



第二十二周工作计划

班级：小3班 实施主题：冬天到 日期：1月26日—1月30日 带班老师：陆、姚老师

工作要求		1. 了解冬季自我保护的基本方法，能根据天气变化主动增减衣物。（主题目标） 2. 能跟随音乐节奏做动作，表现出音乐的欢快或有力情绪，在集体游戏中理解规则含义，初步学会遵守规则、友好合作。（主题目标） 3. 参与阳光充足时段的户外体育活动，通过跑跳、钻爬等游戏增强体质。（保育目标） 4. 户外游戏时遵守规则，不擅自离开集体，听从老师指令。（常规目标）				
星期	内容	一	二	三	四	日
	接待	1. 热情接待幼儿，幼儿自主签到。 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。				
晨间活动	晨间游戏	1. 签到：教师引导幼儿进行签到。 2. 重点区域：语言区：提供关于冬天和新年的绘本，引导幼儿喜爱新年的到来。益智区：提供“雪花数字卡”“新年糖果计数盒”，引导幼儿进行1-10的点数、配对、排序游戏，巩固数学认知。 3. 晨间谈话：冬天的风、我的围巾、冬天的保暖用品				
	户外锻炼	1. 队列练习：一个跟着一个拉衣服开火车练习。 2. 律动、早操：能跟着老师一起合拍地做动作。				
		集体游戏：快乐滑梯 (综合1区) 关注幼儿滑梯方式	集体游戏：踢一踢 (球区) 引导幼儿正确踢球	集体游戏：翻山越岭 (跑酷区) 尝试翻越山坡	集体游戏：翻越高山 (探险1区) 尝试穿越“障碍”	集体游戏：冒险家 (探险2区) 尝试保持平衡
		分散活动：重点指导滑滑梯安全	分散活动：重点指导踢球技巧	分散活动：重点指导跨越动作	分散活动：重点指导爬山技巧	分散活动：重点指导攀爬能力
学习活动		语言：北风吹 了解冬天景物变化	美术：漂亮的围巾 双手搓揉纸团并粘贴，来装饰围巾	综合：好喝的汤 感受动物分享食物的快乐	健康：温暖的手套 了解手套，初步学套手套	音乐：北风爷爷别神气 学唱歌曲，神气、自豪地演唱
上午游戏		创意社 重点指导幼儿进行创意搭建	美术室 重点指导幼儿进行新年折纸	过家家 重点指导幼儿进行角色扮演	区域活动	区域活动
下午户外活动		图书室 重点指导幼儿安静看书	区域活动	区域活动	星光小舞台 重点指导幼儿进行表演	遇见陶木舍 重点指导幼儿进行创作
日常生活		1. 引导幼儿留意周围成人的冬季活动，如环卫工人清扫路面、交警指挥交通等，学习他们不怕寒冷、坚持工作的精神。 2. 午睡时提醒幼儿盖好被子，避免着凉。				
家长工作		1. 请家长配合幼儿园，督促幼儿养成早睡早起的良好作息，保证充足的睡眠。 2. 建议家长培养幼儿冬天不怕冷，坚持按时上幼儿园，不随意缺勤，培养幼儿的毅力与责任感。				
环境创设		1. 美工区提供条形彩纸，让幼儿做彩练装饰教室。 2. 创设《冬天到》主题海报，请幼儿收集各种冬季生活用品图片张贴在主题墙上，供幼儿认识。				



洋葱穿衣法”不是穿得最多，而是穿得最对

一月寒潮频发，很多家长担心孩子着凉，里三层外三层裹得严严实实，结果孩子一活动就大汗淋漓，一脱衣反而更容易感冒。其实，冬季穿衣的关键不是“厚”，而是“合理分层、灵活调节”。

推荐采用“洋葱式穿衣法”：内层选择吸湿排汗的纯棉秋衣；中层穿保暖性好的毛衣或抓绒衣；外层穿防风防水的外套。这样既能锁住体温，又方便根据室内外温差增减衣物。特别提醒：孩子在幼儿园活动量大，建议避免穿连体衣、高领毛衣或带绳带的衣物，以免影响活动或造成安全隐患。

回家后，不要一进门就急着脱外套！先让孩子在室内适应 5-10 分钟，等体温平稳后再脱，避免冷热骤变刺激呼吸道。睡觉时，选择保暖睡袋比盖厚被更安全——既能防止踢被着凉，又避免蒙头风险。

此外，别忽视手脚和头部的保暖。一顶薄棉帽、一双干爽袜子，能有效减少热量散失。但若孩子手心出汗、脸颊发红，说明穿多了，请及时调整。

穿衣是门“科学”，更是对孩子身体信号的尊重。让我们用智慧代替焦虑，帮孩子穿得暖、动得欢、病得少！