



六月健康小贴士

六月盛夏开启，气温明显升高，雨水增多，湿热交替。这个季节幼儿新陈代谢旺盛，活动量大，需要家长从以下几个方面做好日常护理：

1. 合理安排户外活动时间。

六月阳光强烈，尽量避免在中午 11 点至下午 3 点之间带孩子长时间户外活动。可选择早晨或傍晚阴凉处进行散步、游戏，同时准备好遮阳帽、吸汗巾和充足的饮用水。

2. 关注孩子衣物舒适度。

天气炎热易出汗，给孩子穿纯棉、宽松、浅色的衣物，便于吸汗和散热。随身携带备用 T 恤或毛巾，汗湿后及时擦拭更换，避免汗风吹干引起感冒。

3. 保证充足饮水，预防中暑。

提醒孩子定时喝水，不要口渴了再喝。白开水是最佳选择，也可以适量喝绿豆汤、冬瓜汤等清热饮品。少喝含糖饮料和冰镇水，以免刺激肠胃或引起厌食。

4. 注意饮食卫生与清淡。

六月细菌繁殖快，饭菜要现做现吃，不留隔夜菜。凉拌菜、切开的瓜果要尽快食用。饮食以清淡、易消化为主，如丝瓜汤、蒸鱼、豆腐、粥类等，少吃油炸辛辣食物。

5. 做好防蚊防虫措施。

家中安装纱窗、使用蚊帐，外出时可涂抹儿童专用驱蚊液。勤给孩子洗澡，保持皮肤干爽，减少蚊虫叮咬。被叮咬后避免抓挠，可用肥皂水清洗或涂抹止痒药膏。

6. 保持规律作息和卫生习惯。

夏天昼长夜短，但依然要保证孩子午睡和夜间充足睡眠。教育孩子饭前便后、玩耍后认真洗手，勤剪指甲，不吃手、不揉眼，预防肠道传染病和红眼病。

7. 科学使用空调和风扇。

空调温度建议设置在 26℃ 左右，风口不要对着孩子直吹，使用风扇时不宜固定吹向孩子身体，可摇头或反吹风。夜间睡觉兜或小毛巾被，保护腹部不着凉。



活力小榜样：

李一铎	毛梓宸	阙扬珂	崔翰章
叶润棋	夏云容	王若菲	阙扬珂
刘梓晗	罗昱仁	张清予	董梓萌
王禹诺	夏云容	陈汐玥	任沐晓
陈紫涵	马子棋	鲍晨溪	郑泽贤
黄锦辰			



第十五周工作计划

班级：中5班 实施主题：热闹的夏天 日期：6月8日—6月12日 带班老师：周、王老师

工作要求	1. 能运用较完整的语言讲述夏天的感受，表达夏天带来的快乐和夏天常见的问题。（主题目标） 2. 学会5以内物体数量的分解和组合，体验一个量可以分成两个部分量，两个部分量合起来就是原来的总量。（主题目标） 3. 天气炎热，引导幼儿主动补水、及时擦汗，根据体感自主增减衣物，预防中暑。（保育目标） 4. 户外活动结束能分工合作，主动整理摆放各类户外游戏器材。（常规目标）				
星期内容	一	二	三	四	五
接待	1. 热情迎接幼儿入园，主动问好，细致查看幼儿面色、精神状态，留意夏日出汗情况。 2. 细致检查幼儿随身物品，排查细小危险物件，提醒幼儿入园先适量饮水。				
晨间游戏	1. 来园接待 ：微笑迎接幼儿来园，简单了解幼儿在家吃了什么早餐，运动要适量。 2. 重点区域 ：建构区：夏日游泳池，提供各种形状的木质积木。薯片、罐子、纸板等辅助材料，引导幼儿搭建游泳池。美工区：漂亮的夏装，收集幼儿旧的衣服，提供毛根、丝带等操作材料。 3. 晨间谈话 ：夏天的玩具、夏天怎么玩、玩水的夏天、夏日趣事、夏天的天气				
晨间活动	户外运动	1. 队列练习：听清口令快速集合，排队不推挤、不插队，稳步变换队形。 2. 律动、早操：跟随音乐节奏舒展肢体，动作到位，保持队伍整齐。			
		集体游戏：趣味轮胎（综合1） 匀速把控轮胎	阳光大运动	集体游戏：障碍酷跑（跑酷） 灵巧跨越障碍	阳光大运动
		分散活动：重点指导 引导控胎稳行		分散活动：重点指导 练习躲闪跳跃	集体游戏：梯桥闯关（平衡） 慢行保持平衡
学习活动	综合： 夏天大调查 讲述对夏天的感受	语言： 夏天的歌 了解各种动物叫声	数学： 扑通扑通跳下去 5以内数的分解	健康： 小猪运西瓜 膝盖悬空钻爬	音乐： 夏天的雷雨 完整演唱儿歌
上午游戏	户外建构	游戏活动	游戏活动	游戏活动	游戏活动
下午户外活动	游戏活动	沙池	科发室	农乐园	骨碌碌小山坡
日常生活	1. 晨间劳动和观察时，照看班级种植的夏天的水果、蔬菜，适当地给植物浇水和除草。 2. 指导幼儿每天记录“气象日记”，发现夏季气温高、天气多变、雨量多、有雷雨等现象。				
家长工作	1. 和幼儿共同收集和夏季有关的图片、生活用品等材料。 2. 提醒家长天气虽然炎热，但不要给幼儿吃过多生冷的食物，注意饮食安全，多喝水。				
环境创设	1. 鼓励幼儿共同参与布置《好玩的夏天》的教室区域。 2. 布置“夏日童趣墙”，展示幼儿夏天主题的绘画、活动照片、“我的夏日趣事”。				
本周反思					