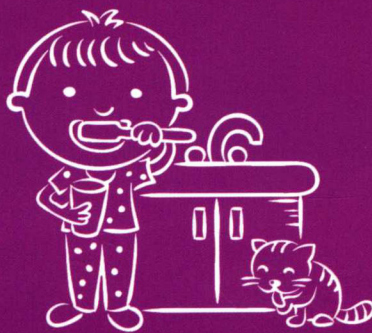




日常生活技能

RICHANG SHENGHUO JINENG

陈军 主编



厦门大学出版社
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

日常生活技能

陈军 主编

976

148



厦门大学出版社
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

976 148

图书在版编目(CIP)数据

日常生活技能/陈军主编. —厦门:厦门大学出版社, 2016. 1

ISBN 978-7-5615-5862-1

I. ①日… II. ①陈… III. ①婴幼儿-生活教育-特殊教育-教材 IV. ①G764

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 005886 号

出 版 人 蒋东明

责任编辑 施高翔

装帧设计 李夏凌

责任文编 李小青

责任印制 许克华

出版发行 厦门大学出版社

社 址 厦门市软件园二期望海路 39 号

邮政编码 361008

总 编 办 0592-2182177 0592-2181253(传真)

营销中心 0592-2184458 0592-2181365

网 址 <http://www.xmupress.com>

邮 箱 xmupress@126.com

印 刷 厦门集大印刷厂印刷

开本 880mm×1230mm 1/24

印张 6

插页 1

字数 180 千字

印数 1~3 000 册

版次 2016 年 1 月第 1 版

印次 2016 年 1 月第 1 次印刷

定价 30.00 元

本书如有印装质量问题请直接寄承印厂调换



厦门大学出版社
微信二维码



厦门大学出版社
微博二维码

编委会名单

编委会主任 曾毓琪 蒋 鸣

策划及主审 蒋 鸣

主 编 陈 军

副 主 编 黄总志 庄香香

主要编写人员

闫 洁 黄珊珊 吴丽蓉

方幼婷 李立文 张 青

插图设计

林劲松 谢艳青

序 言

融合教育是特殊教育发展的必然趋势，也是《特殊教育提升计划（2014-2016）》的基本要求。融合教育既是由人类社会“自由”、“平等”、“多元”等价值观而形成的信念，又是一种在自然、正常的教育环境中满足学生多样化学习需求的教育理论。融合的实现一方面需要整个社会对特殊需要（听障、智障、自闭症、脑瘫）幼儿的接纳，另一方面需要他们自身能力的提升。社会的接纳需要创造人人平等的社会文化，特殊需要儿童能力的提升需要给他们有质量的教育。为此，社会各界进行了多方努力，尤其特殊教育工作者致力于提高特殊需要幼儿自身能力来实现融合的目标，并不断向着融合的目标探索着、行动着，使融合之路越走越宽。

众所周知，早期的康复教育，特别是良好生活习惯以及健康生活方式的养成，对特殊需要幼儿将来融入社会意义重大。早期教育的开展，教材建设是重点。福建省厦门市心欣幼儿园是一所成立时间不长的融合幼儿园，从建园伊始，就注重课程与教材建设。《日常生活技能》就是其成果之一。从内容上来看，此康复教材立足于幼儿生活自理能力发展规律以及特殊需要幼儿自身的特点的基础上，着眼取材于特殊需要幼儿的生活，着眼于为特殊需要幼儿养成良好的生活习惯，着眼于特殊需要幼儿能适应社会生活最终实现融入社会生活；从实施方面来看，本康复教材关注个体差异，从个体需要出发选择适合个体的日常生活技能的康复内容，体现了本教材在实施过程中的灵活性；在评估方面，本教材在实施之前，需要特殊需要幼儿的日常照料者和

康复治疗师观察进行评估，注重对康复计划实施效果进行监控，保证了内容的有效实施。采用预评估的形式来确定特殊需要幼儿日常生活自理能力的起点，这点不同于其他类型的康复教材，也是本康复教材的特色之处。因此，无论从内容、实施和评估方面来看，本康复教材都颇具特色。此外，本教材还根据每个主题列出了详细的实施计划以及每个计划实施过程中需要达成的目标，每个主题的目标又涉及特殊需要幼儿认知、语言、精细动作等领域的发展，目标有主有次，为实施者提供了可操作性的建议，也体现了幼儿全面发展的理念；还采用了“任务分析法”，并结合图片的方式展现生活的方方面面，内容丰富，涉及特殊需要幼儿融入社会所需的种种技能，为其更好地融入社会打下坚实的基础。

特殊需要幼儿能力的提升，不仅仅需要专业的康复教师提供技术支撑，借助先进的技术设备，更需要一套完备的学前特殊需要幼儿康复课程体系为康复教育的实施提供路径，此康复教材将学前特殊需要幼儿康复课程体系建设向前推进了一步，也是对学前特殊需要幼儿康复教育课程体系建设的重要探索，是学前特殊需要幼儿康复课程体系建立的一部分。我相信，通过一线特殊教育工作者的大力探索和探索，会积淀更多康复教育智慧，为我们特殊需要幼儿支撑起更加灿烂的明天！

肖 非

2015年9月

编写说明

生活自理能力是人类自我生存与适应社会必须具备的最基本的能力。特殊需要（听障、智障、自闭症、脑瘫等）幼儿在技能方面相对落后于同龄幼儿，而且在生活适应问题上给他们的生活与学习造成了严重的不良影响。为使特殊需要幼儿掌握基本的日常生活技能，学习生活常识，养成良好的生活习惯和健康的生活方式，实现特殊需要幼儿能够适应社会生活融入社会的康复目标，我们以幼儿自身生活自理能力发展的基本规律为前提，以国内外相关特殊需要幼儿生活自理的研究为基础，以“培养幼儿生活适应能力，提高幼儿生活质量；关注幼儿的真实生活，综合呈现康复内容；注重幼儿的实践与体验，关注幼儿实际能力的形成；尊重幼儿的个体差异，增强康复课程实施的灵活性”为理念，编写了本教材。

本教材紧紧围绕幼儿日常生活的范围及特点，内容贯穿了幼儿每日活动中的个人生活、居家生活和社区生活，贴近幼儿生活，涉及幼儿的衣、食、住、行等最基本的生活领域，涵盖范围广，内容全面丰富。其中个人生活包含“我和我的家人”、“饮食”、“衣着”、“如厕”、“清洁卫生”、“安全”六大主题；居家生活涉及“打理家务”和“整理家居”两大主题；社区生活包括“社区信息”、“交通”、“购物”、“休闲”四大主题。再根据各个主题的内容和特点设计了子主题。如：个人生活的六大主题中以“饮食”主题为例，其子主题有：“喝水咕咚咚”、“饭菜香喷喷”、“餐桌小帮手”。每个子主题从认知、语言、精细动作、粗大动作等方面设计康

复内容，在实现特殊需要幼儿生活技能的主要康复目标的前提下，促进特殊需要幼儿的全面发展，实现综合康复的总目标。而且，子主题采用了“任务分析法”，将康复内容呈现，图文并茂，一目了然，一方面便于康复教师设计康复方案，另一方面便于幼儿家长在日常生活中进行康复训练，有助于发挥家长在特殊需要幼儿康复过程中的作用，进一步促进了幼儿生活自理能力的发展，实现家园共育的康复教育目标。

特殊需要幼儿的明显特征就是个体差异，了解特殊需要幼儿的个体发展水平是康复治疗师们进行康复教育的第一步。本教材另一大特色是对幼儿生活技能康复过程有比较完备的评估。因此，为了使本教材更有效地实施，在编制教材的过程中，我们依据幼儿自身生活自理能力的发展规律，以及日常生活中需要掌握的内容为基础，设计了针对每个主题康复活动的评估。评估包括预评估和课堂观察评估。预评估是在日常生活技能康复实施之前进行，采用五点评分法，预评估的内容主要由特殊需要幼儿的日常照料者和康复教师共同来完成，主要目的是确定特殊需要幼儿日常生活自理能力的起点，为康复课程实施者制定生活自理康复课程的目标提供依据。课堂观察评估主要由康复课程的观察员来实施，主要是对康复课程实施效果进行监控，通过对日常生活技能康复课程过程结果的评估，可以确定经过康复特殊需要幼儿的水平如何，是否通过该康复内容的目标，是否可进入下一个主题的生活自理的训练。因此，结合评估表，康复师可以根据特殊需要幼儿的不同情况选择适当的康复内容，体现了康复内容实施的灵活性和个别化。

为更好地使用本教材，充分发挥本康复教材的作用，我们在此提出几点

康复教育建议：

首先，实施康复计划之前要对有特殊需要幼儿的个人生活能力、居家生活能力以及社区生活能力三大模块进行预评估，评估主要通过和特殊需要幼儿的主要生活照料者进行访谈以及康复计划实施者在日常生活中观察特殊需要幼儿来完成。

其次，针对以上预评估结果，对特殊需要幼儿在个人生活、居家生活和社区生活三大模块的日常生活技能进行分析，根据他们现有的水平，提出生活自理能力康复的重点，并围绕“认知”、“语言”、“精细动作”等领域列出康复目标。

最后，围绕康复目标制定并实施康复计划，实施的过程中要及时地观察记录特殊需要幼儿的表现，必要时对康复计划实施的过程进行录像，以便为康复师以后分析康复目标是否达成，并为特殊需要幼儿提出合理的康复建议以及康复师对自己康复技能进行反思提供依据。只有当特殊需要幼儿都能通过每个模块时，康复师才可以开始下一个日常生活技能模块的学习。

教育家杜威曾倡导：“以幼儿为中心，生活中教、生活中学、生活中做。”斯宾塞认为：“教育要为未来生活做准备。”特殊需要幼儿的康复亦是如此，着眼于未来生活、源于生活需要进行康复，并且在生活中实施康复。本教材体现了这样的理念，并希望通过康复课程的实施使特殊需要幼儿掌握基本的生活技能，学习生活常识，养成良好的生活习惯和健康的生活方式，实现特殊需要幼儿能够适应社会生活的康复目标。

本书在编写过程中参阅了大量的文献资料，虽然做了标注，难免挂一漏

万，对于未列入的注释和参考文献的作者，表示诚挚的歉意。本书疏漏及欠妥之处，可发电邮至xmxyey@126.com，敬请各位同仁不吝赐教。

厦门市心欣幼儿园
学前教育康复实验教材编委会
2015年9月

目 录

个人生活

模块一 我和我的家人

1. 我的小档案	1
(1) 我的信息	1
(2) 我的亲人	2
(3) 我家的信息	3
(4) 我的幼儿园	4
2. 身体照镜子	5
(1) 我的身体	5
(2) 身体功能	6
(3) 身体异常	7

模块二 饮食

1. 喝水咕咚咚	8
(1) 用杯子喝	8
(2) 用杯子倒	9
(3) 用吸管喝	10
(4) 用饮水机喝	11
2. 饭菜香喷喷	12

(1) 喂食	12
(2) 用汤匙吃	13
(3) 用叉子吃	14
(4) 用筷子吃	15
(5) 端碗吃	16
(6) 不挑食	17

3. 餐桌小帮手	18
(1) 摆椅子	18
(2) 摆碗筷	19
(3) 摆食物	20
(4) 收碗筷	21
(5) 擦桌子	22

模块三 衣着

1. 头戴小花帽	23
(1) 脱帽子	23
(2) 戴帽子	24
2. 穿衣躲猫猫	25
(1) 脱套衫	25
(2) 穿套衫	26

3.外套自己穿	27
(1) 脱外衣	27
(2) 穿外衣	28
4.纽扣钻山洞	29
(1) 解纽扣	29
(2) 系纽扣	30
5.拉链开火车	31
拉拉链	31
6.裤子学走路	32
(1) 脱裤子	32
(2) 穿裤子	33
7.脚丫藏起来	34
(1) 脱袜子	34
(2) 穿袜子	35
8.皮鞋开汽车	36
(1) 脱鞋子	36
(2) 穿鞋子	37
(3) 撕粘扣	38
(4) 粘粘扣	39
(5) 解鞋带	40
(6) 系鞋带	41

9.整理小衣柜	42
(1) 挂衣裤	42
(2) 折叠衣服	43
(3) 折叠裤子	44

模块四 如厕

1.马桶好朋友	45
(1) 男女厕所	45
(2) 小便	46
(3) 大便	47
(4) 擦屁股	48
(5) 如厕习惯	49

模块五 清洁卫生

1.干净好宝宝	50
(1) 擦鼻涕	50
(2) 擦口水	51
(3) 洗手	52
(4) 洗脸	53
(5) 漱口	54
(6) 挤牙膏	55
(7) 刷牙	56
(8) 梳头发	57
(9) 洗脚	58
(10) 剪指甲	59

居家生活

模块一 打理家务

1.妈妈好帮手	76
(1) 扫地	76
(2) 拖地	77
(3) 扔垃圾	78
(4) 擦门窗	79
(5) 刷马桶	80
(6) 清洗洗脸台	81
(7) 刷洗浴室瓷砖	82
(8) 洗手帕/袜子	83
(9) 刷鞋子	84
(10) 洗碗	85
(11) 洗菜/水果	86

2.开关小能手	87
(1) 开/关灯	87
(2) 开/关门	88
(3) 开/关锁	89
(4) 开/关手机	90
(5) 开/关电脑	91
(6) 开/关电视	92
(7) 开/关微波炉	93
(8) 开/关空调	94
(9) 开/关风扇	95
(10) 开/关窗户	96

(11) 洗头	60
(12) 洗澡	61
(13) 理发	62

模块六 安全

1.走路一二一	63
(1) 红绿灯	63
(2) 过马路	64
(3) 马路行走	65
(4) 走楼梯	66
2.我有小巧手	67
(1) 用剪刀	67
(2) 切东西	68
3.常识智多星	69
(1) 雷雨天	69
(2) 水开了	70
(3) 常用电话	71
(4) 常用标志	72
(5) 饮食安全	73
(6) 坐电梯	74
(7) 拒绝陌生人	75

模块二 整理家居

- 1.我是小管家.....97
 - (1) 整理鞋子97
 - (2) 整理衣服98
 - (3) 整理床铺99
 - (4) 整理存钱罐.....100

社区生活

模块一 社区信息

- 1.我爱我的小区.....101
 - (1) 社区信息101
 - (2) 公交车站102
 - (3) 购物场所103
 - (4) 餐饮场所104
 - (5) 游乐场所105
 - (6) 医疗场所106
 - (7) 银行107

模块二 交通

- 1.游玩乐哈哈.....108
 - 我会坐公交车.....108

模块三 购物

- 1.小小采购员109
 - (1) 日常购物.....109
 - (2) 超市购物.....110

模块四 休闲

- 1.开心每一天111
 - (1) 社区活动.....111
 - (2) 社区娱乐.....112

附录一 日常生活技能康复

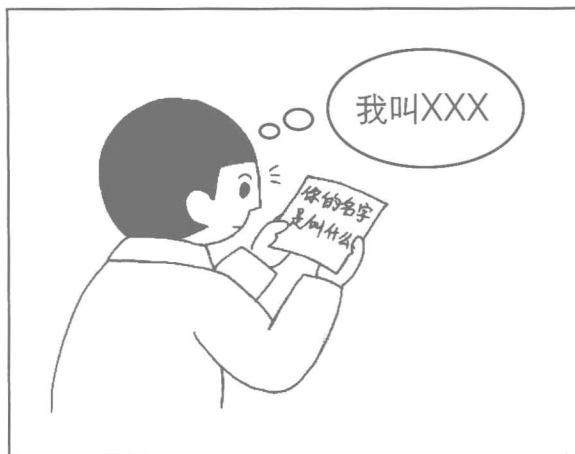
- 教育计划.....113

附录二 日常生活技能康复

- 教育评估表121

参考文献132

①对自己的名字有反应



②认识自己的性别



③知道自己几岁



①妈妈的名字及职业



②爸爸的名字及职业



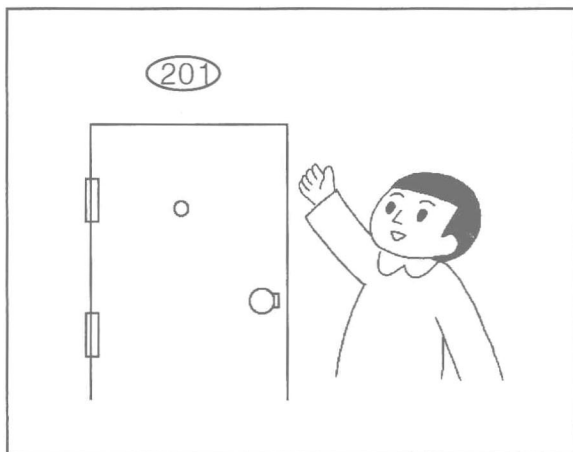
③爷爷的名字及职业



④奶奶的名字及职业



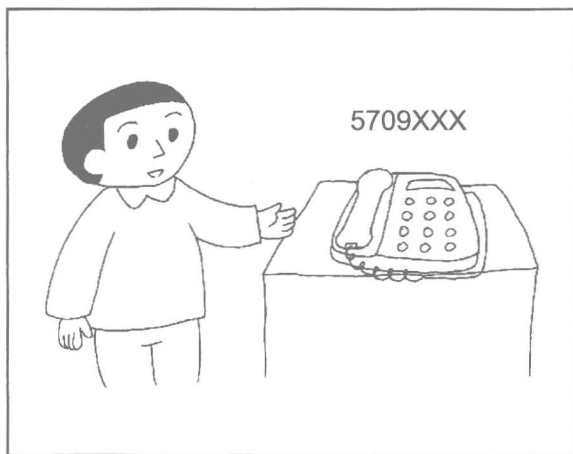
①我家的门牌号



②我家小区



③我家的电话



④亲人的电话

