



育儿知识：

幼儿心理健康宣传

幼儿的心理健康，藏在每一个细微的日常行为里。年幼的孩子不会直接说出“我很自卑”，但他们的退缩、回避与自我否定，都是在向家长传递心理信号。以下典型表现，是孩子自卑的核心预警，家长一定要及时捕捉、科学引导，守护孩子的自信心与成长底气。

一、做事畏缩没主见，拒绝独立尝试

具体表现：遇到小事就习惯性依赖家长、老师，不敢自己做决定；面对穿衣、整理玩具、课堂回答问题等力所能及的事，总下意识说“我不会”“我不行”，害怕动手实践，更害怕犯错被批评，哪怕尝试也会畏首畏尾。

科学对策：家长要学会“适度放手”，给孩子留出独立做事的空间，从穿衣、吃饭、整理绘本、摆放碗筷等简单小事入手，一步步锻炼孩子的动手能力和自主意识。哪怕孩子做得不够完美、进度缓慢，也不要挑剔、指责，要抓住每一个小进步及时肯定，比如“你今天自己穿好了鞋子，不用妈妈帮忙，真厉害！”“你试着整理了玩具，已经很棒啦”，让孩子在一次次肯定中，慢慢积累“我能行”的自信心。

二、回避竞争与展示，惧怕他人评价

具体表现：抗拒参加幼儿园的比赛、才艺展示、课堂发言等活动，不敢在众人面前表现自己；即便有能力做好某件事，也会找“我不想去”“我做不好”等借口退缩，内心极度害怕自己表现不佳，被同伴嘲笑、被老师否定。

科学对策：彻底摒弃“攀比式教育”，多关注孩子自身的成长与进步，做“纵向对比”——比如“你这次敢主动举手发言，比上次勇敢多了”“你这次整理玩具比上次更整齐，进步很大”。不要强迫孩子参与竞争，先从小范围展示开始，比如在家给家人表演儿歌、背诵古诗，循序渐进帮助孩子克服恐惧，让孩子明白：努力的过程比最终的结果更重要，哪怕失败，敢于尝试就是一种胜利，也值得被认可。



主题目标:

(1) 快速适应开学节奏, 主动与同伴、老师问候互动, 能用连贯的语言分享假期趣事, 共同制定 3-5 条班级新学期约定, 增强集体归属感与期待感。

(2) 系统回顾幼儿园生活, 能通过照片、作品、故事等形式, 梳理自己学会的 5-8 项关键本领(如自主进食、合作游戏、解决小矛盾等), 理解“成长”的多元内涵, 萌发自豪感。

(3) 熟悉小学的校园设施、作息安排、课堂规则等核心特征, 掌握整理书包、举手发言、时间管理等 3-4 项小学必备基础技能, 能从容应对升学过渡。

(4) 敢于主动提出生活、学习中的疑问, 能与同伴合作设计简单的探究方案, 通过观察、实验、查阅绘本等方式寻找答案, 培养探究兴趣与初步的科学思维。

(5) 能运用手工创作、故事讲述、集体表演、绘画表达等多种形式, 大胆呈现自己的成长故事、探究发现与未来畅想, 提升语言表达、动手操作与艺术表现能力。

(6) 在主题活动中学会分工合作, 能与同伴协商解决活动中的小矛盾, 增强责任意识与团队协作能力, 为小学集体生活奠定基础。

(7) 关注自身情绪变化, 能主动表达对毕业、升学的担忧与期待, 学会用积极的方式调节情绪, 以自信、从容的心态面对角色转变。



第 五 周 工 作 计 划

班级：大 3 班 实施主题：最后一学期 日期：3 月 30 日—4 月 3 日 带班老师：宁、吴老师

工作要求	<p>1. 敢于主动提出生活、学习中的疑问，能与同伴合作设计简单的探究方案，通过观察、实验、查阅绘本等方式寻找答案，培养探究兴趣与初步的科学思维。（主题目标）</p> <p>2. 在音乐、体育等活动中，提升动作协调性，感受音乐节奏与艺术表现的乐趣。（主题目标）</p> <p>3. 根据体感增减衣物，户外活动后及时补充水分，养成自我健康管理的意识与能力（保育目标）</p> <p>4. 能主动与老师、同伴礼貌问好道别，有序参与一日活动各环节，活动结束后自觉整理材料与物品，强化任务意识与规则意识。（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，与幼儿礼貌地打招呼。</p> <p>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。</p>				
晨间活动	晨间游戏	<p>1. 签到：能迅速找到自己的标记图案，根据小组签到。</p> <p>2. 重点区域：科学区：设置“水的浮力”“彩虹形成”“种子发芽”等简易实验，幼儿自主操作、观察、记录，培养探究兴趣与初步的科学思维。 生活区：提供书包、课本、文具，幼儿学习按课程表整理书包，分类收纳文具，掌握生活自理技能，强化任务意识。</p> <p>3. 晨间谈话：动手实验、我想知道、我的探索故事。</p>			
	户外运动	<p>1. 队列练习：跑步走。</p> <p>2. 律动、早操：师幼一起做操，鼓励幼儿动作合拍、到位。</p>			
	集体游戏：打地鼠 练习下蹲起立	阳光大运动	集体游戏：小鼓咚咚 折返跑	阳光大运动	集体游戏：夺红旗 直线快跑 15 米
	分散活动：重点指导 双手交替拍球		分散活动：重点指导 手脚协同爬行		分散活动：重点指导 正确滑行姿势
学习活动	健康：贴烧饼 学习沿曲线追逐跑	语言：大自然的话 感知诗歌的语言和结构等艺术特点	科学：工具用处大 了解生活中经常接触到的一些工具	社会：鲁班的故事 理解观察与思考对发明创造的重要性	音乐：朋友来跳舞 自选材料制作打击乐器
上午游戏	区域游戏	美术室	区域游戏	种植园	自主游戏
下午户外活动	乐高	区域游戏	一楼建构	科学室	区域游戏
日常生活	<p>1. 结合春季气温多变的特点，引导幼儿感知天气冷暖，自主增减衣物。</p> <p>2. 鼓励幼儿参与种植园照料，在生活中发现春天的自然变化，萌发爱护自然的情感。</p>				
家长工作	<p>1. 邀请家长利用周末带幼儿走进自然，观察春天的动植物，和幼儿一起记录探索发现。</p> <p>2. 提醒家长配合幼儿园，引导幼儿参与春季家务劳动，共同培养幼儿生活自理能力。</p>				
环境创设	丰富班级自然角，投放种子、绿植、小工具，支持幼儿观察、照料植物，在与自然互动中萌发探究兴趣。				
本周反思					



表扬栏:

光盘小能手

邓予哲 孙启硕 徐李昕

张铭艺 闫宇辰 高曼灵

小小智多星

青 靖 汪煜安 赵明宸

何 牧 王安然 蒋茉汐

运动小健将

严 霄 胡靖希 吴述卿

杨照临 刘珞然 宋倾允



温馨提示:

春季幼儿疾病宣传小常识

幼儿是一个体抗力最为薄弱的群体，加上春季又是一个疾病多发季节，所以家长和学校都要加强安全防范，以下内容是幼儿园春季传染病预防知识宣传，希望可以帮到大家！

一、流行性感

又称上呼吸道感染，主要表现为：鼻塞、流涕、打喷嚏、音哑和咳嗽、咳痰等主要症状。天气变化时，应注意防寒保暖，多进行户外活动，应经常加强身体锻炼。

注意事项：饮食宜清淡，多喝水。

二、肺炎

肺炎会引起咳嗽、呼吸短促、发烧、呼吸频率加快中的一种或是全部症状。一旦幼儿的感冒如果得不到很好的控制时，尤其是身体虚弱的幼儿容易从感冒发展为肺炎。

注意事项：如果孩子患感冒或者其他呼吸道感染性疾病时，尽量让他与其他孩子隔离，避免传染；室内经常通风；保护孩子不会受到被动吸烟的危害；如有可能，让孩子注射预防肺炎的疫苗，也是预防幼儿得肺炎的一种有效途径。

三、腮腺炎

本病多发生于 5-10 岁的儿童，它是腮腺炎病毒感染引起的传染性疾

病，主要表现为发热、腮腺肿痛、食欲下降等，一般潜伏期为 2-3 周，应对患儿进行隔离，消肿一周后，就不会传染了。

注意事项：

- 1、发现腮腺炎应立即隔离，卧床休息。饮食宜软、易消化，避免酸辣等刺激性食物。因为这些食物易刺激唾液腺分泌，导致局部疼痛加剧。
- 2、多饮开水，保持口腔清洁。