**培养幼儿的自理能力**

生活自理能力是指孩子在日常生活中照料自己生活的自我服务性劳动的能力。主要包括自己穿脱衣服、鞋袜、收拾、整理衣服和床铺，独立进餐和洗盥,自己洗脸、洗脚和洗小手帕等。孩子自理能力差，主要原因有：  
1、家庭成员的溺爱包办。  
 在幼儿园凡是孩子能做的事，老师都注意培养孩子自己学做，从小养成孩子做各种力所能及的事情的习惯。但回到家父母尤其是爷爷奶奶常溺爱孩子，嫌孩子自己吃饭太慢或弄脏衣服而急于去喂他，孩子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、孩子没有掌握自理的方法和技能。  
 孩子因年龄小，在自理时常不懂程序和方法，碰到实际困难，爸爸妈妈不是教会孩子，而是去代替孩子做，导致孩子不会自理。  
3、缺少必要的反复练习的机会。  
 孩子刚学会穿衣服时兴致很高，且常得到父母的鼓励表扬。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次练习的机会。那么怎样训练孩子的生活自理能力，从小养成良好的劳动习惯和独立能力呢?  
1、根据孩子生理发展特点，逐步提出要求，从易到难，从简到繁。2-3岁的孩子可训练自我服务的各项本领，如吃饭、洗手、刷牙、包括自己上厕所。  
2、为孩子生活自理创设必要的、合理的条件。  
如：最好有自己的小床、小被子；衣服要放置在低矮的橱里，便于孩子取放；洗脸盆要小而轻便，洗脸巾要短且薄等。  
3、教会孩子基本的生活自理方法和技能。  
如：教孩子擦脸顺序是：用毛巾擦眼睛、脸部、鼻子万婴育儿跟踪、前额，然后擦耳朵、耳背，最后擦颈部等。  
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理能力的强大推动力；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。  
5、要持之以恒，反复训练。  
 孩子的生活自理能力是在实践中不断巩固，从而养成自觉爱劳动的习惯。成人对孩子做得好的，要及时给予表扬，同时父母要以身作则，做好表率作用。幼儿生活自理能力的形成，有助于培养幼儿的责任感、自信心以及自己处理问题的能力，对幼儿今后的生活也会产生深远的影响。但现在的大部分孩子，依赖性强，生活自理能力差，以至于不能很好地适应新的环境。所以，培养幼儿的生活自理能力至关重要。  
 相当一部分生活自理的内容存在于家庭之中，而有些家长认为，孩子还小，长大了再干也不迟、什么事都包办代替，以至吃饭、大小便都有大人帮忙，甚至有的孩子在幼儿园里自己能做的事情，回到家里却“衣来伸手，饭来张口”，久而久之，使孩子养成了“依赖”心理。  
这就需在培养幼儿自理能力的过程中，家园同心，对幼儿进行一致性教育。所以每名幼儿在自理能力方面哪些地方是薄弱环节，老师都会和家长沟通，除了在幼儿园加强锻炼以外，在家也要多请家长监督、督促，这样老师与家长共同努力，将孩子培养的更优秀！  
 总之，“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，家园携手努力，只有这样，培养幼儿较强的生活自理能力才能成为现实。