

冬季幼儿保健

冬季幼儿保健小常识一：保护皮肤。冬季寒冷干燥，幼儿皮肤中的水分散失较多，皮脂腺分泌较少，皮肤容易出现干裂发痒，要让幼儿多吃蔬菜、水果，多喝开水，并常用热水洗手、脚、脸，再适当搽点护肤霜。

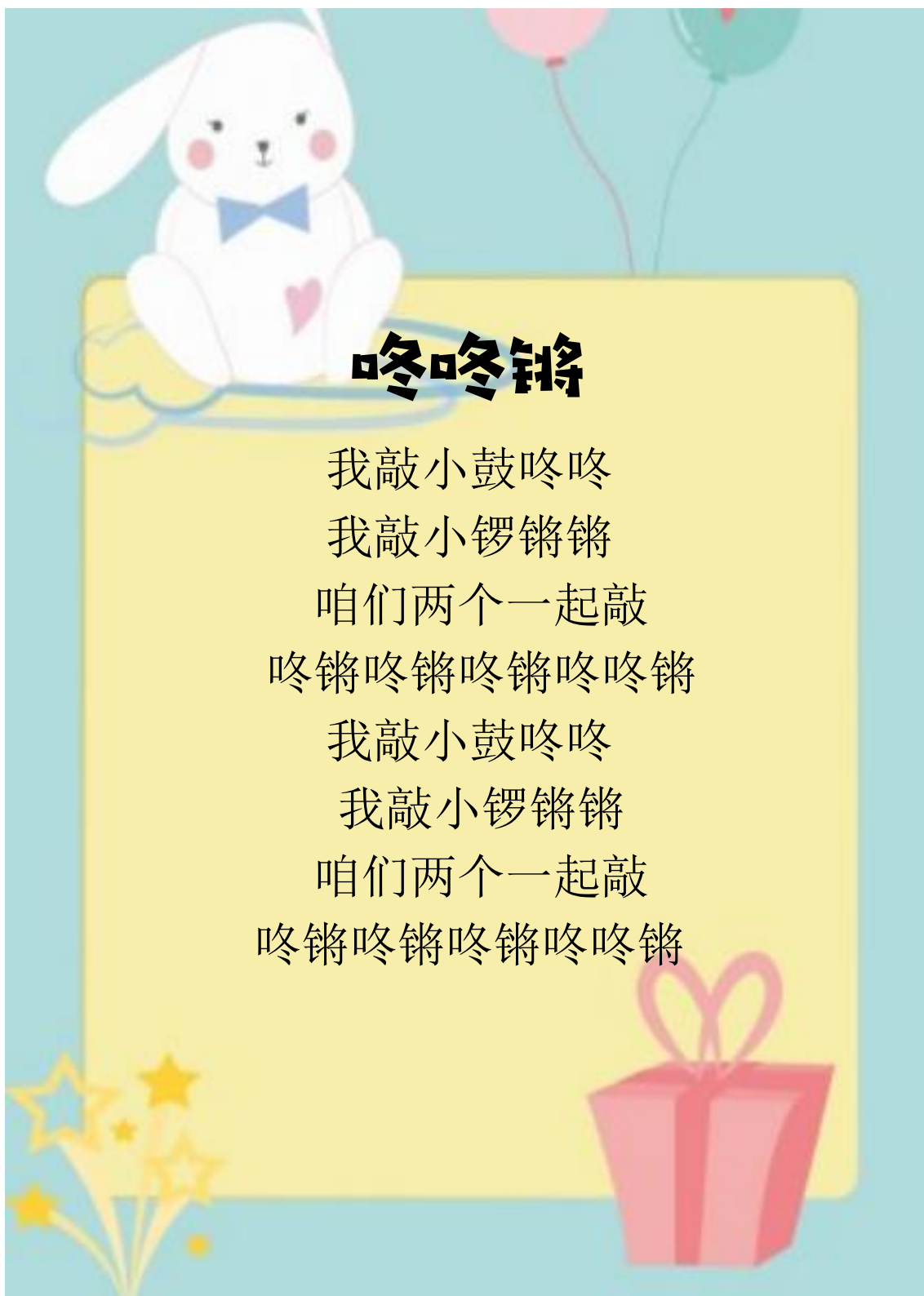
冬季幼儿保健小常识二：坚持户外活动。有些父母惟恐孩子冻着，天气一凉，就不让小儿出屋，小儿呼吸道长期不接受外界空气的刺激，得不到耐寒锻炼，接触了感冒病人后，因对病原菌抵抗力差，很易患病。所以，应该坚持让小儿做户外活动，天气冷可选择太阳光充足、风较小的时候，让小儿在大自然中活动半小时到一小时，可提高小儿的体质。同时不坐凉地：冬季地面温度很低，幼儿坐在上面，体内的热量就会大量散失，容易感冒、腹泻。

冬季幼儿保健小常识三：合理饮食。冬季是感冒的高发季节，合理的饮食能增加机体的抗病能力。母乳不仅是孩子体格和智力发育的最佳食品，含有对呼吸道黏膜有保护作用的几种免疫球蛋白，可减少呼吸道疾病的发生。除了母乳喂养外，应根据小儿生长发育的需要，及时添加辅食，补充富含维生素的食物，如新鲜的水果、蔬菜、蛋鱼及肉类，均衡营养，防止偏食及挑食，以防维生素及微量元素缺乏使小儿机体抵抗力下降，适量补充水分，防止呼吸道干燥，以减少呼吸道疾病的发生。

第 二 十 二 周 工 作 计 划

班级：中 5 班 实施主题：冬爷爷的礼物 日期：1 月 26 日—1 月 30 日 带班老师：刘、王老师

工作要求	1. 能与同伴感受下雪天的美景和人们在下雪天的快乐情绪。（主题目标） 2. 喜欢拜年活动，愿意用语言来表达自己的新年祝福。（主题目标） 3. 了解简单的预防感冒的知识，知道对着别人打喷嚏是一件不卫生，不礼貌的事。（主题目标） 4. 会搬椅子，一手握椅背，一手托椅身，轻拿轻放，知道爱护桌椅。（常规目标） 5. 接了水离开接水区喝水，排队的小朋友站好等候，不推不挤。（保育目标）				
星期 内容	一	二	三	四	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。 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 ：建构区：新年灯笼，利用各种材料（如纸杯、树枝、饮料瓶等）搭建新年的灯笼。搭建完后，请幼儿在集体中介绍自己的作品。（重点指导） 美工区：提供彩纸、棉花、胶水等材料，引导幼儿制作“冬天的雪花”作品。 3. 晨间谈话 ：冬天的故事、冬天的天气等。				
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。 2. 律动、早操：乐意跟随音乐，模仿老师的动作，进行韵律活动。				
户外 运动	集体游戏：接力旋风（足球） 尝试对准目标踢球	阳光大运动	集体游戏：快乐传递（投掷区） 尝试肩上挥臂投掷	阳光大运动	集体游戏：青蛙跳高（骑行） 掌握前脚掌蹬地跳起
	分散活动：重点指导用脚内侧发力		分散活动：重点指导手腕用力进行投掷		分散活动：重点指导跳跃时先屈膝
学习 活动	数学：三角拼图 体验图形的空间变化。	语言：下雪天，像过节 理解诗歌的内容有表情地朗诵诗歌	健康：打喷嚏 了解简单的预防感冒的知识	音乐：咚咚锵 熟悉音乐旋律感受乐曲的欢快	社会：拜年 了解拜年的相关礼节要求。
上午 游戏	角色游戏	科发室：重点指导魔法雪花实验	区域游戏	区域游戏	美术室：重点指导编织小雪花
下午 户外 活动	自然成长：重点指导植物拼贴画	种植园：重点指导观察菜地里的萝卜	角色游戏	角色游戏	沙水区：重点指导堆雪人
日常 生活	1. 加强生活自理能力教育，知道的事情自己做，懂得保护自己，并注意控制快慢节奏。 2. 了解同伴身上的优点，引导幼儿学习这些优点，养成认真倾听的良好习惯。				
家长 工作	1. 天气寒冷，提醒家长做好幼儿的保暖工作。 2. 请家长和幼儿一起探讨冬季保暖小妙招，并与同伴交流。				



咚咚锵

我敲小鼓咚咚

我敲小锣锵锵

咱们两个一起敲

咚咚锵锵咚咚锵锵

我敲小鼓咚咚

我敲小锣锵锵

咱们两个一起敲

咚咚锵锵咚咚锵锵

表扬栏

吃饭新星： 吴湛、李一诺

艺术新星： 翟诗睿、顾星辰

能力新星： 吴攸、洪钦

