

小班下学期生活活动参考表

生活环节	活动目标	幼儿活动流程建议	教师观察指导建议
来园活动	1. 能在成人的安抚下,情绪稳定地入园。 2. 能在成人的提醒下使用恰当的礼貌用语。 3. 在教师指导下,学习有序完成自己要做的事情	1. 高高兴兴上幼儿园,坚持按时入园,主动接受晨检。 2. 能在成人提醒下,向老师问好,跟同伴打招呼,跟家人道别。 3. 在成人提醒下,将自己的书包等物品放在固定的地方。 4. 在老师的指导下,进行晨间活动。 5. 如果幼儿园开早餐,在老师提醒下洗手,然后搬椅子坐到餐桌旁	1. 主动热情地跟幼儿和家长打招呼,为幼儿做个好榜样。 2. 按卫生保健要求做好晨检工作(一摸:摸摸幼儿有无发热现象,给可疑者测量体温。二看:观察孩子是否有外伤及外表情绪有无异常;留意幼儿的衣着,提醒幼儿根据气温的变化适时地增减衣服。三问:与家长沟通交流幼儿在园在家情况;询问服药幼儿身体状况及服药情况,请家长填写喂药委托书。四查:检查孩子是否随身携带不安全异物)。 3. 提醒幼儿按要求把自己的物品整齐地放到固定的地方。 4. 为幼儿提供适宜的晨间活动材料并指导幼儿晨间活动。 5. 指导幼儿用正确的方法洗手、搬椅子等。 6. 过程中用微笑、肢体动作和语言鼓励和肯定幼儿的正面行为
早餐	1. 愿意吃早餐。 2. 在教师指导下正确使用餐具独立进餐,有一定的自我服务能力	1. 进餐前:洗手、搬椅子坐到餐桌旁,等教师分发或自己取早餐。 2. 进餐时:坐在自己的位置上进餐,保持安静,一手扶碗,一手拿勺,干稀搭配吃,在教师提醒下添饭时能举手示意,做到不挑食,在规定时间内吃完自己的食物。 3. 不将自己不喜欢吃的菜放到别人的碗里或丢到地上,不用手抓食物,不依赖成人喂。 4. 进餐后:能在老师指导下收拾整理桌面;将碗、勺分类放到指定的地方;在教师的提醒下,用正确的方法擦嘴(将毛巾摊开在双手掌上,放在嘴前,双手同时向中间轻轻擦拭,顺其方向对折毛巾,再同上方法擦一次嘴,最后将手上的油污擦干净;不玩毛巾。);双手搬椅子到指定的地方摆好(一只手扶椅背,另一只手扶椅座,椅子脚朝下,提起朝前走,不能把椅子举在头顶或放在地上推或拖,放下椅子要轻)	1. 引导幼儿了解吃早餐对身体的好处。 2. 餐前,指导幼儿用正确的方法洗手、搬椅子。 3. 向幼儿介绍早餐食谱。 4. 进餐时,鼓励幼儿不挑食,提醒幼儿干稀搭配吃,指导幼儿正确使用餐具;关注个别有情绪、挑食、当天身体状况欠佳的幼儿,根据需要给予帮助,确保进食量。 5. 当幼儿发生状况(如不小心打翻食物)时不要批评或斥责幼儿,让幼儿保持愉快的情绪进餐。 6. 餐后提醒幼儿用正确的方法擦嘴、整理桌面、收拾餐具。 7. 及时与家长沟通,指导幼儿正确使用餐具,了解幼儿的饮食习惯,逐步纠正挑食的坏习惯
餐后活动	1. 在教师引导下遵守活动常规,提高规则意识。 2. 教师点名时能应答。 3. 初步树立关注和关心同伴的意识	1. 尝试做好餐后整理,按教师要求搬椅子到指定的地方坐好。 2. 先吃完早餐的幼儿,尝试自由跟同伴交流,或进行看书等安静活动。 3. 活动后能在老师提醒下收拾好活动材料。 4. 知道自己的大名、小名,教师点名时保持安静,认真倾听,点到自己时能大声应答	1. 根据活动空间和活动需要合理安排幼儿餐后活动的范围和内容。 2. 刚开始点名时,为幼儿示范点到自己的名字时要大声应答,并对能及时大声应答的幼儿表示鼓励和肯定。 3. 点名时尽量用小名,让幼儿有熟悉、亲切的感觉;还可让幼儿站起来应答,利用此机会让幼儿相互间增进了解
洗手	1. 在教师提醒下饭前便后洗手。 2. 初步学习用正确的方法洗手、擦手。 3. 遵守规则,有初步的节约意识	1. 在教师指导下,饭前便后能用正确的方法洗手(卷衣袖—开水龙头—打湿手—抹肥皂—搓洗手心、手背、手腕、手指—冲洗干净肥皂泡—捧水冲龙头—关龙头—甩手—毛巾擦手)。 2. 在老师的提醒下洗手时主动排队,不拥挤、不玩水、不浪费水。 3. 在教师的指导下正确使用自己的毛巾擦手。擦手时能将毛巾摊开,把手背、手腕上的水完全擦干	1. 组织幼儿分组并有序地进入盥洗室。 2. 盥洗室张贴洗手擦手的流程图,指导用正确的方法洗手、擦手。 3. 用通俗易懂、朗朗上口的儿歌指导幼儿洗手,引导幼儿适时开关水龙头,节约用水。 4. 提醒幼儿有序排队,注意安全,不在盥洗室打闹
如厕	1. 初步形成定时大小便的习惯。 2. 初步学习便后自己整理衣服,提高自我服务意识	1. 有如厕需要时能向成人表达。 2. 如厕时对准厕位进行大小便。 3. 学习使用手纸擦屁股:(1)根据需要,取适量的纸巾;(2)将手纸对折,从前往后擦拭。再对折、再擦拭,直至干净;(3)便后尝试自己初步整理衣服。 4. 如厕后,在教师帮助下冲厕所	1. 允许幼儿按需要随时大小便,培养幼儿定时大小便的习惯。 2. 准备好手纸放在固定的地方,照顾幼儿如厕,指导幼儿使用手纸。 3. 指导幼儿便后洗手和整理衣裤。 4. 站位合理,保证幼儿在老师视线范围内。 5. 家园合作培养幼儿定时大小便,引导幼儿学习便后自己整理衣服
喝水	1. 初步形成按需喝水、科学饮水的好习惯。 2. 愿意喝白开水。 3. 能初步遵守规则,物归原处,有序排队	1. 学习正确区分和取放自己的杯子。 2. 愿意喝白开水,在教师指导下每次饮适量的水。 3. 喝水时能在教师提醒下排队等待,不边喝边玩	1. 允许幼儿按需要随时喝水,引导幼儿养成科学饮水的习惯。 2. 指导幼儿正确分杯和排队,注意幼儿饮水量,检查杯子是否放归原处。 3. 鼓励幼儿多喝水,重点关注体弱幼儿饮水情况。 4. 家园合作引导幼儿少喝饮料多喝白开水
餐前活动	1. 在教师引导下跟随教师进行活动。 2. 初步学习担任小值日生,为每桌分发餐盘	1. 倾听教师的要求,较为专注地参与活动。 2. 不触碰摆放好的餐具,也不到处乱摸,以免将餐具和双手弄脏。 3. 尝试担任小值日生,在教师的指导下按照要求摆放餐盘	1. 选择的活动内容应遵循两项原则:(1)适宜性。以安静且双手不接触物品的活动为宜。(2)丰富性。以一周内不重复相同内容为宜,切不可每次采取看电视的方式。建议选择复习儿歌或歌曲、玩手指游戏、倾听故事、欣赏幼儿作品等活动。 2. 根据不同内容进行组织,调动幼儿参与的积极性。如:倾听故事前后可提出相关的问题,手指游戏可变换难度。 3. 引导幼儿采取轮流的方式担任小值日生,为每桌分发餐盘

续表

生活环节	活动目标	幼儿活动流程建议	教师观察指导建议
中餐及晚餐	1. 在教师的提醒下,知道排队端饭。 2. 学会独立吃饭,知道要细嚼慢咽,不含饭。 3. 吃完饭后,在教师的指导下自己收拾桌面、收整椅子。 4. 在教师的提醒下主动喝半杯水,清理口腔	1. 进餐前:在教师的提醒下,排队取分好的食物,并小心地端至自己的座位,不把食物洒出来。 2. 进餐时:(1)在教师提醒下保持安静。一手扶碗,一手拿勺柄中端,将食物舀起大半勺,完全送进嘴后细嚼慢咽,直至一口食物吃完再吃第二口。(2)需要添饭或菜时,知道举手示意,不喊叫。 3. 进餐后:(1)在教师的指导下,将掉在桌上的饭粒捡到碟子里,或用小抹布把自己的桌面整理干净,最后将碗、勺分类放在指定的地方。(2)将毛巾全部摊开在手掌上,按照顺时针的方向擦脸,然后擦双手,并将毛巾放在指定的地方。(3)接半杯水喝,以清理口腔	1. 餐前,向幼儿介绍菜名及菜的营养价值。 2. 进餐时,关注个别有情绪、挑食、当天身体状况欠佳的幼儿,根据需要给予帮助,确保进食量。 3. 进餐后,采用多种形式表扬主动吃饭及吃饭有进步的幼儿。并提醒幼儿吃完饭后,收拾桌面及餐具、擦嘴、喝水。 4. 可将擦嘴、整理桌面、收拾餐盘的方法,以图文并茂的方式粘贴在相应的位置,引导幼儿通过图文进行学习与巩固。 5. 及时与家长沟通,了解幼儿的饮食习惯,逐步纠正挑食的不良习惯
中餐后散步	知道饭后要散步,散步的时候慢慢走,不追逐,不奔跑	1. 散步前:在教师的提醒下,收整好玩过的区域或玩具,摆放好椅子。 2. 散步时:尝试跟随教师,不与同伴追跑,也不掉队,并积极参与散步中的观察、讨论、游戏等互动。 3. 散步后:尝试认真倾听教师要求,做好午睡准备	1. 待大部分幼儿吃完中餐后,可组织散步活动。其他陆续吃完的幼儿由协教个别组织。 2. 散步过程中,可组织幼儿开展观察、讨论、安静游戏活动,如观察动物饲养角、说说中餐吃了什么、复习学过的儿歌等。 3. 注意散步时的安全,让幼儿保持在自己的视线范围内,适时进行安全教育。同时,散步时,不可采取牵衣服排队的方式,只需幼儿做到不掉队、不追跑即可
午睡	1. 逐步养成良好的午睡习惯,不蒙头睡,不带玩具或其他物品睡觉,不在床上蹦跳。 2. 在教师的帮助下学习脱鞋、裤及套头衫,学习正确脱衣物的顺序和方法,并自己躺下,安静入睡	1. 午睡前:在教师提醒下,做好睡前准备,如如厕、女孩子将皮筋放在指定位置等。 2. 午睡时:(1)找到自己的小床。(2)将鞋子脱下,整齐地摆放在床头的指定位置。摆正左右。(3)在教师的帮助下,站在地上将裤头脱至膝盖下,坐下后,先用一只手拉扯不同边的裤脚直至全部脱出,再换用手用同样的方法将另一只裤腿脱下。然后将裤子整齐地摆放在床框上。(4)在教师的帮助下脱套头衫。先用一只手拉扯不同边的衣袖直至全部脱出,再换用手同样的方法将另一只衣袖脱下。然后,双手抓两侧衣领,同时用力,将套头衫脱下。最后将衣服整齐地摆放在床框上。(5)在教师的帮助下,打开毯子或被子安静地躺下,不蒙头睡觉,尽量仰卧或右侧卧	1. 午睡前:(1)调适室内温度,拉上窗帘,做好环境准备。(2)提醒每名幼儿如厕,检查他们是否携带玩具或其他物品。(3)提醒幼儿进入寝室后,不跑动、不在床上蹦跳,轻声说话。 2. 午睡时:(1)检查每名幼儿是否睡在了固定的那头。(2)注意幼儿脱衣物的方法和顺序是否正确,是否按要求摆放,针对幼儿脱衣物的状况适时轻声提醒或及时给予帮助。(3)帮助幼儿把被子盖好,以免着凉。(4)待全体幼儿睡下,可播放 10 分钟左右的轻音乐或故事。(5)待幼儿睡着后,做到勤走动、勤检查。如检查幼儿的睡姿,检查个别特殊体质的幼儿是否有出汗现象,对有情绪难以入睡的幼儿多予以关注,适时叫醒个别尿多的幼儿撒尿等,并做好班级工作人员的交接工作。 3. 可将脱鞋、裤、套头衫的方法,以图文并茂的方式粘贴在相应的位置,引导幼儿通过图文进行学习与巩固。 4. 及时与家长沟通,逐步纠正幼儿不良的睡眠习惯
起床	1. 安静起床,在教师的提醒下知道起床后要先做什么,再做什么。 2. 在教师的帮助下学习穿套头衫、裤和鞋的方法	1. 起床时:(1)在教师的轻声唤醒下苏醒,不赖床,情绪稳定。(2)坐起,在教师的引导或提醒下,尝试穿套头衫。先分辨套头衫前后,将衣服前面朝下摆放在床上。双手提起套头衫下部开口部,将头从此处往上钻,直至伸出领口。接着,一只手撑起下部,另一只手伸进同边的衣袖里(如之前穿了一件长袖衣,还需抓紧衣袖),直至手掌完成从衣袖伸出。用同样的方法将另一只衣袖穿好。最后,将套头衫下部往下拉,并整理好衣袖。(3)在教师的帮助下坐在床边穿裤子。先分辨裤子前后,将前面朝上平铺好。双手分别拉起裤头,将一只脚伸进同边裤脚,直至脚掌完全从裤腿伸出。再用同样的方法将另一只裤腿穿好。最后,站在床上将裤头提至腰处。(4)在教师的帮助下,坐在床边,将两只脚放入摆好的鞋子内。再拿起其中一只鞋子,一手抓住鞋舌,一手提起后跟,同时,脚往里蹬,直至全脚掌穿入鞋内,松开两手。接着用同样的方法,穿好另外一只鞋。 2. 起床后:(1)如厕,请教师检查或帮忙整理好衣物。(2)接半杯水喝下,并洗手,做吃午点的准备。(3)女孩子找到自己的梳子拿好,等待教师梳头	1. 唤醒:以轻音乐或轻声的方式,将全体幼儿唤醒。对于个别入睡沉的幼儿,需逐个唤起。 2. 整理:(1)用轻声语言提示幼儿穿衣物的方法和顺序,针对幼儿穿衣物的状况适时轻声提醒或及时给予帮助。(2)提醒幼儿如厕、喝水、洗手,逐个检查幼儿衣物整理情况。同时,利用契机,对幼儿进行逐个午检,做到“一摸、二看、三查、四问”。(3)班级工作人员应沟通好站位及分工,确保每名幼儿在教师视线范围内活动,缩短整理时间。同时,做好午睡时的交接。 3. 组织衔接活动:可采取播放音乐、故事等形式,边为女孩子梳头,边请幼儿自取午点,以减少消极等待时间。 4. 可将穿套头衫、裤、鞋的方法,以图文并茂的方式粘贴在相应的位置,引导幼儿通过图文进行学习与巩固
午点	1. 尝试自取午点,安静食用,并保持桌面干净。 2. 在教师的提醒下尝试自主进区域活动	1. 午点前:观察午点,知道取用午点所需要的方法和要求。如:排队取午点;喝粥时双手端好坐到桌边;取水果或点心时,不翻选。 2. 午点时:(1)根据午点内容,尝试自己打开包装或剥开果皮食用。(2)在教师提醒下,保持安静,必要时可小声交流。 3. 午点后:(1)有果皮的,知道丢入垃圾桶;有餐具的,知道分类放到指定位置。(2)尽量保持桌面干净,如有掉落的碎渣,在教师的提醒下,会使用小抹布将桌面整理干净。(3)洗手,自主进区域活动。在教师提醒下,尽量做到小声交流,并遵守区域规则	1. 观察幼儿自取午点的情况,适时提示打开包装或剥开果皮的方法,必要时给予个别幼儿帮助。 2. 关注每一名幼儿食用午点情况,对于挑食的幼儿进行个别轻声教育。 3. 提醒幼儿做好午点后的收整工作。 4. 可将打开包装(如饼干包装)、剥常见果皮(如香蕉)的方法,以图文并茂的方式粘贴在相应的位置,引导幼儿通过图文进行学习与巩固
离园活动	1. 在教师的引导下尝试较为专注地参与活动,等待父母接。并能主动收拾好玩具或图书。 2. 在提醒下大方地与教师告别,愉快离园	1. 离园活动时:(1)在教师的提醒下知道活动内容,会按规则取出材料。(2)在教师的引导下尝试较为专注地参与活动,不到处走动,有问题或有需求时轻声交流。 2. 离园活动后:(1)看到父母来接,在教师的提醒下主动收拾好玩具或图书。(2)在提醒下大方地与教师告别。如父母和教师在交流,能较为耐心地等待	1. 离园活动的内容应以安静活动为主,如看图书、玩桌面玩具、撕纸等,便于有需要时与家长交流。同时,也要注意内容的丰富性,每周不重复。切忌以看电视为主。 2. 提醒幼儿主动收拾玩具或图书。提醒幼儿大方与教师告别。 3. 对于最后未离园的幼儿,要耐心陪伴、稳定情绪,让幼儿有安全感。切忌催促家长。 4. 班级工作人员应沟通好站位及分工,避免在接人环节出现混乱,甚至出现幼儿私自离开班级的现象。接人高峰时期,可引导家长排队等待,有序接人