

# 最新生活能力比赛活动方案策划(精选5篇)

为确保事情或工作顺利开展，常常要根据具体情况预先制定方案，方案是综合考量事情或问题相关的因素后所制定的书面计划。那么方案应该怎么制定才合适呢？以下是我给大家收集整理的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 生活能力比赛活动方案策划篇一

1. 通过活动，提高孩子的生活自理能力，学会穿脱衣服，鞋袜、系鞋带及叠衣服、被子等基本的生活技能。
2. 在有趣的比赛活动，让孩子感受自己长大了，引导幼儿懂得自己的事情自己做。
3. 通过班级之间的比赛，增强孩子的比赛意识和集体荣誉感。

时间□xxx年x月x日上午9:20，

地点：音乐室穿衣服、穿鞋子、叠被子比赛

全体幼儿

衣服：24件，被子：12张，桌子：12张

1. 各班1名教师当评委（隔壁班级互换打分），1名教师和保育员负责叫人与照看幼儿。
2. 分年龄段进行，每次每班派出6名幼儿参加，每位幼儿一次机会，参加比赛的幼儿自己拿好衣服、鞋子、分班成一路纵队站好，听到主持人的口令开始比赛，以记时的`形式开展。

### 3. 评判要求

(1) 参赛幼儿衣服穿好后，要求穿得整齐、领子翻平，钮扣正确、一一对齐。

(2) 叠被子方法：左边折向中线，右边这向中线（重叠）

4分钟内完成所有规定项目者，衣服、鞋袜正反穿着正确，物品摆放整齐者。

进步奖：4分钟外完成所有规定项目者，衣服正反穿着正确，衣服、鞋袜正反穿着正确，物品摆放整齐者。

## 生活能力比赛活动方案策划篇二

幼儿生活自理能力的培养要从幼儿园与家庭两方面入手，孩子来幼儿园的生活是集体生活，要遵照幼儿园的作息时间与活动安排。教师会引导孩子学习与生活，培养孩子的生活自理能力。回家以后，孩子的生活自理能力的培养就成了未知数，所以孩子生活自理能力培养的重点和难点在于家庭。我觉得必须从家庭寻找突破口，家园协作才能取得良好的教育效果。为此，我对幼儿在家自理表现及教育的现状进行了调查，以寻找教育的切入点，采取有效的家庭指导策略，达到家园协作共同培养幼儿自理能力的目的。

### 一、调查结果分析：

(一) 不同年龄、不同性别幼儿生活自理能力发展情况。

由调查问卷表中看：

1、大班年龄的幼儿自理能力的总体水平发展还是比较好的，除了“安静入睡”“正确睡姿”“安静进餐”三项“不会的”超过50%以外，其余项目“不会的”都在30%以下。这说

明当前幼儿家长还是比较重视孩子自理能力的培养的。

2、大班年龄的幼儿生活自理能力的发展与幼儿身心发展的规律是相吻合的。

3、大班年龄的幼儿男、女幼儿在生活自理能力的各项目中都存在着差异。总体情况是女幼儿“会的”百分比要比男幼儿高。男、女幼儿的家长在对自己孩子的生活自理能力的培养上存在着一定的差异。家长对女孩子一般要求比较严，也能有意识地放手让她们做一些自理的事情。而男孩子的家长则愿意更多地为孩子“代劳”。如在问及“孩子能否保持地面、桌面的整洁和衣物的整洁？”时，男孩子的家长回答“不能”的占45.7%，而女孩子的家长回答“不能”的则只有10.1%。在“您的孩子能否正确洗脸、刷牙？”、“您的孩子能否正确使用毛巾”时，男孩子的家长回答“不能”的分别占65.6%和74.5%，而女孩子的家长回答“不能”的则分别占45.8%和37.4%，两者具有较为明显的差距。这与我们的社会对男、女幼儿的传统教育有关系。从我们与家长平时的交谈中也可以验证这一点。

（二）父母学历与幼儿生活自理能力水平之间的关系。（百分比）

由调查问卷表可以看出，父母学历不同与其子女的生活自理能力在不同项目上存在着相关联系，具体表现在：

1、在“自理物品”方面：出现随父母学历的提高幼儿能力相应提高的现象。如在“折叠衣服”这一项，父母“双方均在中专以上”、“一方在中专以上”、“双方均在中专以下”他们的孩子在“折叠衣服”这一项“会的”分别是58.26%、29.13%、10.12%。其余各项也存在着类似的情况。

2、在“进餐”方面：出现父母双方学历较高与较低幼儿比父母一方学历较低幼儿能力高的现象。表中所列“吃饭”

和“使用筷子”两项，父母双方学历较高或较低的幼儿，其“会的”分别占88.20%、86.40%和68.43%、61.50%，而父母双方学历一方高一方低的幼儿，其“会的”则只有78.20%和42.28%。

3、在“盥洗”方面：出现父母双方学历在中专以下，其子女的能力比父母双方学历高的子女高的现象。其“洗脸”、“洗脚”两项“会的”均为86.50%。

4、在“穿、脱衣服”方面：父母学历均为中专（高中）以上的子女，在这一方面能力总体发展较好。可见，父母的学历与子女的生活自理能力发展水平无规律可循，应依据不同的自理项目进行具体的分析，以便有针对性地采取灵活的措施，对不同孩子、不同家庭进行教育及辅导。

### （三）父母职业与幼儿生活自理能力的关系。（百分比）

从调查问卷表可以看出：父母经商的子女其生活能力总体上比父母是其他职业的子女的生活自理能力低。表中各项目“会的”百分比“父母是经商”都比其它两种要低得多，而父母是“公职的”和“其它的”则没有明显的差异。有职业的家长 and 做生意的家长，因急于上班或料理生意，他们没有时间等孩子自己慢慢自理，觉得这是在浪费时间，因此孩子所有生活上的事项都在他们匆忙中被包办了。而平时又抽不出时间专门教孩子，使得孩子在某些方面不能自理。

### （四）家庭属性与幼儿生活自理能力之间的关系。（百分比）

由调查问卷表可以看出：传统家庭子女的生活自理能力比单亲家庭和核心家庭子女的生活自理能力发展水平较差。表中所列各项“会的”百分比均低于其他两类家庭的孩子。而单亲家庭和核心家庭子女的生活自理能力发展水平无明显差别。原因一是在传统家庭中，祖辈因为“隔代亲”的影响重养轻教，什么都包办代替，有的父母想让孩子自己动手，但长辈

舍不得，百般阻拦，两代人教育观念、方法不一致使孩子养成任性、娇气、依赖心理，从而影响自理能力的发展。原因二是在传统家庭中，有较多的成人围绕一个孩子转，孩子的事情都可以由家长“代劳”，长久下来，孩子自己的事情自己不会做，等待家长帮忙成为他们的习惯。

二、通过这次调查问卷及分析了解到家庭教育对幼儿自理能力方面还存在以下问题：

### 1、家庭成员的溺爱包办

现在家庭中，大多是独生子女，父母觉得自己就这么一个孩子，从小让他干这干那，于心不忍。一切的替代，使得幼儿从小就有一种依赖的思想和行为以至于孩子养成没人喂就不肯吃饭，没人陪就不肯入睡，尤其是家中的爷爷奶奶更是溺爱孩子，怕孩子自己吃不饱或太慢而喂他，使孩子养成一切生活全部由成人包揽，养成孩子事事依赖成人的坏习惯。

### 2、孩子没有掌握自理方法和技能

孩子因年龄小，在自理时常不懂程序和方法，碰到实际困难，父母不是教会孩子怎么去做，而是采取代替的方法，使孩子总也学不会自理方面的技能，这也是导致孩子不会自理的重要因素。

### 3、缺少必要的反复练习机会

当孩子刚学会穿脱衣服时兴致很高，且常得到父母的鼓励和表扬，但学会后孩子便失去兴趣而不愿再做，父母就代替去做，使得孩子失去了一次反复锻炼的机会。

### 4、没有给孩子提供锻炼的机会

“孩子太小、动作太慢，反而添乱，还不如自己干。”这种

思想的家长为数不少，他们总是不愿多给孩子锻炼的机会，束缚孩子的双手、双脚。那么，孩子什么时候才能学会呢？家长要放手让孩子去做，多给锻炼的机会，让孩子在实践中出本领，也就制止了孩子什么都不会的现象。

## 5、家庭要求没有做到一致性

家庭成员的一致性，也就是幼儿在家中做事时，家庭中的成员必须对他做的事要求一致。而我们调查统计中显示，有爷爷奶奶的传统家庭中，孩子的自理能力较差，我们都知道，爷爷奶奶亲孩子，真是比父母都要亲，所以家庭里经常会有这样的事情，妈妈想让孩子学会自理能力，要求孩子自己穿衣服，孩子慢悠悠地笨手笨脚地穿，奶奶看见了，怕孩子受凉感冒表示反对，爸爸怕孩子耽误自己上班的时间，就亲自动手替孩子穿起衣服来。一个是要培养，一个是怕孩子做不好，自己代劳，可想而知，这们的教育不一致，不统一，孩子什么时候也学不会自理的。

## 三、几点建议

### （一）改变家长培养孩子生活自理的观念

此次调查显示，影响幼儿生活自理能力发展的因素有年龄、父母职业、家庭属性、家长态度等，而其中最为关键的是家长的教育态度和教育观念。因此，提高幼儿生活自理能力的关键在于转变家长培养孩子生活自理能力的不科学的观念。如：孩子太小，不会做，长大再学也不迟等方面。当然，家长观念的改变也不是一朝一夕的事情，幼儿园应通过家长学校、家长讲座、家教园地等多种途径向家长宣传，提高家长对培养孩子生活自理能力重要性的认识，同时，还应让家长意识到他们在对待孩子生活自理能力的培养上所存在的一些不良做法和思想，帮助他们努力进行改变。只有家长充分认识到培养孩子生活自理能力的重要性，并努力改变自己不科学的做法和思想，才能从根本上提高孩子的生活自理能力，

教师所做的一切努力才能有效。

## （二）教给家长培养幼儿生活自理能力的方法

在调查中有的家长说不会教或教了孩子不听、效果不好，这与家长没有掌握正确的教育方法有关。因此，让家长掌握有效的培养孩子生活自理能力的方法，应该成为提高幼儿生活自理能力的重要工作。从以往的经验看，我们认为可以教给家长以下几种教育方法。

1、榜样法：俗话说身教胜于言教，家长的一言一行都直接影响着孩子。但我们的不少家长要求孩子的是一套，而自己做的又是一套，因此对孩子的正确要求被自己的反向行为所抵消，达不到教育的效果。为此，我们要求家长应该为孩子做个好榜样。要求孩子物品要有序摆放，自己的物品、脱下来的衣服首先要摆放好，以自己的实际行动为孩子树立良好的榜样。

2、儿歌、故事法：儿歌、故事是幼儿喜欢的教育内容和形式。把生活自理能力的教育渗透于儿歌、故事中，可以使幼儿容易理解和接受。因此，教师可以收集具有教育幼儿生活自理能力的儿歌、故事，让家长教孩子边念儿歌边学习生活技能。如教幼儿漱口，可以边教边说儿歌：“手拿花花杯，含口清清水，抬起头，闭着眼，咕噜咕噜吐出水”。这样简单通俗易懂的儿歌能帮助幼儿记住漱口的顺序，使幼儿在愉悦的儿歌里轻松自主地学习。同时生动形象的故事、歌曲也能帮助幼儿更好地学习自理。如故事《三只小猪》、歌曲《我有一双小小手》都是家长进行教育的好素材。

3、鼓励法：成就感是推动幼儿生活自理能力发展的重要动力。当孩子取得点滴进步时，家长不要吝惜自己的赞美之词，如“你真棒”“你是个能干的孩子”，让孩子体验到进行生活自理的成就感。要求孩子进行自理活动时，多鼓励他们“你行的”“我相信你一定会做好的”，使孩子在家长的

鼓励下克服困难，努力学习生活自理，追求成功和进步。

4、示范法：幼儿在做每一件事情时，家长不能光看见孩子能做就行了，还要教给孩子正确的做法。如整理床铺，家长一边示范一边讲解，并指导孩子叠一叠，家长千万不能急于求成，孩子一次做不好就不让他做了，家长要对孩子一点一滴的进步给予鼓励，让孩子对做事情有信心。

5、纠错法：幼儿能力低，生活经验有限，他们对生活技能的掌握需要经历一个不断纠错的过程，因此，家长应允许孩子在学习自理能力时出现错误，并且耐心地给予纠正，使孩子在纠错的过程中掌握正确的方法。如孩子在穿衣的过程中常出现穿反、扣子扣不整齐等错误，此时家长就应帮助孩子分析为什么会发生这样的错误，并指导他们应该怎样做才能穿得又快又准。

### （三）探索多样化的家长指导形式

不同的家长、孩子在家中不同的自理表现，要求教师必须探索多样化的指导形式，发挥各指导形式在指导家长教育孩子自理能力方面的优势，才能取得良好的指导效果。

1、家长会：即把家长集中起来，就孩子共同存在的问题向家长汇报，也可以向家长传授一些具有共性的指导孩子生活自理能力的方法。可以是全班幼儿的家长会，也可以是存在共同问题的幼儿的家长会。这种形式的效率比较高，它需要教师有意识地去发现班级孩子在自理能力方面存在的共同问题。

2、家访调查法：即教师根据幼儿的表现对个别幼儿、特殊幼儿采取的一种方法，利用家访中与家长的交谈访问。它可以使教师的工作更有针对性，可以使教师更加深入地了解幼儿及其家庭的情况，但往往需要花费教师较多的时间。

3、借鉴有经验家长的方法：家长中也不乏具有高水平的素质，



对幼儿自理能力的培养有很好的经验，我们也可以利用这部分家长的亲身经验，为家长们宣传教育孩子的经验，一般会收到很好的效果。

4、利用家园联系册：即教师以家园联系册的形式向家长汇报孩子在幼儿园的生活自理情况，或就有关需要家长配合的幼儿生活自理事项反映于家园联系册中。这种形式方便、快捷，特别适用于因事务繁忙而难于与教师直接见面家长。

此次调查，让我了解到幼儿家庭生活自理能力的培养存在着较为复杂的情况，作为教师应依据幼儿及其家庭的具体情况有针对性地进行教育和辅导，同时注意加强家园的联系，以使我们的孩子从小养成良好的自理习惯和自理能力，为其学习、游戏以及成长打下良好的基础。

## 生活能力比赛活动方案策划篇三

活动目标：

- 1、通过活动，提高孩子的生活自理能力，学会穿脱衣服，鞋袜、系鞋带及叠衣服、被子等基本的生活技能。
- 2、在有趣的比赛活动，让孩子感受自己长大了，引导幼儿懂得自己的事情自己做。
- 3、通过班级之间的比赛，增强孩子的比赛意识和集体荣誉感。
- 4、发展身体协调性。
- 5、感受运动的快乐，愉悦身心。

活动时间与项目：

时间□xxx年x月x日上午9：20

地点：音乐室穿衣服、穿鞋子、叠被子比赛

参赛人员：全体幼儿

活动准备：

衣服：24件，被子：12张，桌子：12张

比赛形式与规则

1、各班1名教师当评委（隔壁班级互换打分），1名教师和保育员负责叫人与照看幼儿。

2、分年龄段进行，每次每班派出6名幼儿参加，每位幼儿一次机会，参加比赛的幼儿自己拿好衣服、鞋子、分班成一路纵队站好，听到主持人的口令开始比赛，以记时的形式开展。

3、评判要求

（1）参赛幼儿衣服穿好后，要求穿得整齐、领子翻平，钮扣正确、一一对齐。

（2）叠被子方法：左边折向中线，右边这向中线（重叠）

奖项制定小能手奖：4分钟内完成所有规定项目者，衣服、鞋袜正反穿着正确，物品摆放整齐者。

进步奖：4分钟外完成所有规定项目者，衣服正反穿着正确，衣服、鞋袜正反穿着正确，物品摆放整齐者。

## 生活能力比赛活动方案策划篇四

一、问题的提出：

习惯是人生之基，好的习惯可以逐渐形成好的人格，关系到

一个人的生活、学习、工作等方方面面的人生表现。著名的教育家叶圣陶先生曾经讲过：“教育的实质就是培养良好的习惯！”幼儿期是人的一生身心发展尤其大脑结构和机能发展最为旺盛的时期，更是良好生活习惯形成的关键期。在这个阶段，儿童极易接受外界刺激，而且形成的一切是非常牢固的，并将成为人的第二天性。俗话说：“五岁成习，六十亦然”。这句话虽有点夸张，但也说明了幼儿期良好生活习惯的养成对人的一生影响巨大，这是由于这个时期孩子的心理特点所决定的。这一时期一旦养成良好的生活习惯，确实能让孩子终生受益。具备一定的生活自理能力，对孩子的体力、智力、良好的个性形成和为今后一生的发展奠定基础，也是孩子形成健康人格的重要前提，对他们的社会化有着极为重要的影响。然而，片面的教育观念导致许多家长一味地望子成龙，只注重孩子的智力培养，热衷于各种特长教育，忽视对孩子健康成长更为重要的非智力因素培养，使孩子不具备最基本的生活自理能力。他们自幼受宠，依赖性强，独立意识差，这对孩子的健康成长很不利。

实践中，我们可以看到，在幼儿园，老师从小班开始就注重孩子自我服务能力的培养。许多孩子在幼儿园能自己吃饭，自己穿衣，可回到家后，由于家长们思想上任其自然，教养态度不合理，使孩子已初步建立的生活自理习惯不能巩固，造成饭来张口、衣来伸手的行为。由此看来，家长的教养态度与孩子的自理能力发展存在着内在的联系。为此，我开展了幼儿自理能力发展与家长教养态度之关系得调查研究，目的是进一步了解在家庭中影响幼儿自理能力发展的因素，从而采取相应的对策，为我们正确指导家庭教育，有效地培养孩子的自理能力提供依据。

## 二、调查的方法

调查问卷法

## 三、调查的对象

大二班全体幼儿（共42人）

#### 四、调查的目的

为了让孩子全面发展，培养幼儿的动手能力，激发幼儿爱劳动的情感，幼儿园设计了此次幼儿生活自理能力调查问卷，通过了解幼儿自理能力的基本现状，在幼儿一日活动中有目的的进行教育，有针对性地巩固幼儿的生活自理意识的培养，提高幼儿的动手能力，自我服务的意识。

#### 五、情况分析

有些家长工作忙，时间紧，不愿让孩子在自己练习的过程中浪费时间。孩子能完成的事，家长宁愿自己在匆忙中代劳。这种不明智的做法剥夺了幼儿早日获得自理能力的机会。其实孩子从小就喜欢自己动手，大人应该帮助孩子建立自信心，让孩子独立完成自己能够完成的任务，并为自己能够完成任务而自豪。这是孩子建立自信心，具有成功感、独立性、意志力的有效前提。有些家长怕孩子吃苦受累，什么都想到了，做好了。长此以往，培养出来的孩子不懂得关心父母和周围的人，不懂得珍惜和付出，性格自私，以自我为中心，不会与人分享，不懂得谦让和宽容，不爱劳动。这些对形成幼儿健康人格是非常不利的，必须切实加以纠正。

#### 六、结果与分析

通过此次调查问卷，我们发现班上大部分的孩子在园的能力都很强，但是在家里都还是不大会主动的做事情，在全班的调查问卷中，班上能力强的孩子，家长在问卷中也选择了不会做，其中整理自己的小床或玩具等有71%，餐后能主动擦嘴巴、漱口、洗手有71%，餐后会整理桌面的只有38%，在以后的活动中，我们将重点关注孩子这方面，我们在以后的工作中还从以下几方面重点进行教育：

## 1、让家长放手，鼓励孩子自己的事情自己做

我们通过开展正面与反面教育等形式，让家长明白，幼儿已经长大了，自己的事情自己做办。我们鼓励家长采取正面教育方式，增强幼儿的生活自理意识。开展“我是乖宝宝”、“我长大了”、“我学会了……”等谈话活动，利用提问、讨论、行为练习等形式，让幼儿意识到自己有能力干好一些事情，并为自己所干的事情而感到自豪，享受成功的喜悦。再如在语言活动（诗歌、故事、看图讲述等）中，帮助幼儿充分理解作品内涵，通过作品中角色的行为，使幼儿受到感染、教育。另外一方面，通过分辨不同行为（能自理的与不能自理的），巩固幼儿的生活自理意识。为幼儿准备不同行为表现的各种图片、录像带等等，让幼儿在对比、比较中提高增强对生活自理行为的认识。

## 2、注重方法，家园共育。

家长怕孩子吃苦受累，什么都想到了，做好了。长此以往，培养出来的孩子不懂得关心父母和周围的人，不懂得珍惜和付出，性格自私，以自我为中心，不会与人分享，不懂得谦让和宽容，不爱劳动。这些对形成幼儿健康人格是非常不利的，必须切实加以纠正。要让幼儿做到生活自理，必须让其明确生活自理的方法。幼儿没学会系鞋带的方法，就谈不上系鞋带；幼儿不会洗脸，就谈不上把脸洗干净；幼儿不知把玩具放到哪里，就谈不上把玩具物归原处……也就是说，即使幼儿有了自理意识，如果缺少自理的技巧，就是想做也做不好。所以，我们还要要求家长教幼儿学会具体的生活自理方法。

（1）分类指导法。由于幼儿之间存在个体差异，因此，采取针对性的措施。比如，对于自理能力较强的幼儿，以较高水平要求；对于自理能力较差的幼儿，相对降低要求的标准。如在指导穿鞋的过程中，小班幼儿中要求在区分左右脚的基础上把鞋穿好；大班幼儿不仅要正确区分左右脚，还要求正

确系好鞋带。对于那些动手能力是弱项的幼儿，给予更加耐心细致地指导，确保掌握要领。

(2) 循序渐进法。在幼儿都获得了初步的生活自理技巧之后，要求家长关注提高幼儿做事情的速度、质量等。比如，吃饭方面，针对小班幼儿吃饭，开始可能会撒饭粒的情况，加强培养和练习，多一些拟人化游戏的口吻，让幼儿从兴趣着手，逐渐正确掌握吃饭的技巧，少撒饭粒或不撒饭粒。

(3) 适时鼓励法。获得成功的愉快感是推动幼儿生活自理的动力。当幼儿取得点滴进步时，要求家长用“你真棒”、“你真能干”等肯定性话语使幼儿对自己的能力充满信心，成为激励幼儿自觉掌握自理能力的强大推动力，促进幼儿更好地模仿学习，提高自理能力。

3、是创设竞争环境。孩子活泼好动，有时，一句不经意的话就可以激起他的好胜心，跃跃欲试。我们紧紧抓住幼儿这一特点，和家长一起设计了一些有趣的比赛活动，以幼儿之间的良性竞争促发展，促进幼儿自理能力的提高。如举行“穿衣、叠被比赛”等。积极创设相关生活主题词环境：用你问我答的形式来提高家长管理孩子自理生活的水平。

4、搭建为他人服务平台。每天安排值日生，为他人摆餐具、发餐巾等。不仅让幼儿学会生活自理，还能为集体服务、为家人服务，在提高自理能力的同时也塑造了幼儿优良的品质。在幼儿园的一日活动中，加入生活自理能力方面的内容，通过示范讲解、学儿歌、做游戏、讲故事等方法，让幼儿在玩中学、做中学，逐步掌握穿衣穿鞋等技巧，学会初步自我服务技能。教育幼儿只有自己动手，才是最能干的，让幼儿在学习体验成功的喜悦。并以竞赛形式巩固训练，定期检查评价，及时给予表扬和鼓励。对能力差的幼儿加强帮教，并让幼儿间互相帮助。

## 生活能力比赛活动方案策划篇五

### 1、父母包办：

有的家长认为孩子小，能力差，自我服务是孩子以后的事，这些事等到孩子长大了也就自然了，现在根本不需要考虑这些事情，现在最要紧的是发展孩子的智力和对孩子进行各种特长的教育、训练；在家庭中，溺爱孩子的家长包办代替了一切。成人们自觉或不自觉地剥夺了幼儿动手的机会，限制了幼儿自我服务能力的发展，养成了幼儿过分依赖的性格，使孩子们成人后，缺乏相应的生活能力、动手能力，难以适应社会发展的要求。特别是小班更由于年龄小，平时日常生活中的一些力所能及的事(如穿衣、洗脸等)都被家长们好心地包办了，使一些本应该得到锻炼的劳动技能，都在无形中被剥夺了，从而失去了发展的机会，这样往往造成自理能力差、不爱劳动、懒惰等不良后果，养成了依赖性强、独立性差、能力弱等弊病，这对他们的将来及其不利，有直接的负面影响。

2、幼儿园老师怕麻烦：现在的幼儿园在班的孩子也越来越多，老师的工作压力也越来越大。有的老师在很多时候怕麻烦，嫌孩子动作慢。如孩子自己吃饭常常桌上、地上到处都是，老师嫌脏，认为不如自己喂得快；有的孩子自己洗手结果手没有洗干净，还弄湿了衣服，老师还要帮他洗；孩子穿衣，把衣穿反了，要重穿，耽误了时间……，老师普遍认为与其这样麻烦，倒不如自己做了算。孩子年龄小，对周围事物感到新鲜有趣，他们喜欢独立完成自己能够完成的任务，而且为自己能够完成任务而骄傲，从而养成独立性，建立自信心，增强责任感和意志力，获得成功感。可见，自我服务可以有效地促进智力因素与非智力因素的同步发展。同时，新的《幼儿园教育指导纲要》中也明确提出：作为父母与老师，我们既要高度重视和满足幼儿受保护、受照顾的需要，又要避免过度保护和包办代替，鼓励并指导幼儿自我服务的尝试。

由于孩子缺乏生活自理方面的能力，阻碍了孩子学习和行为习惯的形成，也造成孩子缺乏自信心。长此以往，这些孩子长大以后连自己照顾自己都将成为问题，又怎能指望他们去照顾别人，更谈不上为祖国、为社会做出更大的贡献。

我们要因势利导，开始培养孩子日常生活的初步自理能力和基本习惯，让家长了解凡是儿童自己能做的，应当让他自己做的教育原则。从小培养孩子的自我服务能力，增强独立自主的信心。

培养幼儿自我服务能力的时期就是小班阶段，同时也是幼儿生活自理能力和良好生活习惯初步形成的关键期。从儿童心理发展规律看，年龄越小越单纯，可塑性越强，越容易接受各种影响和教育，此时培养孩子的自我服务能力及习惯越易成功。同时，小班幼儿的基本动作已发展得比较自如，他们已能够掌握各种运用大肌肉的动作和某些运用小肌肉的精细动作，这为幼儿生活自理能力的培养奠定了基础，而且他们自身也产生了独立地进餐、盥洗、睡觉、穿脱衣服的愿望。这时，成人既不能撒手不管，也不能包办一切，而要针对他们的发展水平，提供必要的条件和机会，帮助他们实现生活自理能力的愿望。前苏联教育家苏霍姆林斯基也曾经指出：幼儿的智力发展应当同时体现在手指的操作、语言的表达和用脑的思考上，动手、动口与动脑三者之间有着息息相关的内在联系。从小给孩子一双灵巧的小手，是促进孩子思维发展、丰富其语汇、增强其自信心的基础和前提。我们不要荒废孩子双手上的智慧，要教给孩子一些实干、巧干的方法和技能，这是孩子学会生存、学会自主的起点。

为此我们对幼儿进行正面教育，增强幼儿的生活自我服务意识。如通过谈话“我是乖宝宝”、“我长大了”、“我学会了……”等活动，利用提问、讨论、行为练习等形式，让幼儿意识到自己有能力干好一些事情，为自己会干力所能及的事情感到高兴。再如在语言活动(诗歌、故事、看图讲述等)中，帮助幼儿充分理解作品内涵，通过作品中角色的行为，



使幼儿受到感染、教育。例如：我们班的高越小朋友不会穿脱、整理衣服，刚开始，老师帮助他完成，但是要求越越：“要仔细的看，争取学会，会了方法，下次要让越越自己来做，好吗？老师知道越越最棒了”。通过这样的方式来增强越越的自信心，以提高她的动手能力。

我们利用各种机会帮助幼儿获得他们可能掌握的能力。这就要求家长对幼儿要有一个恰当的期望值。我们提出的要求必须是幼儿经过努力便能达到的。另外，应尽量让孩子自己解决问题。设计一些能促使孩子成功的情境，成人一定要耐心地让幼儿完成其力所能及的活动，鼓励幼儿，让幼儿主动去做，喜欢去做，让幼儿享受成功的喜悦。

教给幼儿生活自我服务的技巧，要让幼儿做到生活自我服务，必须让其明确自我服务的方法。幼儿没学会系鞋带的方法，就谈不上系鞋带；幼儿不会洗脸，就谈不上把脸洗干净；幼儿不知把玩具放到哪里，就谈不上把玩具物归原处……也就是说，即使幼儿有了自我服务的意识，如果缺少自我服务的技巧，就是想做也做不好。所以，我们还要让幼儿学会具体的自我服务的方法。

(1) 寓教于乐，让幼儿识得自我服务的方法。根据幼儿的年龄特点，我们可以把一些生活自理技巧编成儿歌、歌曲以及设计成饶有趣味的情节等，让幼儿在游戏、娱乐中学习本领。如在教幼儿如何刷牙以防长蛀牙虫时，我们就教给了幼儿一首蛀牙虫的歌，时时提醒幼儿每天早晚刷牙，而且让袁杰小朋友亲自示范正确的刷牙方式，小朋友都认真仔细的看，表现的很棒。

(2) 因材施教，有的放矢，进行个别指导。由于幼儿之间存在个体差异，因此，对于没层次的幼儿来说，要求就有所区别。对于自我服务能力较强的幼儿，就以较高水平要求；对于自理能力较差的幼儿，就相对降低要求的标准，不可强求，更不可鄙视，须因材施教。例如：我们班的幼儿年龄差异比较大，

所以对年龄较大的袁杰与年龄较小的王嘉希来说，自理能力当然不同。杰杰在自我服务能力方面表现特别棒，会自己穿脱整理衣服。而希希就相对差一些，还需加强练习，所以老师要根据实际情况，逐步提出不同的要求，从易到难，从简到繁。

(3) 秩序渐进，逐步提高要求。获得初步的自我服务技巧之后，要注意提高幼儿做事情的速度、质量等。如在吃饭的时候，思思总是会撒饭粒，经过老师的培养和练习，思思已经掌握了吃饭的技巧，进步了很多。

(4) 品尝成功，进一步提高幼儿的生活自理能力。获得成功的愉快感是推动幼儿生活自理的动力。当幼儿取得点滴进步时，口吻“你真棒”、“你真能干”……都会使幼儿对自己的能力充满信心，成为激励幼儿自觉掌握自我服务能力的强大推动力；但当幼儿限于自身能力，无法达到预期目标时，我们要耐心细致地引导，还可辅以鼓励性语言(如“你行的”，“我相信你会干好的”等)，必要时我们还需协助幼儿实现成功，以免挫伤幼儿积极进取的精神。

幼儿生活自理能力的培养是一项系统工程，需要幼儿园、家庭、社会、幼儿的共同努力。在这个过程中，只有四者认识一致、态度一致、言行一致、行动一致，才会形成强大的教育合力。培养幼儿的生活自理能力是一项艰巨而漫长的任务，“冰冻三尺非一日之寒。”幼儿生活自理能力的培养不是一下就能奏效的，这是一个漫长的过程。孩子还小，只要他自己能做，就要给他创造锻炼的机会，在此基础上，施以言传身教，辅以耐心细致，结合家园同心，只有这样，培养孩子生活自理能力才能成为现实。