**浅谈小班幼儿生活自理能力的培养**

　　所谓生活自理能力简单地说就是自我服务，做到"自己能做的事自己做，不会的学着做。"从而培养幼儿良好的饮食、睡眠、盥洗、排泄等生活习惯和生活自理能力。但现在大部分的幼儿依赖性强，生活自理能力差，以致不能很好的适应新环境。我经过了解分析，发现孩子自理能力差的原因是：现在的独生子女在家庭中是小皇帝、小公主，父母包揽了所有的家务劳动，重视对幼儿的智力投资，而忽视了幼儿自理能力的培养；幼儿因为年龄较小，在自理时碰到实际困难，家长不是教会孩子，而是代替孩子做，导致幼儿不会自理。如何培养孩子的自理能力，我认为应从以下几方面着手：

**一、让幼儿明白自己的事情自己做，树立幼儿自己动手的理念。**

　　家长的包办代替，使孩子形成一种错误认识：自己不愿意干的事情，父母会帮着干，于是我们看到的是孩子在等待，等我们帮他们做掉各种本应他们自己做的事情。为此，我们选取了儿歌、故事等，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。让幼儿知道自己的事情要自己做，培养幼儿自理的意识。班级里还逐步的开展了很多有关自理能力的活动，如"我长大了，我是能干的好娃娃，我会自己来……等等活动和各种自理能力的竞赛，激发幼儿的上进心，培养幼儿的自信心。

**二、强化幼儿生活自理能力的行为，以便提高幼儿的自理能力**

　　（一）在一日生活中训练幼儿自理能力的行为

　　根据幼儿的年龄特点，我们将一些生活自理技巧编成儿歌、歌曲以及设计成有趣味的情节等，让幼儿在游戏、娱乐中训练自理能力的行为。例如，在每次洗手时幼儿都会边念儿歌边挽袖子"洗小手，打肥皂，手心搓，手背搓，手指交叉搓一搓，冲冲水，冲干净，甩一甩，擦毛巾，比比谁的小手最干净。"通过儿歌的学习，孩子们在洗手时都能养成良好的洗手习惯。还有穿衣服的儿歌："小手握成拳，钻钻钻，嗨！"穿裤子的儿歌"两座山洞前边站，两列火车向里钻，呜的一声开过去，两个车头又见面。"这些顺口又好玩的儿歌在幼儿的念诵中，不仅让孩子们感受到了游戏的乐趣，并帮助解决了自理技能的学习难点，使幼儿很快的便掌握了自理能力的方法。

　　（二）在区域活动中练习幼儿生活自理的技巧

　　1.在生活区的练习幼儿的生活自理能力

　　为了便于幼儿更好地探索生活，更好地掌握技能知识。我们就在区角中为幼儿准备了许多这样的材料：比如提供塑料珠子、动物线板、鞋带、衣服、裤子，让孩子进行穿珠子、穿线板的练习，提高手眼协调性；提供蚕豆、勺子，让孩子掌握拿勺子的正确方法；提供衣服，让孩子练习拉拉链和扣纽扣，提高生活服务能力；提供拼图玩具，锻炼孩子的耐心和思维等等。通过一系列的活动，让幼儿的生活自理能力得到了练习，同时他们的动手能力也得到了锻炼。

　　2.在角色区练习幼儿的生活自理能力

　　角色游戏是幼儿反映社会、反映成人活动的一种游戏。角色游戏来源于幼儿的生活，如爸爸妈妈常常会带着孩子去超市购物，在购物中孩子会很清楚父母怎样与售货员交易；头发长了，爸爸妈妈带孩子去理发。这都是孩子看到的，甚至参与过的事情，因此在幼儿园开展的角色游戏中，孩子就会把自己在平常生活中看到的、听到的及亲身经历的，统统在游戏中通过逐步想象反映出来。例如在观察贝贝家的活动中发现了这样一件有趣的事：妈妈马诗怡在和客人玩，这时，爸爸陶政宇正抱起娃娃，忙着给娃娃洗头发，然后，他拿起剪刀开始帮娃娃剪头发，马诗怡看见了连忙拿出镜子说："宝宝，看看漂亮吗？" 陶政宇和马诗怡都笑起来。角色游戏让孩子体验了生活中的乐趣，同时也为孩子的未来奠定良好的基础。

**三、家园合作，共同促进幼儿自理能力的提高。**

我们秉承陶行知先生的大教育观--"生活即教育"、"社会即学校"。纲要也指出："家庭是幼儿园的合作伙伴。"要培养幼儿良好的生活自理能力，家长们必须端正教育观念，这样才能促进幼儿的发展进步。为此，我们主要采用家长会、家园联系册、家教之窗、日常交流、观摩、亲子活动等方法，加强家园配合。我们班很多孩子都是隔代教育，溺爱无比，我们不只教育幼儿的爸爸妈妈，对祖辈更是要提出严格的要求。做到在教育孩子的问题上达到一致，以免幼儿产生"依赖"祖父母的习惯。很多家长在与我们交流时提到："没想到我们的孩子有这么能干，是我们小瞧了孩子，也耽误了孩子的发展。"

陶行知先生说过："没有生活做中心的教育是死教育；没有生活做中心的学校是死学校；没有生活做中心书本是死书本。"可见生活教育有多么重要。"冰冻三尺非一日之寒"，幼儿生活自理能力的培养不是一两次教育就能有效的，这是个漫长的过程。让我们放开关爱的双手，给孩子一个锻炼的机会，相信孩子，经过锻炼他们一定会像初升的太阳绽放耀眼的光芒！