

## 自闭儿生活自理能力训练法：03

### 三、用勺子吃饭

功能领域及年龄：生活自理：吃饭 1-2岁

精细运动：抓握 0-1岁

精细运动：操作 0-1岁

目的：发展独立的吃饭技能。

目标：用勺子吃饭，不会弄撒许多饭菜。

材料：勺子。



操作过程：在孩子已经学怎样用勺子舀东西，并且可以使物品在勺子里以后，他就可以开始自己用勺子独立吃饭了。

当他正在学习用勺子吃饭的时候，要给他喜欢吃的，能够比较容易放到勺子里的食物。

比如烂面条，土豆泥，燕麦粥，果子肉或者谷类食物。让他的手拿着勺子，你的手轻轻地放到他的手上。

引导他把食物舀到勺子里，然后轻轻地把勺子送到嘴里。在他每次吃完一勺子的食物以后，表扬他“吃得好！”。

减少你对他手的控制，首先减少你对他手的压力，然后把你的手放到他的手腕上，再放到他的前臂，最后完全离开他的身体。

使用不同的食物重复上述的过程，直到你可以让他拿着勺子，不需要辅助自己吃。