



主题：我上中班啦

- 1.能自己穿脱衣服、鞋子，整理物品，乐于自己的事情自己做，为自己即将升入中班感到自豪。
- 2.知道家长的名字和电话号码等简单信息,有初步的自我保护意识。
- 3.别人对自己说话时能注意听并回应。能理解图书上的文字是和画面对应的，是用来表达画面意义的。
- 4.乐于动手动脑探索自然现象和材料，认识夏天的花，体验玩水的乐趣。
- 5.能用绘画、演唱、乐器演奏等多种方式表现要成为中班哥哥姐姐的快乐，乐在其中。
- 6.能大方的在集体面前清楚的说，表达自己的想法，有意识的听与自己有关的信息，安静倾听别人说话（不随意插嘴）。
- 7.初步感受自己的成长，知道自己是中班小朋友，能较快缓解焦虑、不高兴的情绪，经常保持愉快的情绪，逐渐形成自我服务的意识和能力。
- 8.能够点数出 20 以内的实物数量，并说出总数，会用不同的方法对 7 以内的多种食物进行大小或长短排序。
- 9.学习做徒手操，能按口令，手脚同时动作并基本到位，熟悉新器械的玩法，并能积极使用，锻炼身体各部位，活动中注意安全。



第 二 周工作计划

班级：中 4 班 实施主题：我上中班啦 日期：9 月 7 日—9 月 11 日 带班老师：陈、府老师

工作要求	1. 知道自己是班级中的一名成员，并喜欢自己的班级。（主题目标） 2. 能用简单的图画表现自己会做的事情。（主题目标） 3. 懂得维护班级的环境整洁，爱护玩具及班级内物品。（常规目标） 4. 午睡时，能将脱下的裤子叠放整齐，午睡时保持正确的睡姿。（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 ：按时来园签到，不迟到，并能将自己的小飞机停在自己的标记处。 2. 重点区域 ：建构区：师幼共同为建构区制作积木标记，把标记贴在积木处，鼓励幼儿看着标记分类收拾积木。 生活区：提供布娃娃、手纸等日常生活用品。引导幼儿掌握幼儿正确地使用手纸擦屁股。 3. 晨间谈话 ：围绕主题“我升中班了，我会……”、“我见过的脚印”、“我自己”及班级常规进行谈话活动。				
晨间 活动	1. 队列练习：练习把队伍排直，在老师的口令下能神气地踏步。 2. 律动、早操：师幼一起做律动、早操，精神饱满，动作有力。				
户外 运动	集体游戏：小孩小孩真爱玩（滑滑梯） 遵守规则，听信号	阳光大运动	集体游戏：花样篮球（篮球） 练习上肢力量和身体的协调能力	阳光大运动	集体游戏：我是特种兵（滑索） 锻炼手臂力量
	分散活动：重点指导用正确姿势有序玩		分散活动：重点指导用正确的姿势进行原地投篮		分散活动：重点指导下滑的时候收腿往前滑
学习 活动	健康：好吃的蔬菜 认识常见蔬菜，了解基本特征	语言：别说我小 理解、朗诵儿歌	数学：拼卡片 认读数字 1-5，感知字形特征	美术：有趣的脚印 用红、黄、蓝装饰脚印	社会：我是班级的一员 喜欢班级，承担班级职责
上午 游戏	区域游戏	区域游戏	科发室：重点指导探究磁铁吸铁的现象	角色游戏	角色游戏
下午 户外 活动	乐高：重点指导合作建构教室	角色游戏	种植园：重点指导认识秋天的植物	区域游戏	美术室：重点指导用各种材料制作冰淇淋
日常 生活	1. 介绍值日生标记，讨论值日生的工作职责并进行任务分配。 2. 进餐时鼓励幼儿不挑食，吃完饭菜，尝试自己根据需要添饭。				
家长 工作	1. 请家长关注幼儿学习情况，回家后与幼儿巩固所学会的本领。 2. 请家长 多与幼儿交流 ，了解升入中班后幼儿的愿望，并讲一讲自己对幼儿的期待。				
环境 创设	1. 布置主题墙“我上中班啦”，完成“我长大了”、“我很能干”版面。鼓励幼儿通过照片、绘画表现自己的“长大”。 2. 在班级中设立值日表，增加幼儿班级主人翁的意识。				



教材登选:《别说我小》

别说我小

妈妈你别说我小，我会穿衣和洗脚。

爸爸你别说我小，我会擦桌把地扫。

奶奶你别说我小，我会给花把水浇。

现在我呀长大了，会做的事情真不少。



表扬栏:

表扬画画有进步的小朋友:

刘璟洺 施彦泽 刘怿安 顾亦礼 蒋洲瑞
姜鱼儿 吴嘉衡 吴逸阳 范宇翊 熊甜伊
蒋琰 郭瑾尧 史沁玥 沈曦晗 刘亦彤
马萱柠 陶之瑶 周钰筱 熊甜嫫 徐奕暖
张译文



孩子容易留鼻血怎么办？

一、孩子为什么容易流鼻血？

孩子流鼻血，通常是由以下几个常见因素引起的：

- 鼻腔黏膜娇嫩：儿童，尤其是学龄前儿童，鼻腔内的毛细血管非常丰富且位置表浅，鼻黏膜相对脆弱，容易因轻微刺激而破裂出血。
- 空气干燥：秋冬季节气候干燥，或室内长时间使用空调、暖气，会导致鼻腔黏膜干燥，血管脆性增加，更容易破裂出血。
- 不良习惯：很多孩子有用手抠鼻孔或用力揉搓鼻子的习惯，这很容易损伤娇嫩的鼻黏膜，导致血管破裂。
- 鼻腔炎症：过敏性鼻炎、感冒等引起的鼻塞、鼻痒，会让孩子不自觉地揉鼻、擤鼻，增加鼻出血的风险。
- 其他因素：偶尔，剧烈运动、鼻腔异物也可能导致鼻出血。虽然罕见，但反复、大量的鼻出血也需要警惕是否存在血液系统疾病等全身性因素。

二、流鼻血时，正确的应急步骤

当孩子流鼻血时，家长的冷静和正确操作至关重要。请遵循以下步骤，并务必避免两个常见误区：一是让孩子仰头，二是用未消毒的纸巾乱塞鼻孔。

- 1.保持镇定，正确体位：首先让自己和孩子都冷静下来。让孩子坐着或站着，身体微微前倾，头部稍低下。这个姿势可以让已经流出的血液顺利从鼻孔排出，避免血液倒流至咽喉，从而防止呛咳、恶心或呕吐。
- 2.有效按压鼻翼：用你的拇指和食指，紧紧捏住孩子鼻翼柔软的部位（通常在鼻梁骨下方）。持续按压 5-10 分钟，期间不要频繁松手查看是否止血，否则会影响止血效果。
- 3.辅助冷敷：同时，可以用冰袋或冷毛巾敷在孩子的前额或鼻根部（即双眼之间），帮助血管收缩，减少出血。
- 4.止血后处理：血止住后，叮嘱孩子不要急于抠挖或用力擤鼻子，以免再次出血。可以用温水轻轻清洁鼻腔周围，但避免剧烈清洗鼻腔内部。

三、如何预防孩子流鼻血？

如果孩子流鼻血比较频繁，可以从以下几个方面着手预防：

- 保持鼻腔湿润：在干燥季节，可以在室内使用加湿器，将空气湿度维持在 50%-60% 左右。也可以在孩子睡前，用棉签在其鼻腔内轻轻涂抹少量凡士林、红霉素软膏或无刺激的儿童专用润肤霜，以保持鼻黏膜湿润。
- 纠正不良习惯：耐心纠正孩子抠鼻孔的习惯，并勤剪指甲，避免意外划伤。
- 饮食调整：鼓励孩子多喝白开水，少吃煎炸油腻的食物。多吃富含维生素 C（如橙子、猕猴桃）和维生素 K（如菠菜、西兰花）的新鲜蔬果，有助于增强血管壁的弹性。
- 积极治疗原发病：如果孩子因过敏性鼻炎等慢性炎症导致频繁流鼻血，应在医生指导下积极治疗，控制炎症。

四、何时需要看医生？

出现以下情况，建议及时带孩子就医：

- 按压鼻翼 10-15 分钟后，出血仍无法止住。
- 鼻出血频繁发生（例如每周数次），且原因不明。
- 出血量很大，或孩子伴有面色苍白、头晕、乏力、心跳加速等贫血症状。
- 怀疑鼻腔有异物无法取出，或伴有其他部位的异常出血（如牙龈易出血、皮肤有瘀斑）。

总而言之，面对孩子流鼻血，冷静应对、姿势正确、有效按压是关键。日常生活中，通过保持湿润、纠正习惯、均衡饮食，可以有效减少其发生。