



育儿知识:

秋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，加上秋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、流行性感冒

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，多饮水。

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。



主题目标





班级：大1班 实施主题：自信的中国人 日期：9月28日—10月10日 带班老师：顾、吴老师

工作要求		1. 愿意主动了解中国的人、事、物，能在教师引导下参与中国主题的游戏活动。（主题目标） 2. 能围绕话题谈论，并用连贯的语句谈论自己所知道的“祖国之最”。（主题目标） 3. 能够正确、有序取餐，进行过程中动作协调，不撒饭。（保健目标） 4. 用观察中国地图，了解国旗、祖国的风土人情等方法，增强做中国人的自豪感。（常规目标）						
星期 内容		一	二	三	四	四	五	六
	接待	1. 主动向老师、保安和小朋友们问好，积极进行晨间检查，并在班级入口处签到。						
晨间活动	晨间游戏	1. 签到 ：在签到区域根据自己的来园时间把签有自己名字的贴片放入对应的时间栏中。 2. 重点区域 ：建构区：天安门，提供基本块等积木，雪花片等积塑建构材料，搭建天安门城台。 3. 晨间谈话 ：我的国庆节假期						
	户外锻炼	1. 队列练习：能自如的从一路纵队变成四路纵队。 2. 律动、早操：师幼一起做操，鼓励幼儿动作合拍、到位。						
		集体游戏： 夺红旗 (平衡区) 单脚站立	阳光大运动	集体游戏： 大风车 (滑梯) 规则游戏	国 庆 节 放 假	阳光大运动	集体游戏： 丢手绢 (滑索) 紧握双手	集体游戏： 球球操 (球区) 边拍边走
		分散活动：重 点指导幼儿走 平衡木		分散活动： 重点指导幼 儿玩滑梯			分散活动： 重点指导幼 儿玩滑索	分散活动： 重点指导幼 儿运球
学习活动	语言：我最 爱的祖国 看图标有感情 地朗诵	体育：小 小足球 练习双脚内 侧控球	美术：中 国结 欣赏中国结	音乐：我 们的妈妈 是中国 唱准附点		科学：祖 国之最 知道祖国之 最多的知识	社会：我的 祖国 增强做中国 人的自豪感	
上午游戏	美术室：重 点指导幼儿 画五星红旗	区域游戏	科发室： 重点指导 探索地图	生活室： 重点了解 苏州美食		区域游戏	区域游戏	
下午 户外 活动	区域游戏	一楼建构： 重 点 指 导 搭建长城	区域游戏	区域游戏	小学体 验馆：重点指 导收书包	种植园：重 点指导观察 柿子树		
日常生活		1. 教师和幼儿能够围绕“大中国”“祖国之最”“传统节日”等话题进行讨论。 2. 聊一聊国庆节收集到的关于中国的资料，同时也来聊一聊国庆节的生活。						
家长工作		1. 家长和幼儿一起收集祖国各地的图片。 2. 做好国庆节假期通知，建议家长国庆期间带着幼儿游览各地的文化胜地，感受祖国的文化。						
环境创设		1. 继续完善主题墙《自信的中国人》，同时美工区的墙面上展览剪纸等中国元素的手工作品。						



表扬栏:

光盘小能手

王小韧	吴佳怡	曹楷博
顾奕霆	朱梓毅	苏文泽

小小智多星

金修远	朱祎笑	杨泛舟
季马琦	刘屹哲	魏建勋

运动小健将

徐锦煊	徐梓瑜	房晨钰
倪子沐	徐若宸	陈芮泽



温馨提示:

秋季饮食原则

天气渐凉，多风干燥，因夏日人的体液消耗过多，易引起精神不振，饮食应多酸，以滋阴润肺为基本，多给幼儿新鲜水果。

秋天又是幼儿增长体重最佳时期，要提供给热量高的食品，并要预防幼儿肥胖，组织幼儿多项体育锻炼，丰富幼儿生活。

秋季宜选择的食物：猪肉、鸡肉、鸭肉、牛肉、牛奶、柚子、橘子、桃、橄榄、雪梨及新鲜蔬菜等食品。

可以用秋梨、银耳、白萝卜、红枣、百合一起熬汤，此汤具有润肺去燥的功效，还可以抗过敏及预防感冒。

这时应以养阴清热、润燥止湿、清心安神的食物为主。可选用芝麻、蜂蜜、银耳等为食物原料，百合粥等。另外，秋天人体汗液蒸发较快，易丢失一部分水溶性维生素，如维生素 B、C 等。因此，幼儿每天需要食用一些果汁、番茄、菜汤、牛奶及稀饭等。根据我国的民间习俗，中秋节要吃月饼，而月饼馅多由桃仁、瓜子、松子、蛋黄、香肠、火腿、豆沙等组成，营养丰富，内含多种营养素，具有强身滋补的作用，是秋节幼儿的一种较好的食物。最后，秋季有大量水果上市，还应让孩子多吃些水果。

秋季推荐食谱

早餐：蛋羹 25 克，果酱面卷 25 克。

中餐：香菇炒豆腐末，软饭 50 克。

午点：糯米藕 60 克。

晚餐：猪肉白菜馅水饺 25 克，小米粥 40 克。