

家长怎样培养孩子的自理能力心得体会

家长怎样培养孩子的自理能力(通用8篇)

实习心得的撰写可以帮助我对实习期间获得的经验进行反思和总结，从而更好地应对未来的工作和学习。接下来是一份经典的学习心得范文，希望能给大家带来一些学习的启示和思考。

家长怎样培养孩子的自理能力心得体会篇一

家长们一定要注意了，对于孩子的自理能力培养要注重，这样才能提升他们的责任感和自信心。可能很多家长都没有怎么注重，其实培养孩子的自理能力也是家长的教育责任，这样才能够提升孩子的责任感和自信心。

1. 鼓励孩子帮忙做事

当然，这不包括重活，而是一些有趣的家庭杂物，做些简单的事，可以让孩子有成就感，且久而久之能让他感觉到自己也是家庭中的一份子。

2. 家长要多鼓励与肯定孩子

孩子的年龄小，认识水平不高，考虑事情肯定也不周到，在做事的过程中，难免会出现小错误，这时家长不应该责骂，应该教孩子怎么做才是对，给他们分析原因，找出问题，这样才有助于培养孩子。

3. 家长要有培养孩子自理能力的意识

很多家长都缺乏培养孩子的自理能力，一是心疼孩子，另一个是怕麻烦，其实，孩子的自理能力与责任心是紧密相连，如果家长不注重，这不是帮孩子，而是害了孩子，因此，家

长一定要有这种意思。

4. 给孩子做决定的机会

有些关于孩子的简单事，可以试着给他做决定，让他感觉到某方面他已经可以支配自己的生活了，这样也能够培养孩子的自理能力，同时还能培养孩子的责任感和自信心。

5. 培养孩子自理能力从学家务做起

家长在培养孩子的自理能力时，除了培养孩子管理日常生活之外，还要培养孩子做家务，且在吩咐孩子做家务时，一定要有耐心，鼓励孩子主动的做家务，这样才能培养他们独立、勤劳、负责任。

小精灵温馨提示：

培养孩子的自理能力，作为家长一定要注重，当然，这不是一天两天就能够学会，而是有循序渐进的过程，家长一定要给点耐心。

家长怎样培养孩子的自理能力心得体会篇二

现在许多大人围着一个孩子转，许多爷爷奶奶为了减轻孩子的负担，认为喂孩子吃饭、帮孩子穿脱衣裤是义不容辞的事。家长对独生子女的过度爱护，使之成了温室里的花朵，禁不起风吹雨打。在家长无微不至地“保护”下，孩子的自理能力越来越差，不会扫地，不会穿衣，不会系鞋带……而造成这种现象的主要原因是：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了自然会了，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 and 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。

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最佳时期就是小班阶段，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。前苏联著名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。

家长怎样培养孩子的自理能力心得体会篇三

自己处理自己的事，不光是一句口号，也不是让孩子掌握几种技能就可以了，它需要成为孩子的一种习惯，天天坚持。因此，爸爸妈妈除了让他们体会到其中的快乐，愿意坚持以外，更要让他们知道他们的事应该自己做，不是帮爸爸妈妈做。如果孩子自己收拾了房间，不妨说：“真棒，能自己收拾自己的房间了”，而尽量少说：“真棒，能帮妈妈做家务了”。如果孩子撒娇，不愿意自己做的时候，也要坚持到底，让他明白他长大了，以前爸爸妈妈帮他做的事情现在该他自己做了。

能力是在过程中得到发展。只有更多的参与，孩子才能发展他们的自理能力。

在生活中，很多事情都可以让3—6岁的孩子自己去做决策，比如进餐、选衣服、收拾房间等等。在做中，孩子自己去思考、去体验，去成长。爸爸妈妈可以成为幕后的把关者。

成长需要时间。孩子们可能拿着筷子却夹不起饭菜；可能想穿衣服却找不到衣袖的入口；可能想下棋，却乱走一气。不要要求孩子第一次就做得好，他们需要一定的时间。当他尝试的时候，等着他，鼓励他。相信孩子在爸爸妈妈的支持下会成长得很好。

个人事务不是想做好就能做好的，它需要一定的方法和策略。比如，穿裤子就需要先看裤子的前后，坐下来，把腿伸进裤腿里。

因此，在孩子遇到困难的时候给予适当的方法引导是必要的。

家长怎样培养孩子的自理能力心得体会篇四

好处：训练小朋友的观察能力，常常检查家居物品是否卫生及完整，并限制物品数量，够用即可。

实行方法：建议小朋友只有一个放置玩具的架、一个鞋架及一格饰物格等。让小朋友自己筛选哪些玩具需要，哪些是不需要的，从小学会取舍。

好处：做个富有责任感的小朋友，晓得将物品分类，令物品有“名”及“家”，用完放回原处。

实行方法：每件物品都贴上卷标，让小朋友自行将物品放回原处。譬如书本放在架子的最上层并贴上卷标，玩具放在胶盒内，并让小朋友在30秒内找到对象。

好处：每天清洁身体及衣服，保持健康的习惯。

实行方法：为了让小朋友知道自己面部、手部是否清洁，衣服、鞋袜是否整齐，父母可特别将镜子挂在适合小朋友的高度上，帮助他进行自我检查。

一个家长学习与社交的平台，为家长自身年教育和成长提供多元化的服务。社区的理念是只有家长好，才有孩子强。另外，好家长社区会不断邀请家庭教育的相关行业专家与家长们进行互动交流；也会为家长之间交流创造空间，比如会陆续设立旅游、健康、美食等多个圈子供大家就自己感兴趣的话题，为家长也提供一个自身身心健康、释放压力的空间。好家长社区希望成为家庭教育和家长成长的长期帮手，为了孩子，一起加油。

家长怎样培养孩子的自理能力心得体会篇五

生活自理，简单的说就是自我服务，自己照顾自己，它是一个人应该具备的最基本的生活技能。孩子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，我们要把这项能力的培养作为教育活动的重要内容之一。

有专家指出：幼儿能力与习惯的培养是在学前期。作为幼儿园，我们能否抓住这个关键阶段，针对幼儿的年龄特点与生活自理现状，有的放矢地对幼儿进行教育，是幼儿生活自理能力高低的关键。结合近几年的工作经验，谈一下自己的几点看法。

家长无条件的包办代替，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，我们要通过各种形式，让幼儿知道，自己已经长大了，要不怕苦，不怕累，“自己的事情自己做”。

1、对幼儿进行正面教育，增强孩子的生活自理意识。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。

2、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。我们可以为幼儿准备不同行为表现的各种图片、录像带等等，让幼儿在比较中提高对自理行为的认识。

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。

家长怎样培养孩子的自理能力心得体会篇六

生活中培养孩子自理能力的方法有哪些呢？让孩子做家务是帮助孩子学会自理的最好机会，它不仅可以增加孩子做事能力，更可培养其责任心。然而父母在培养孩子做家务习惯时，需要时间与耐心及周详的计划，让孩子能“自主自发”地去做，才能达到教育的效果。

父母不妨让孩子从个人份内工作开始学习，其中包括生活自理能力，如自己学习将衣服穿好、放好；自己的玩具自己收拾好；把脏衣服放进篮子里；让孩子慢慢习惯其实做家务也是自己份内的工作。学做家务能锻炼孩子自理能力。

父母可以设计一份工作计划表，并和孩子一起讨论他能做些什么？想做些什么？

a.清洁队员与收购员。宝宝假设自己是一位清洁队员，开着

一辆清洁车，清扫各种玩具和东西，然后交给收购员(即妈妈)处理。借由游戏培养孩子做家务兴趣。

b.扮家家。利用玩具、餐具(杯、盘、汤匙、锅)等与孩子玩做家务游戏。“娃娃，平常都是妈妈做饭给你吃，今天你也炒个菜给妈妈吃好吗？”“娃娃做的’菜真好吃。吃完了，现在我们一起将桌子、盘子、碗收干净好吗？”借由游戏达到教育效果。

(1)择菜：让孩子一起参与，从择菜到洗菜，让孩子知道所吃的菜肴需要经过这些步骤才能食用，从学习中教导孩子做家务。

(2)洗米、煮饭：从打开米缸舀米，家长与孩子一起参与，并告诉孩子舀量多少。洗米时，也可以告诉孩子，这水除洗米外，还可以留着做其他用途，如洗菜，让孩子除了参与家务外，还能教育孩子节约概念。

(3)扫地、擦桌子：先找出一块孩子专用的抹布及扫把，让孩子试着去做家务，或由父母教孩子如何做，才能将桌子、地板弄干净。

(4)晒、收、叠衣服：晒衣服时可请孩子帮忙拿衣架，由妈妈晾衣服；收衣服时，孩子还小，可由他负责拿自己的衣服；叠衣服时，孩子也可以学习折叠及分类放好。

家长怎样培养孩子的自理能力心得体会篇七

一、为孩子创设良好的交往环境。

每个孩子对环境的要求各不相同，特别是小班孩子，来到一个不熟悉的地方，时常表现的很紧张、胆怯，不能主动与小同伴或是老师多交流，也不知道怎样与人交往，非常依恋亲

人。为了避免孩子哭哭啼啼、不愿意尝试在新的环境中生活，我们必须为孩子创设良好的交往环境，并和孩子一起进行游戏、谈心、说悄悄话等，也有利于小班孩子交往能力的提高。

比如，刚入园的孩子，由于年龄小，生活经验所限，他们想交朋友，却不知道如何交往，希望与人友好相处，却不知道怎样才能友好相处，交往技能方法缺乏，交往能力提高受到阻碍。因而在孩子园往往出现抢玩具、打人，不合群，自我封闭等等现象。这时，作为家长也不应该责备自己的孩子‘怎么那么胆小’、‘没出息’、‘在哭在叫，把你丢在这里’等一些刺激较强的语句，而应当采取积极的评价给予孩子更大的勇气和自信或是给孩子营造一种支持性的气氛帮助孩子，缓解心中的忐忑、焦虑；而作为孩子园的老师，更是要让孩子们充分感受到在集体生活中所带来的快乐以及和同伴交往的乐趣，可以从以下几个方法着手：

- 1、仔细观察每个孩子的表现，对于大方、有礼貌的孩子给予及时地表扬，并且要在集体面前夸一夸，让其他孩子也明白原来和小伙伴一起分享自己的东西是一件非常开心的事情。

- 2、在日常活动中多鼓励孩子与同伴进行交往，而且对于有进步的孩子教师应抓好时机，让孩子多开口讲述。这样也避免盲目地玩而不知道自己的交往过程。

- 3、开展互动性、合作、交往技能较强的各项活动：孩子园组织的亲子活动、游园活动；在游戏中多让孩子表演节目；教师也可有意识地为孩子交往创造机会，从中也体验到了交往的乐趣。

二、不放弃、积极创造与集体交往的机会。

每个孩子的身上都会有自己的闪光点，而作为新时代的教师更是要做到“眼明口快”，才能及时地捕捉到孩子的每一个亮点，也才能更好地为每个孩子提供表现自己的长处和获得

成功感的机会。记得在我们班里，有一个语言表达能力特不好的男孩子，平时也不爱多说话，总喜欢独自坐在自己的小椅子上；每次老师问他或是和他讲话的时候，也不爱多理人，经常是一个字、两个字地简单表达，这让孩子在各方面能力都受到了很大的影响。虽然和他说话比较累人，但是我们也没有放弃，而是更加地关注，给予更多地关怀。比如利用个别交谈、游戏、日常活动等有意地引导下，在每一次能听到孩子开口说话时，我都会鼓励他。有一次，孩子在课堂上能清晰、大胆地回答我的问题，而不是简短地几个字来说的时候，我是那么地吃惊和快乐。

这一刻，我也在集体面前表扬了他，孩子也是特别地有自信。之后，我也是对他各方面能力的提高进行及时地表扬，同时也为他创造了与同伴交流的机会，慢慢地，孩子能主动与我交谈，也非常愿意和同伴游戏。可能这样的事例还有很多，但是唯一不变的是作为教师，我们要做到不放弃，坚持做好孩子们的倾听者、观察者、引导者、支持者。给孩子创造更多地表现机会，让孩子成为我们的伙伴甚至是自己的宝宝，这样也对孩子的交往能力得到更大的发展与提高。

共2页，当前第2页12

家长怎样培养孩子的自理能力心得体会篇八

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。