

**中二·心语**

 **DAILY LIFE**



↓↓↓

**/2024/3/26**

我们的主题——《春天真美丽》



** 01 来园情况 **

1.**来园人数**：今日来园幼儿26人。**汤舒谣、陶栀夏**请假！

2.**来园情绪：**今天所有小朋友们都能开开心心来幼儿园，很不错哦！

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **姓名** | **自主选区域、专注游戏（⭐自己完成 △需要提醒）** | **序号** | **姓名** | **自主选区、专注游戏（⭐自己完成 △需要提醒）** |
| 1 | **丁沐晞** | **⭐** | 15 | **丁雅琦** | **⭐** |
| 2 | **沈沐晨** | **⭐** | 16 | **曹铭轩** | **⭐** |
| 3 | **李沐冉** | **⭐** | 17 | **高翌涵** | **⭐** |
| 4 | **李雨菲** | **⭐** | 18 | **李闻淼** | **⭐** |
| 5 | **王艺瑾** | **⭐** | 19 | **汤舒谣** | **请假** |
| 6 | **徐梓皓** | **⭐** | 20 | **刘倢序** | **⭐** |
| 7 | **鞠雨恒** | **⭐** | 21 | **沈奕恺** | **⭐** |
| 8 | **吴弈鸣** | **⭐** | 22 | **刘宸瑀** | **⭐** |
| 9 | **王梓** | **⭐** | 23 | **王清钰** | **⭐** |
| 10 | **万煜铂** | **⭐** | 24 | **刘政凯** | **⭐** |
| 11 | **陶栀夏** | **请假** | 25 | **钱进** | **△** |
| 12 | **王艺凝** | **⭐** | 26 | **董程宁** | **⭐** |
| 13 | **邓淼** | **⭐** | 27 | **杨祥瑞** | **⭐** |
| 14 | **高宇辰** | **△** | 28 | **宋旭峰** | **△** |

3.**来园情况：**今天大部分幼儿都在8：30分前来园，继续保持哦！

 03集体活动

**健康：好吃的豆芽**

豆芽也称芽苗菜，是各种谷类、豆类、树类的种子培育出可以食用的“芽菜”，也称“活体蔬菜”，其营养全面，是常见的蔬菜。常见的豆芽有绿豆芽和黄豆芽。黄豆在发芽过程中，由于酶的作用，更多的钙、磷、铁、锌等矿物质元素被释放出来，这又增加了黄豆中矿物质的人体利用率。黄豆生芽后天门冬氨酯急剧增加，发现豆芽中含有一种干扰素生剂，能诱生干扰素，增加体内抗生素，增加体内抗病毒、抗癌肿的能力。绿豆芽其性凉、味甘无毒，能清署热、调五脏、解诸毒、利尿除湿，含有纤维素，若与韭菜同炒或凉拌，用于老年及幼儿便秘，既安全又有良效。

中班大部分幼儿能做到用餐不挑食，喜欢吃豆芽，但是也有一部分幼儿因为嚼不烂和有豆味不喜欢吃豆芽，常常浪费食物。而豆芽的营养价值较高，所以通过集体活动让幼儿了解豆芽的不同种类和营养价值，从而愿意接受它，喜欢吃豆芽。。

**丁沐晞、沈沐晨、李沐冉、李雨菲、王艺瑾、徐梓皓、鞠雨恒、吴弈鸣、王梓、万煜铂、王艺凝、邓淼、高宇辰、丁雅琦、曹铭轩、高翌涵、李闻淼、刘倢序、沈奕恺、刘宸瑀、王清钰、刘政凯、钱进、董程宁、杨祥瑞、宋旭峰**能观察比较黄豆芽、绿豆芽的不同特征。

**丁沐晞、沈沐晨、李沐冉、李雨菲、王艺瑾、徐梓皓、鞠雨恒、吴弈鸣、王梓、万煜铂、王艺凝、邓淼、丁雅琦、曹铭轩、高翌涵、李闻淼、刘倢序、沈奕恺、刘宸瑀、王清钰、刘政凯、董程宁**知道豆芽是蔬菜，很有营养，乐意吃豆芽。

  04生活活动

**吃饭情况：**

今天我们吃燕麦饭、红烧翅中、大蒜平菇炒鸡蛋、翡翠银鱼羹。

午点：青菜花生咸粥；

水果：哈密瓜、樱桃番茄。

今天的饭菜**丁沐晞、沈沐晨、李沐冉、李雨菲、王艺瑾、徐梓皓、吴弈鸣、王梓、万煜铂、王艺凝、邓淼、曹铭轩、高翌涵、李闻淼、沈奕恺、王清钰、刘政凯、董程宁、宋旭峰**都全部能吃完。

**钱进、高宇辰、杨祥瑞、丁雅琦、刘倢序、鞠雨恒、刘宸瑀、**未能全部吃完，加油哦！

午睡情况：今天一点前班级中大部分的幼儿都已入睡，**高宇辰、王清钰、**需要在提醒下才能够午睡。

** 05 温馨提示 **

春季是传染性高发的季节，家长们更要注意保持孩子的身体健康。要谨防春季易流行的呼吸道传染病，如流感、支原体肺炎、水痘、腮腺炎、流行性脑膜炎等。

1️合理穿衣，随时增减，易出汗的小朋友可垫好吸汗巾。

 2️早上起床关注幼儿状态，来园时提醒幼儿一定要在保健老师处检查后再上楼。

 3️注意保持室内空气流通。

 4️注意饮食，吃热性食物。（例如：鱼、肉、豆类等）

 5️春季还要保证孩子的饮水量。

 6️春季适当的户外运动和锻炼。

 7️注意保护皮肤和嘴唇。

让我们家园携手为幼儿健康过冬保驾护航✊

**谢谢大家的支持与配合！**

**—END—**

在一起的点滴都值得记录！