



第一周工作计划

班级：小5班 日期：9月1日—9月4日 带班老师：杨老师、戴老师

工作要求	1. 认识自己的班级，认识自己的老师，逐渐适应幼儿园生活。 1. 体验并熟悉幼儿园的作息习惯，逐步对幼儿园产生归属感。 2. 理解幼儿的班级公约，能够有初步的集体意识。 3. 尝试和其他幼儿互动交流，一起分享玩具，感受幼儿园的快乐。 4. 主动表达自己的需求和感受，能主动寻求老师的帮助。				
星期 内容	一	二	三	四	五
接待	1. 引导幼儿进入班级找到自己的座位，与幼儿热情的打招呼。 2. 进行二次晨检，了解幼儿的身体状况和卫生情况，检查幼儿的服装是否方便舒适。				
晨间 游戏	1. 来园接待 ：对幼儿进行二次晨检，引导幼儿洗手并开展桌面游戏 2. 重点区域 ：娃娃家小书房，引导幼儿有礼貌的交谈。 娃娃家：投放娃娃、小桌子、小书包等，供幼儿模仿生活场景，与娃娃进行互动。 3. 晨间谈话 ：我们的幼儿园、自我介绍、我的标记等。				
户外 锻炼	1. 队列练习：能在老师的引导下，按照标记排成两条队伍。 2. 律动、早操：乐意跟随音乐，模仿老师的动作，进行韵律活动。				
学习 活动	开学活动	社会领域： 《我的新班级》 认识班级和老师	科学领域： 《我的标记》 理解标记的作用	语言领域： 《自我介绍》 勇敢大方介绍自己	健康领域： 《安全第一课》 了解安全注意事项
上午 游戏		《小小鳄鱼》 跟随音乐律动	《节奏动物城》 用手表现节奏	《拍蚊子》 感受游戏的快乐	《五官躲猫猫》 认识自己的五官
下午 户外 活动		《幼儿园的一天》 了解幼儿园生活	《猜猜谁来了》 色彩形状启蒙	《情绪小怪兽去上学》 合理表达自己情绪	《小鸭子学排队》 能手牵手排队
日常生活	1. 帮助幼儿缓解分离焦虑，逐步适应幼儿园一日生活。 2. 在教师的引导下，幼儿能认识自己的杯子、毛巾、书包柜等个人物品，并尝试按要求摆放。 3. 学习离园整理，能在教师帮助下收拾自己的物品，愉快地与老师、同伴道别。				
家长 工作	1. 通过电话、微信等方式，每日向家长反馈幼儿在园情绪、饮食、午睡及参与活动情况，缓解家长焦虑。 2. 建议家长在家中与幼儿聊一聊幼儿园的开心事，如“今天玩了什么”“认识了哪个小朋友”，强化正面体验。				
环境 创设	1. 在娃娃家、午睡室等区域张贴幼儿全家福，营造家庭般的温馨氛围。 2. 设置清晰的物品标记（如杯子标记、毛巾标记、椅子标记、鞋柜标记），帮助幼儿对应自己的物品。				
本周 反思					



小班入园指南

— 新生宝爸宝妈必看! —



01 心理建设

1对幼儿园充满期待

2对集体生活感到安全

3接纳与家人的短暂分离



02 能力准备

1基础自理

- 自主如厕
- 独立进食
- 穿脱简单衣物
- 表达基本需求



2社交适应

- 愿意参与集体游戏
- 学习轮流与等待
- 认识自己的物品
- 适应集体作息时间



03 习惯准备

1作息规律

- 适应幼儿园作息表
- 养成午睡习惯



2卫生习惯

- 餐前便后愿意洗手
- 学习使用小毛巾



3物品管理

- 认识自己的储物格
- 学习收拾玩具



04 家长配合

1积极引导

- 用正面语言描述幼儿园
- 准时接送建立安全感



2有效沟通

- 与老师保持顺畅联系
- 关注孩子的情绪信号



3家园共育

- 信任并支持老师工作
- 逐步放手鼓励成长



3情绪识别

- 能说出高兴/难过
- 初步寻求老师帮助
- 接受规则与提醒





帮孩子度过初上幼儿园适应期

孩子在入园初期，不可避免地会产生畏缩情绪和恐惧感，如何帮助孩子度过幼儿园适应期呢？我们一起看看吧。

一、消除恐惧感

孩子在入园初期，难免会产生畏缩情绪和恐惧感。此时，家长可尝试陪孩子一起上亲子班，让孩子逐渐熟悉幼儿园环境，然后再过渡到完全由孩子独立上幼儿园。现在不少幼儿园组织新小朋友参观园所，老师进行家访，集体参加亲子班等活动，这些都是帮助孩子了解幼儿园的好方法。家长可在孩子入园前多带孩子参与这些活动，通过这些方式，不少敏感的孩子都能平稳地度过入园适应期，也让焦虑的家长松了一口气。

二、提高适应能力

孩子对幼儿园没有恐惧感之后，是否就一定会爱上幼儿园呢？未必。还会有一些孩子对幼儿园生活存在或多或少的不适应。一般来说，在家里比较娇惯的孩子表现得更为强烈。有些大人对孩子的培养不够理性，以为爱孩子就是替孩子做事，立刻满足孩子的一切要求，不管是否合理，结果导致孩子自理能力弱，过度以自我为中心。从家里的几个大人围着一个孩子转到幼儿园里两个老师带二十几个小朋友，孩子得到的关注锐减，这对孩子是个考验。在幼儿园里，孩子要学着照顾自己，又要学会和别人相处，每天有一定的安排，想玩的东西也不是马上能拿到手，这又是另一种考验。要帮助孩子减轻对集体生活的不适应，家长需要早早准备。孩子需要通过做事锻炼自己，替代孩子做事，是剥夺孩子的发展机会。家长应该在孩子很小的时候，就不怕麻烦，为孩子创造自己做事的机会，培养孩子的生活自理能力。同时，对孩子的关注应该是“润物细无声”式的，在不知不觉中帮助孩子逐渐走出自我中心，了解他人也有需要，了解与他人相处的规则，以减少孩子今后的挫折感。尤为重要的是，家长要意识到，孩子从家庭走进幼儿园，是人生的一大转折，家长要做好充分的思想准备，在耐心地帮助孩子消除恐惧感的同时，坚定地帮助孩子克服不适应。

三、家长要调整心态，不要把孩子的哭闹看得太严重

那些面露不忍、一步三回头，甚至抱着孩子离开的妈妈，她们的孩子往往哭闹的时间更长。为什么会这样呢？要知道，孩子是非常聪明的，他们直接看到的是事物之间的因果关系。他们发现：“哦，我一哭，妈妈就能和我多待一会儿！”结果，妈妈的这种态度变相地奖励了孩子的哭闹行为，孩子当然越哭越起劲了。既然知道了其中的奥秘，那么家长应该理性地处理这个问题。首先，要认识到从家庭走向幼儿园，孩子面临的是什么样的问题；然后，大人要调整自己的心态，把孩子刚进入幼儿园的表现看成孩子成长过程中的一步，平静而理性地对待。

四、正确的方式了解孩子在幼儿园的情况

孩子入园之初，家长想了解孩子在园表现时，可以向老师提问或查看幼儿园的家庭联系本。如果家长很着急，最好不要一见到孩子就立刻问长问短，显得格外焦虑。应该用正确的心态对待孩子在幼儿园的情况，可以问问孩子在幼儿园的心情、玩的游戏等，用正面的方式去引导孩子。

五、让孩子坚信上幼儿园是他/她的责任

当孩子在家哭闹、不想上幼儿园时，如果家长确信这只是孩子不适应的反应，可以淡然处之。入园期间，家长可以多陪陪孩子，与孩子多一些身体接触和抚慰，但一定不要随便哄孩子说：“好好好，我们明天不上幼儿园。”妈妈可以简单地对孩子说明：“你长大了，该上幼儿园了，就像爸爸妈妈上班一样。”然后就转移孩子的注意力，对上幼儿园的问题不再讨论，也不深究。这样的态度会让孩子认识到，爸爸妈妈的决心不是哭闹可以改变的。这种处理方式反而能缩短孩子哭闹的时间，减少大人和孩子的痛苦。总之，相信孩子一定能顺利迈出走向社会的第一步。