且特别干燥，即便是开一整天的加湿器，依然觉得湿气不够。这样干燥的气候容易使孩子体内的水分流失，从而会出现口干舌燥以及皮肤干裂发痒的表现，这个时候在孩子洗脸和洗手后，家长要及时给孩子涂抹适合幼儿用的润肤霜。同时，要给孩子多喝水，多吃蔬菜和水果。

二、合理饮食，节制饮食

合理的饮食能增加机体的抗病能力。幼儿在这个季节，要多吃应季蔬菜和水果，饮食要荤素搭配、粗细搭配，多喝粥和热汤，建议每天的肉类不要过多，3-6岁的幼儿50-75g为宜。少食油炸和油腻的食品。还要少吃零食，以免影响孩子正餐的摄入量。可以给孩子准备些坚果作为零食。

三、坚持户外锻炼，多晒太阳

天气转冷后，孩子更应该多锻炼身体。在没有雾霾的情况下，孩子还是要多到户外活动。处于生长发育期的孩子，呼吸道只有接受冷空气的刺激，才会得到有效的耐寒锻炼，提高孩子的抵抗力。阳光中的紫外线还能有效的杀灭人体表面的病毒和细菌，同时也会促进体内的钙的吸收。所以在阳光充足的冬日里，应带孩子多晒太阳，享受暖暖的阳光。



第十八周工作计划

班级：中5班 实施主题：可爱的动物 日期：12月29日—1月4日 带班老师：刘、王老师

工作要求	1. 能通过细致观察动物皮肤的局部特征，准确推断对应的动物，感知整体与局部的关联，发展观察比较和推理能力。（主题目标） 2. 观察并描述多种动物尾巴的外形特征，能区分不同动物的外形差异。（主题目标） 3. 学习看信号向指定方向快速跑，能较灵活地躲闪、避让。（主题目标） 4. 有序参与活动，主动将玩具归类并摆放在指定位置。（常规目标） 5. 遵守饮水规则，排队接水，口渴时能主动饮水。（保育目标）						
星期内容	一	二	三	四			
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。 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. 签到： 热情接待幼儿入园，引导幼儿按照自己的学号进行签到。 2. 重点区域： 生活区：给动物穿毛衣：提供小动物底板、毛线若干，幼儿学习将毛线均匀缠绕在小动物底板上。（重点指导） 益智区：提供若干的动物拼图若干，引导幼儿根据样图将拼图拼完整，拼的过程中了解动物的外形特点。 3. 晨间谈话： 你知道哪些动物会冬眠、你觉得哪个动物的本领最厉害等。						
晨间活动	户外运动	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。 2. 律动、早操：乐意跟随音乐，模仿老师的动作，进行韵律活动。					
		集体游戏：爆米花（骑行） 尝试障碍骑行	集体游戏：糖葫芦（投掷区） 锻炼上肢力量	集体游戏：123木头人（平衡区） 双手张开走平衡			
学习活动	科学：动物的花花衣 能通过观察了解动物皮肤的特征 语言：小壁虎借尾巴 通过故事，了解一些动物尾巴的用处 健康：灵活的小老鼠 学习看信号向指定方向快速跑 美术：大熊猫 能用绘画方式表现大熊猫的外形特征						
上午游戏	角色游戏	科发室：重点指导认识哈哈镜	区域游戏	美术室：重点指导编麻花辫			
下午户外活动	种植区：重点指导观察青菜	自然成长：重点指导制作树叶帽子	角色游戏	一楼建构：重点指导搭建南极冰屋			
日常生活	1. 认识安全通道的标志，知道安全通道的作用。 2. 帮助幼儿认识哪些是危险的东西，提醒幼儿危险的东西不能玩。						
家长工作	1. 请家长在家和幼儿进行亲子阅读动物相关绘本，加深幼儿的了解。 2. 家长可以陪孩子观看动物类科普节目，激发幼儿对动物的好奇心。						

动物怎样过冬

这个冬天已经过去了，沉睡中的大地和地底的生物也逐渐苏醒了，
揭秘十种动物的冬眠方式，原来它们是这样睡觉的——

1.蛇——集体冬眠

2.熊——大吃大喝

3.蝙蝠——倒立半年

4.刺猬——缩成一团

5.乌龟——一动不动

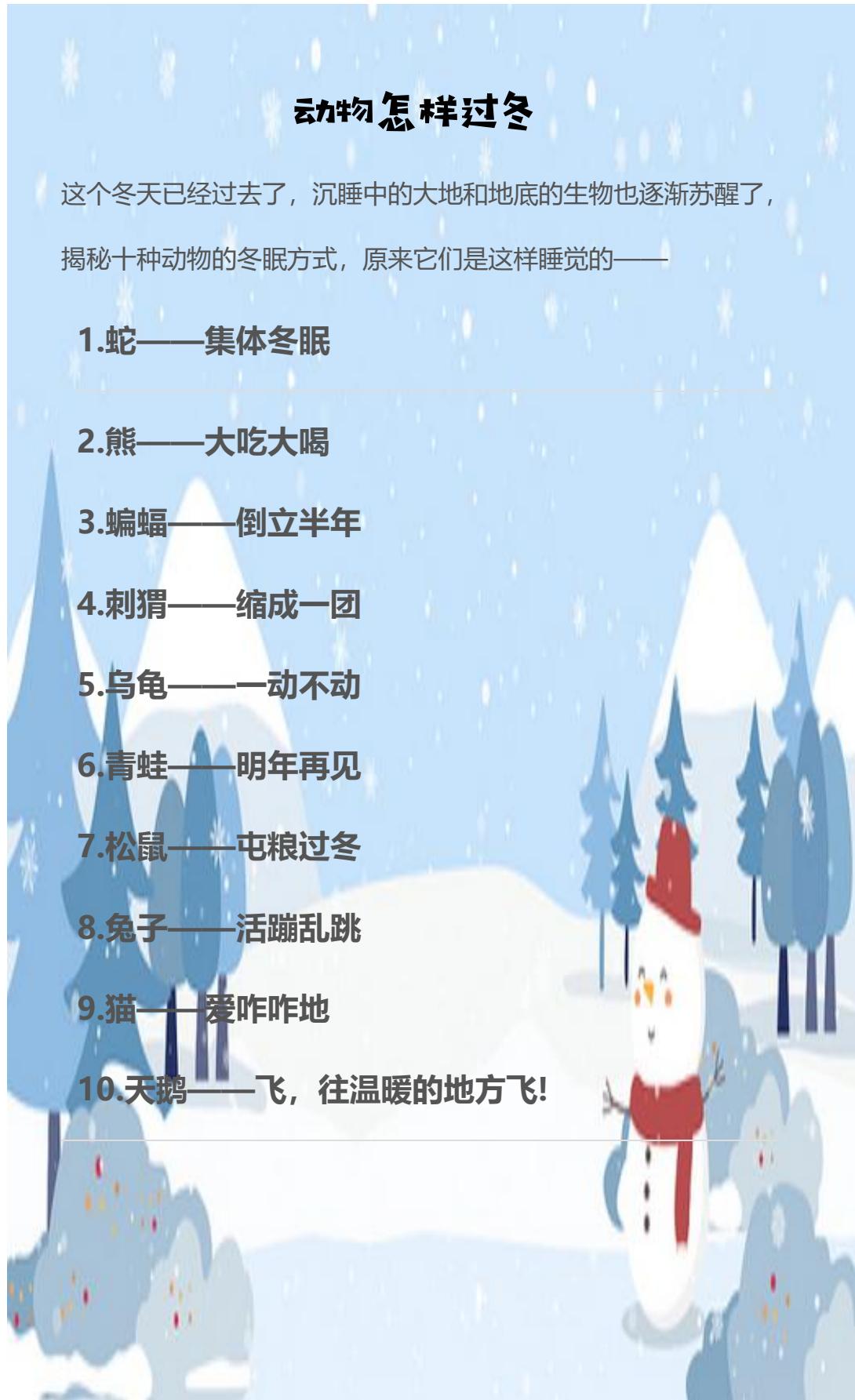
6.青蛙——明年再见

7.松鼠——屯粮过冬

8.兔子——活蹦乱跳

9.猫——爱咋咋地

10.天鹅——飞，往温暖的地方飞！





表扬栏

吃饭新星: 张筱可、钱宣淇

艺术新星: 吴湛、李一诺

能力新星: 翟诗睿、吴攸