

2023年小班幼儿自理能力比赛计划(精选5篇)

计划可以帮助我们明确目标、分析现状、确定行动步骤，并在面对变化和不确定性时进行调整和修正。计划可以帮助我们明确目标，分析现状，确定行动步骤，并制定相应的时间表和资源分配。以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

小班幼儿自理能力比赛计划篇一

生活自理能力是3-6岁幼儿学习的重要内容。自己吃饭已不是困难的事了，一些更难的活动成为他们“挑战目标”，比如自己穿衣、叠被、系穿鞋等。这些活动是一系列动作的组合，需要孩子双手协调活动，随着双手的灵活性增强，这些任务也难不倒他们。

3岁幼儿能根据家庭和幼儿园生活的规律，知道一天活动的顺序，并按此顺序活动，但在生活和游戏中他们还不会自己安排活动，一般是看到什么做什么，或成人要求做。在父母的帮助下，5岁幼儿就已经能按照自己的计划做事了。

3岁宝宝的生活已不再局限于家庭，和同伴交往，解决生活、游戏和学习中的问题成为他们需要处理的个人事务。孩子最初采用的方法简单而“粗暴”，拒绝、抢夺、哭闹、求助、尝试错误是他们最常用的但在成长过程中，他们会发现这些方法并不有效，于是他们开始学习新的更有效的方法，比如改拒绝为提出新的建议，改抢夺为轮流使用，改盲目的尝试为有计划的尝试。

如何培养孩子生活自理能力？

- 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。3岁的孩子可训练自我服务的各项本领，如吃饭、洗手、刷牙等；4岁孩子可学习折叠被子、整理床铺以及自己照料生活；5、6岁的孩子要求穿脱衣服迅速、整齐，洗脸洗手要洗得很干净等，还要逐步教会做一些简单的家务劳动，如：扫地、浇花等。

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、前额，然后擦耳朵、耳背，最后擦颈部等。

4、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。

小班幼儿自理能力比赛计划篇二

活泼好动是孩子的天性，对周围的事物照顾得不周全、不完善是小孩子的特点。有些家长习惯于用自己的思维方式来想象和看待孩子的世界，因此提出一些过高的要求。当孩子做不到时，就会被戴上懒惰的帽子。家长在吩咐孩子做事的同时，应该告诉他这样做的必要性。对孩子提要求要具体，与其对孩子说“把你的房间收拾好”，不如说“把你的图书放到书架上去”，或“把你的画笔放进笔盒里去”。

小班幼儿自理能力比赛计划篇三

培养孩子自理能力方法多种多样，可以在竞争中培养，可以在娱乐中培养，可以在模仿中培养，也可以利用惩罚奖励来培养。

孩子极具模仿能力，在他对我们大人的一切都感兴趣时，我就抓住机会，王翔打扫卫生的能力是这样培养出来的：每个星期六我都会大扫除一次，首先他很喜欢跟在我的后面照做，后来做的越来越好，我就要求他自己打扫自己的书房，现在形成习惯，我一打扫卫生他就自己打扫书房。

当然自己的孩子性格不同，相应的培养方法也就不同，王翔活泼好动做事全凭兴趣，许多时候他会把我们布置的任务置之脑后，那时我就会告诉他洗次碗会得一元钱，直到十元时会买一样他喜欢的东西或带他游玩一次等等。

“十年树人，百年树木”教育孩子不是朝夕即成，它是条漫长的路，把孩子教育好是我们家长的责任，教育孩子独立生活能适应社会，我们更是任重道远，这漫长而任重道远的路上我们唯有“耐性”才能成功。

小班幼儿自理能力比赛计划篇四

现在的孩子生活非常的好，有疼爱自己的父母，有关爱自己的老师，随时如沐春风，父母基本包办了一切，这让孩子的自理能力越来越弱，然而我觉得从小培养孩子的自理能力最为重要，给予他“鱼”不如给予他“渔”。生活自理能力是指在日常生活中照料自己生活的自我服务性劳动的能力，简单说就是自己照顾自己，它是一个人应该具备的最基本的生活技能。儿童自身有巨大的发展潜力，在实践中逐步培养孩子的生活自理能力，有助于培养孩子的责任感、自信心以及独立处理问题的能力，这是尊重孩子的自主性、独立性的体现，也是锻炼技能、培养劳动观念的过程，对孩子今后的学业和生活，对适应复杂的社会生活都是十分有益的。我是从以下方面做好孩子生活自理能力的培养：

小班幼儿自理能力比赛计划篇五

要让孩子做到生活自理，必须让其明确生活自理的方法。孩

子没学会系鞋带的方法，就谈不上系鞋带；孩子不会洗脸，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，我们还要让幼儿学会具体的生活自理方法。

1、寓教于乐，让幼儿识得自理的方法。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。如在教幼儿学习如何系鞋带时，我们可以结合歌曲《系鞋带》来进行：两个好朋友，见面握握手，钻进大洞口，用力拉耳朵，变成蝴蝶走。让幼儿在歌曲的愉悦里，轻松自主地学习系鞋带的方法。

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。对于自理能力较强的幼儿，就以较高水平来要求；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。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。再如有的幼儿自理能力发展不均衡，系鞋带是弱项，我们就可以在系鞋带的技巧方面给予更加耐心细致地个别指导。

3、秩序渐进，逐步提高要求。获得初步的生活自理技巧之后，要注意提高幼儿做事情的速度、质量等。如小班幼儿吃饭，开始可能会撒饭粒的情况，通过一段时间的培养和练习，幼儿会逐渐正确掌握吃饭的技巧，少撒饭粒或不撒饭粒。

4、品尝成功，进一步提高孩子的生活自理能力。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孩子实现成功，以免挫伤幼儿积极进取的精神。

如何培养孩子自理能力的四个注意

希望孩子早一点自理自立，是每一个父母的心愿。所以，我们一直注意从幼儿时期开始，在生活中创造条件和氛围，培养孩子的自理能力。初步体会有四点：

1、注意培养愉快情绪。在棒棒学吃饭的时候，我们都鼓励他自己用勺子舀饭吃，当他做了一次之后，不管成功与否，我们总是鼓励他继续做第二、第三次，几乎每个人都用掌声和赞赏的语言来肯定他，让他感到高兴，在愉快的情绪下继续做下去。有时候还需要有意识把我们希望他做的事与他的某种愉快的情绪联系起来，比如对他说：自己吃饭了，就可以快点到幼儿园去了，就能看到升国旗了（棒棒喜欢看升国旗）；自己吃饭了，金老师就会奖励五角星的，等等。

2、注意营造宽松氛围。让孩子学会做某件事，首先要让他愿意做，而不是压着他做，不能让他有压力，气氛比较紧张的时候不愿意做的事情，气氛宽松之后，孩子就愿意做了。所以，营造宽松的氛围非常重要。在他洗脸洗手的时候，我们就引导他唱洗脸洗手的歌，把自己洗脸洗手变成一件愉快而光荣的事情，再比一比谁的小手最干净，等等，让他在自理之后有成功和愉快感。

3、注意塑造反面素材。棒棒原先总是不愿意刷牙，到刷牙的时候总寻找各种各样的理由避开。后来，我们即利用反面素材来影响和改变他对刷牙的看法。当他问“婆婆你的牙齿为什么掉了？”我们即回答，“婆婆小时候不愿意刷牙，你现在要是不刷牙，以后也象婆婆一样掉的”。多次强调之后，他逐渐由不接受刷牙到喜欢刷牙。

4、注意运用激励方法。我们尝试着用他熟悉的小朋友或者其他素材来激励他，让他自己做一些事情。比如我们常常对他说，赵哲（棒棒的小表哥）是自己吃饭的，所以他是哥哥，你要想做哥哥，也要自己吃饭；或者，告诉他只有自己的事情要自己做的孩子，晚上才能得到爸爸奖励的五角星，等等。

当然，每一个孩子都有自己的个性特点，每一个家庭都有独特的与孩子沟通的背景与方式，所以，培养孩子自理能力的关键还在于因时制宜，因人而异。