



第十六周工作计划

班级：小6班 实施主题：一起去玩水 日期：6月15日—6月18日 带班老师：吕、杨老师

工作要求	1. 感知夏季的主要特征：天气热，多雨等，认识一些夏季常见的瓜果。（主题目标） 2. 积极参与探索性的活动，学习探索事物的简单方法。（主题目标） 3. 鼓励幼儿学会耐心交流，遇到问题能够冷静寻找解决办法。（常规目标） 4. 夏季更加注意个人卫生，能够及时擦汗、更换湿掉的衣物。（保育目标）				
星期内容	一	二	三	四	五
接待	1. 热情接待幼儿，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 ：能够自己走到签到的区域，将自己的小车开入指定位置。 2. 重点区域 ：建构区：引导幼儿思考水上乐园应该有哪些部分，并用积木搭建出来。益智区：引导幼儿用海绵特性进行运水实验。美工区：提供黏土，引导幼儿运用团圆压缩等方法，做夏天的水果。 3. 晨间谈话 ：我知道端午节、爱洗澡等。				
户外活动	1. 队列练习：整齐地开小火车。 2. 律动、早操：师幼一起律动、早操，要求积极跟着音乐舞蹈。				
	集体游戏：秘境寻踪 (探险1区)	集体游戏：勇者探秘 (探险2区)	集体游戏：活力驰骋 (综合2区)	集体游戏：山野逐趣 (山坡)	端午节放假
	分散活动：重点指导幼儿翻越吊梯	分散活动：重点指导控制速度爬行	分散活动：重点指导腿脑协调	分散活动：探究山坡的不同玩法	
学习活动	语言： 五月五 过端午 了解端午节	科学： 我能吹出泡泡 使用不同工具吹	美术： 小粽子 搓、揉、压粘土	健康： 小猪变干净了 爱干净的好习惯	
上午游戏	游戏活动	游戏活动	游戏活动	游戏活动	
下午户外活动	创意社： 大水坝	沙池： 水渠	快乐骑行： 运水员	图书室： 爱干净的小动物	
日常生活	1. 引导幼儿知道污水有害健康，不随便玩污水。 2. 晨谈活动时引导幼儿围绕“变干净”话题进行讨论：怎样才能让自己保持干净？启发并探索洗手、洗脚等方法。				
家长工作	1. 鼓励幼儿勤洗澡，养成讲卫生的好习惯。 2. 引导幼儿在家里寻找像海绵一样能够吸水的材料，感受不同物质的吸水性不同的特点。				
环境创设	1. 完善班级中的“我爱喝水”墙面，鼓励幼儿做好喝水的记录，养成爱喝水的好习惯。 2. 鼓励幼儿和家长共同收集的反映夏季特征的图片 and 食物。如：扇子，雪糕筒与短裤，遮阳帽，凉鞋等实物、图片。				
本周反思					



本周表扬爱干净的小宝贝：

张若水、刘承恩、陈杨禾、林山、杨诗远、高苏泽、唐嘉琛、许珩、潘瑞翎、张奕珩、曾乐谦、沈霖翎、李成沐、胡芳浠、于依依、鲍伊诺、徐乐真、朱清晏、朱清朗、尹诗然、王琪琛、吴沐遥、张沐苒、李思颐、陈元珞

六月夏季饮食调养，守护幼儿脾胃健康

夏季气温高、湿气重，小班幼儿脾胃功能较弱，容易出现食欲不振、挑食厌食、腹胀腹泻、积食上火、消化不良等夏季常见问题。很多家长因孩子不爱吃饭过度焦虑，盲目喂食零食、冷饮，反而加重孩子脾胃负担。六月夏季饮食保育重在清淡、健脾、养胃、祛湿，家园科学调理孩子饮食，助力孩子脾胃健康。

夏季饮食坚持清淡少油，拒绝重油腻、重口味。高温天气下，人体肠胃消化功能减弱，油炸、肥肉、烧烤、辛辣、甜食等厚重食物难以消化，容易造成孩子积食、腹胀、上火、便秘。日常膳食以清蒸、水煮、清炒为主，多搭配冬瓜、丝瓜、黄瓜、生菜、番茄等清热祛湿的应季蔬菜，荤素合理搭配，减少肠胃负担。同时遵循少食多餐原则，不强迫孩子进食，夏季孩子食量轻微下降属于正常现象，家长无需过度焦虑，避免强迫喂食引发孩子厌食抵触心理。

严控冷饮零食，杜绝脾胃损伤。夏季是冷饮、冰品、冰镇水果的热销季，多数孩子偏爱冰凉食物，但小班幼儿肠胃娇嫩，生冷食物会刺激肠胃黏膜，导致肠胃痉挛、腹痛、腹泻、脾胃虚寒，长期食用会造成孩子体质变差、反复生病。请家长严格管控孩子冷饮、雪糕、冰西瓜、冰镇饮品的摄入，尽量不吃或少吃，日常水果放置常温后再食用，零食以原味坚果、新鲜水果为主，杜绝膨化食品、含糖零食。

科学吃水果，对症调理身体。六月应季水果种类丰富，家长需合理选择、适量食用。苹果、樱桃、葡萄性平温和，适合幼儿日常食用；西瓜、甜瓜性寒，过量食用易伤脾胃，切勿贪吃；荔枝、龙眼、芒果性温热，吃多容易上火、过敏，需控制摄入量。每日水果适量即可，不替代正餐，饭后半小时食用最佳，避免空腹吃水果刺激肠胃。

同时，夏季注重健脾祛湿调理。日常可给孩子食用山药、小米、南瓜、薏米等健脾养胃的食材，煮粥、煲汤均可，温和调理脾胃，增强消化能力。养成规律三餐习惯，不暴饮暴食，不吃隔夜剩饭剩菜，保证食材新鲜卫生。