



旭日林



SINCE 1870

# 生活自理篇



54期



# 自理的好處

培育全  
天  
不懈  
精神

每天重複練習自理活動，能鍛鍊身體的肌力、耐力、協調，維持關節活動的靈活性，同時為邏輯、解難等認知能力奠定基礎。



越  
成  
堅  
毅  
不  
懈  
精  
神

幼兒在自理的過程中，在持續練習下，從感到困難至技巧純熟，每天都累積成就。不知不覺，幼兒明白天下無難事，只要專注目標，堅持到底，定能做到。



培育  
能力  
感  
與  
自  
信  
心

當幼兒學會一個新的技能時，並能學以致用，他會感到喜悅、自信，相信自己有能力面對挑戰。



成  
為  
獨  
立  
有  
責  
任  
感  
的  
人

自理是生活的習慣也是個人的責任。從小能獨立處理自己的事務，養成良好的生活習慣，他日就有能力、空間肩負更偉大的任務。





# 從自理到自信

行為養成習慣，習慣形成性格，性格決定命運

累積能力  
建立自信



照顧環境  
照顧他人  
培養關愛精神



自我照顧  
建立生存  
與  
保護自己的能力



參考：衛生署 (2014)：《香港學前兒童綜合發展量表》，香港特別行政區衛生署。





出版：東華三院社會服務科幼兒服務  
顧問：黃佩麗 東華三院協調主任（幼兒服務）  
利純慧 東華三院教育心理學家  
楊淑寬 東華三院計劃主任（課程）  
吳韻琴 東華三院高級特殊幼兒工作員  
林淑婷 東華三院馬孔令琦兒童發展中心職業治療師  
編輯小組：黃建業、呂靜、馮可欣、鄧寧怡、蘇詠儀、冼詠儀  
出版日期：二零一七年四月版