

長庚科技大學
幼保專題實務

幼兒生活自理能力培養之研究

研究者：方宛馨、王怡婷

指導教授：王建雅 教授

日期：中華民國 112 年 01 月

摘要

本研究研究目的的主要在了解並分析幼兒生活自理能力的表現狀況與困境及老師如何規劃例行性活動增進幼兒的生活自理能力，研究者利用自編的「幼兒生活自理評定量表」及「幼兒園老師訪談大綱」為研究工具，訪談教師對於提升及引導幼兒生活自理能力的看法為何，主要研究結果如下：

- 一、幼兒在生活自理評定量表「飲食」的面向中，得出的結果最精熟的為：用餐後會收拾自己餐具及能自己拿水壺到茶桶裝水，待加強的為能在 30 分鐘內吃完一餐。
- 二、「穿脫」面向中，最精熟的為可在協助下自己拉下褲子，待加強的為拉上外套拉鍊。
- 三、「清潔」面向中，統計結果顯示幼兒最精熟的能力為可伸出手準備洗手，待改進的能力為洗手時雙手互搓及自己擦鼻涕。
- 四、「如廁」面向中，幼兒最精熟的為能坐在馬桶上，待加強的為排便完，能自己用濕紙巾擦拭。
- 五、「睡眠」面向中，幼兒最精熟的是能自己入睡，待加強的是能自己摺棉被。
- 六、幼兒生活自理學習困境分為「幼兒理解能力不足」、「過度依賴」、「挫折容忍力低」、「身心靈發展因素」。
- 七、幼兒園教師以「學習區-生活自理區」、「設計有關生活自理能力的主題課程」、「將生活自理能力規劃在日常生活當中」來規劃例行性活動以增進幼兒的生活自理能力。

研究提供加強日常生活自理能力的訓練、並適度的給予鼓勵及讚美，肯定幼兒的能力，以激發幼兒的自信與成就感，降低挫折容忍力。

關鍵詞：幼兒、生活自理能力、例行性活動

參考文獻

- 王淑芬（2016）。輕輕鬆鬆訓練孩子的生活自理能力。師友月刊，590，87-89。
- 王欣雅（2012）。大臺中地區幼教老師面對少子化的工作壓力及其因應策略（未出版之碩士論文）。國立臺中教育大學，臺中市。
- 吳瑀嫻（2011）。幼兒生活自理能力與父母教養類型之關聯。國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系在職進修碩士班碩士論文，台北市。
- 吳孟潔（2018）。祖父母教養方式與幼兒生活自理能力之關係研究。臺北市立大學幼兒教育學系碩士論文，臺北市。
- 林進材（1992）。城郊地區國小高年級學生學校適應比較研究（未出版學教育研究所碩士論文）。國立台灣師範大學，台北市。
- 洪清一（2006）。身心障礙者教材教法~生活訓練。臺北：五南。
- 洪蘭（2007）。從大腦發展看兒童教養。天下雜誌，教育專刊，63-71。
- 郭孝貞（2002）。父母與孩子的錯誤觀念。載自鍾思嘉主編，培養有責任感的孩子，39-50。台北市：桂冠圖書。
- 陳妍宇（2021）。運用兒歌提升兩歲專班幼兒生活自理能力之行動研究。國立臺北教育大學教育經營與管理學系碩士論文，台北市。
- 陳達德（2013年4月19日）。漫談兒童生活自理能力的發展。【部落格文字資料】。取自 <http://cht.tw/x/vu0e4>。
- 陳榮華（1989）。代幣增強方案對教導中重度智能不足兒童生活自理技能成效之研究。教育心理學報，22，49-98。
- 游福生（2003）。讓孩子自己解決問題。師友，434，72-73。
- 黃振豐和楊雅惠（2007）。亞里斯多德 Aristotle《尼各馬科倫理學》的幸福、德行與習慣觀對幼兒品德教育之蘊義。幼兒教育，257，5-16。
- 黃彥融（2013）。高中職身心障學生生活自理力影響因素之階層線性模式分析。特殊教育學報，37，93-112。

- 施宜煌 (2007)。實踐人性化的幼兒道德教育—從落實「尊重」與「關懷」開始。**幼兒教育**，287，17-25。
- 盧美貴 (1998)。**幼兒教育**。臺北:五南出版。
- 許宜津 (2020)。培養孩子學習獨立生活自理能力，爸媽可以這樣做！**嬰兒母親**。取自 <https://www.mababy.com/knowledge-detail?id=10842>。
- 林俏汎醫師(2016)。我做得好！孩子生活自理能力這樣培養。**親子天下**。取自 <https://www.parenting.com.tw/article/5068671>。
- 蔡佳玲 (2014)。**原住民幼兒生活經驗與幼兒園生活教育之研究—以花蓮縣一所原住民幼兒園為例**(未出版之博士論文)。國立東華大學，花蓮縣。
- 吳瑀嫻、王志翔、鐘志從(2010)。**幼兒生活自理能力與父母教養類型之關聯**。**幼兒教育**。
- 洪清一 (2002)。智能障礙學童生活自理技能教策略之研究，**東臺灣特殊教育學報**，4，29-52。
- 徐千珮 (2011)。我會自己做～談孩子的生活自理能力。**臺安醫訊**，164，4-6。
- 教育部 (2013)。**幼兒教保活動課程暫行大綱**。臺北市:教育部。
- 曾月照 (2005)。**視覺提示策略對國小自閉症學生生活自理學習成效之研究**。國立嘉義大學，嘉義市。
- 駱明潔、葉祥玲(2012)。**實施品德教育課程對幼兒品德行為表現之研究—以中市某公立幼稚園為例**。**幼兒教育年刊**，23，153-175+151。
- 張春興 (1998)。**心理學**。台北：東華。
- 許炫美 (2017)。**兒歌融入幼兒園主題課程之行動研究**。國立清華大學音樂學系音樂碩士在職專班碩士論文，新竹市。
- 吳世玲 (2000)。**生活經驗在兒童音樂概念上的理解應用**。國立臺灣師範大學音樂研究所碩士論文，台北市。

呂佳芳（2015）。國小附幼實施混齡班教學之行動研究。國立臺中教育大學
幼兒教育學系碩士在職專班碩士論文，台中市。

陳佳君（2021）。幼兒園實踐例行性活動之歷程研究。國立臺南大學幼兒教
育學系碩士在職專班碩士論文，台南市。