

## 自闭儿生活自理能力训练法：15

### 十五、倒液体

功能领域年龄：生活自理：吃饭 3-4 岁

精细运动：操作 3-4 岁

目的：提高独立的吃饭技能和精细运动控制。

目标：不需要辅助，没有洒漏，把液体从壶里倒到小的容器里。

材料：小的塑料壶，干净的塑料杯子和玻璃杯。



操作过程：把一些水倒进壶里，在里面加入一些果汁。一定要注意不能装得太满，壶也不能太重，否则孩子不容易控制。

把两个干净的玻璃杯放到一个托盘里。使用的托盘是在洒了水以后能够

比较容易擦干的。可以用任何其他的干净容器替代玻璃杯，在半玻璃杯的地方画一道清晰可见的线，这样他可以看见什么时候停止倒水。

向他演示怎样拿起壶，向一个玻璃杯里倒一些水。然后把他的手放到壶柄上，拿起壶，说：“倒水”。帮助他倾斜壶，把一些彩色的水倒入一个玻璃杯里。

随着水接近半杯，说：“停”，轻轻地把壶放下。立即给予奖励。每次上课都重复上述的过程几次。当他能够把水倒进透明的容器，而没有洒得太多。使用不透明的塑料杯重复上述的过程。

因为它是比较小的，他可能不能看见倒进多少的水，你必须吸引他的注意力到杯子的顶部。

继续告诉他什么时候停止，直到他能够比较容易地控制壶。这个时候，撤除语言指令，看一看他是否学会当需要停止的时候自己停下来。一旦他比较擅长做这项活动，只要有机会，就允许他为自己或家里的其他人倒饮料。