今日动态

2023.10.26 星期四 晴天

1. **来园情况**

出勤：小四班今日出勤人数10人，**杨奕、杨煜枫、芦洛希、李秉臻、耿宸悦、娄丁逸、于籽欣、陈彦潼、丁一宸、刘奕泽、王木禾、陈吕安冉**请假，请假的宝宝好好休息哦！

**高婧夏、陈彧、邹梓宁、顾乐凡、周金妍、陈铮、张德坤、张继宸、徐槿安、刘景辰**能自主入园，开开心心上幼儿园很棒哦！

1. **户外活动**

**研究表明，经常在户外活动的儿童，身体结实，不怕风寒，一年四季很少生病。[夏天](http://www.so.com/s?q=%E5%A4%8F%E5%A4%A9&ie=utf-8&src=internal_wenda_recommend_textn" \t "https://wenda.so.com/q/_blank)怕热着、[冬天](http://www.so.com/s?q=%E5%86%AC%E5%A4%A9&ie=utf-8&src=internal_wenda_recommend_textn" \t "https://wenda.so.com/q/_blank)怕冻着的孩子身体反而娇嫩，对[季节](http://www.so.com/s?q=%E5%AD%A3%E8%8A%82&ie=utf-8&src=internal_wenda_recommend_textn" \t "https://wenda.so.com/q/_blank)的交替变化不能适应，容易伤风感冒。人的健康标志之一就是对外界环境的变化能否适应。而在决定适应能力的因素中，皮肤具有重要作用，因为皮肤内有无数感受外来剌激的神经末梢，它对外界环境的不断变化和剌激最先发生反应，具表现在对[体温](http://www.so.com/s?q=%E4%BD%93%E6%B8%A9&ie=utf-8&src=internal_wenda_recommend_textn" \t "https://wenda.so.com/q/_blank)的调节上。孩子多进行户外活动，利用日光等自然条件的剌激来提高对体温调节的能力，以增进体格的健康。经常在[户外](http://www.so.com/s?q=%E6%88%B7%E5%A4%96&ie=utf-8&src=internal_wenda_recommend_textn" \t "https://wenda.so.com/q/_blank)锻炼的孩子，受到寒冷的刺激，体温下降幅度小，恢复的速度快。反之，缺乏户外锻炼的孩子，体温下降的幅度大，恢复的速度也比较慢。随着寒冷的刺激，全身代谢加强，内脏器官内血液的供应量增加，内脏器官也得到了锻炼。所以经常进行户外活动孩子的抵抗力要比其他的孩子强。今天我们自由玩游戏啦！瞧，我们玩的多开心呀！**

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4395.JPGDesktopIMG_4395 | C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4396.JPGDesktopIMG_4396 |
| C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4397.JPGDesktopIMG_4397 | C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4400.JPGDesktopIMG_4400 |
| C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4401.JPGDesktopIMG_4401 | C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4402.JPGDesktopIMG_4402 |
| C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4403.JPGDesktopIMG_4403 | C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4404.JPGDesktopIMG_4404 |

**三、生活活动**

午餐情况：

主食:小米米饭

菜：大蒜炒胗肝，清炒双萃

汤：裙带菜豆腐肉末汤

水果：桔子、哈密瓜

**高婧夏、陈彧、邹梓宁、顾乐凡、周金妍、陈铮、张德坤、张继宸、徐槿安、刘景辰**都能自主进食，其他宝宝要继续努力哦！慢慢学会吃完饭主动洗手漱口，擦嘴巴就更棒啦！

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4406.JPGDesktopIMG_4406 | C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4407.JPGDesktopIMG_4407 |
| C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4408.JPGDesktopIMG_4408 | C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4409.JPGDesktopIMG_4409 |
| C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4410.JPGDesktopIMG_4410 | C:\Users\13721\Desktop\DesktopIMG_4412.JPGDesktopIMG_4412 |

午睡情况：

**高婧夏、陈彧、邹梓宁、顾乐凡、周金妍、陈铮、张德坤、张继宸、徐槿安、刘景辰**都能午睡，很棒哦！希望各位宝宝继续保持，加油哦！

1. **温馨提示**

一冷一热容易生病，请假在家休息的小朋友要及时照顾好自己的身体，多喝水哦！

1.请各位家长给小朋友的保温杯里放温水哦！

2.请各位将垫背巾在家给孩子垫好，户外出汗，预防感冒。

3.每天检查小朋友的手指甲哦，勤剪指甲防止刮到自己或者他人。

4.今天正常开展延时班，请各位安排好时间准时来接哦！