

第 十九 周工作计划

班级：大3班 实施主题：一桌年夜饭 日期：1月5日—1月9日 带班老师：郑、沈老师

工作要求	<p>1. 了解年夜饭的传统意义，认识常见年夜菜的名称、食材及寓意，知道不同地区年夜饭的特色习俗，感受团圆的文化内涵。（主题目标）</p> <p>2. 能积极参与年夜菜讨论，大胆表达自己喜欢的菜品及理由，学会与同伴分工合作，共同完成班级年夜菜的制作。（主题目标）</p> <p>3. 了解饮食的健康搭配原则，养成细嚼慢咽的好习惯（保育目标）</p> <p>4. 能遵守活动秩序，主动整理餐具、清理桌面，养成乐于承担力所能及劳动的习惯。（常规目标）</p>				
星期 内容	一	二	三	四	五
接待	<p>1. 热情接待幼儿来园，与幼儿有礼貌地打招呼。</p> <p>2. 幼儿主动积极与老师有礼貌地打招呼，老师和幼儿问好。</p>				
晨间 活动	<p>1. 签到：能看懂电子时钟，会根据时间进行签到。</p> <p>2. 重点区域：建构区：提供积木、纸盒、瓶盖、管道玩具等材料，引导幼儿合作搭建年夜饭餐桌，能规划搭建布局，合理分配材料，；益智区：提供年夜饭主题拼图等材料，引导幼儿独立完成拼图、配对、排序游戏，能根据食物特征、数量关系进行分类与对应。</p> <p>3. 晨间谈话：过年啦、我家的年夜饭、年夜菜里的吉祥如意等等。</p>				
	<p>1. 队列练习：按学号排队，行进中可以紧靠旁边的小朋友。</p> <p>2. 律动、早操：能跟随音乐自由律动，学会新早操并能随音乐变换队形。</p>				
	集体游戏：打地鼠 (综合1区) 练习反应速度	阳光大运动	集体游戏：小雪花 (探险2区) 锻炼队伍配合	阳光大运动	集体游戏：射门 (综合2区) 尝试绕障碍踢球
	分散活动：重点指导 快速通过轮胎山		分散活动：重点指导 幼儿平稳快走		分散活动：重点指导 根据指令游戏
学习活动	讨论：这些菜合适吗 大胆分享	综合：这道菜怎么做 了解制作过程	综合：菜单交流会 合作分享	美术：设计菜单海报 小组合作	综合：材料需多少 了解菜品所需材料
上午 游戏	星光小舞台	创意社	农乐园	蓬蓬乐园	过家家
下午 户外 活动	投票： 我们组做什么菜	采访： 菜可行性吗	游戏活动 (重复班级调整)	游戏活动	游戏活动
日常生活	<p>1. 引导幼儿定时喝水、操作后洗手涂霜护皮肤，养健康习惯助参与。</p> <p>2. 鼓励幼儿认肉类蛋坚果等高热食材，学择洗备料增体质添年味。</p>				
家长 工作	<p>1. 引导家长与孩子共探年夜饭菜谱寓意，收集家庭老照片分享故事，助其悟饮食文化根脉。</p> <p>2. 鼓励家长与孩子讨论班级年夜菜分工，协商选菜备料角色及食材，培合作规划意识。</p>				
环境 创设	<p>1. 创设迷你年夜饭小景，用黏土制仿真菜、红布铺桌布，引幼儿观景创想添场景感。</p> <p>2. 开设年夜饭菜单设计角，供幼儿画创意菜单、标吉祥话，展个性构思激创作欲。</p>				
本周 反思					



大班保健知识

冬季气候干燥、冷空气频繁，加上室内尘螨、宠物毛发等过敏原增多，过敏性鼻炎成为困扰不少大班孩子的常见问题。孩子若出现频繁打喷嚏、流清水样鼻涕、鼻子发痒、揉鼻子揉眼睛等症状，可能是过敏性鼻炎发作的信号。为帮助孩子缓解不适、减少发作，我们特别整理了这份防护提示，愿家园携手为孩子筑起鼻部健康防线。

首先，做好“过敏原规避”是关键。家长可留意孩子接触哪些物品或环境后容易出现不适，常见过敏原包括尘螨、花粉、宠物毛发、霉菌等。日常要定期清洁孩子的卧室，每周用 55℃ 以上的热水清洗床单、被套、枕套，减少尘螨滋生；避免在室内养宠物，若已有宠物需每天梳理毛发、清洁宠物窝；冬季花粉较少，但外出时若遇雾霾或大风天气，可给孩子佩戴纯棉口罩，减少冷空气和粉尘对鼻黏膜的刺激。

其次，强化“鼻部日常护理”很重要。每天早晚可用生理盐水喷雾或洗鼻器为孩子清洗鼻腔，帮助冲洗掉鼻腔内的过敏原和分泌物，保持鼻腔湿润；提醒孩子不要用力揉鼻子，避免损伤鼻黏膜引发感染，若鼻子发痒可轻轻按压鼻翼两侧缓解；室内可使用加湿器，将空气湿度控制在 40%-60%，避免干燥空气刺激鼻腔，加重不适。

最后，密切“观察症状 + 及时干预”不可少。若孩子鼻炎症状较轻，可通过规避过敏原、加强护理缓解；若症状频繁发作，如每天打喷嚏超过 10 次、鼻涕不断影响睡眠和进食，或出现鼻塞导致张口呼吸，需及时带孩子就医，在医生指导下使用儿童专用的抗过敏药物，切勿自行给孩子用药。同时，请及时告知班级老师孩子的鼻炎情况，老师会在园提醒孩子多喝水、避免接触园内已知过敏原，若孩子在园出现不适也会及时联系家长。

表扬积极练习跳绳的小朋友

焦辰阔

张颂玥

朱晓熙

邓晨瑾

王鹤鸣

王佳钰

顾嘉名

王昕琪

黄彦鸣

王昱苏

朱予安

徐晨逸

姚答李

周依堇

黄泽之

张悦苒

杨文煊

潘裕琬

周睿宸

蔡仁玟华

武赫奕

王悦颖

冯博宇

李梓涵

高雨晴

邢喜雅

