

VB-MAPP 生活自理能力检核表

姓名： 性别： 出生日期： 年 月 日 评估教师：

序号	项目内容	辅助级别			备注
		全辅	半辅	独立	
一、穿衣服					
第一阶段（18个月左右）					
1	摘帽子				
2	脱袜子				
3	摘手套				
4	脱鞋子（可能需要帮助解开鞋带、打开粘扣）				
5	脱外套（需要大人帮助解开纽扣或拉开拉链）				
6	脱裤子（需要大人帮助解开纽扣或拉开拉链）				
7	提裤子（在提到尿不湿位置时，可能需要大人帮助，并可能需要大人帮助系扣子，扣暗扣，拉拉链）				
第二阶段（30个月左右）					
1	解开鞋带				
2	解开前面的纽扣				
3	解开暗扣				
4	扣上或解开粘扣				
5	拉开前面的拉链（拉链不宜过小，小拉链可能有困难）				
6	脱掉T恤（紧身的需要大人帮忙）				
7	脱掉裤子或裙子（需要解开扣子或拉开拉链）				
8	穿鞋子（可能需要提醒区分左右脚）				
9	穿裤子（可能需要帮助拉好拉链或扣上纽扣）				
10	调整穿好的衣物				
11	配对袜子				
12	配对鞋子				
13	把脏衣服放进洗衣篮里				
第三阶段（48个月左右）					
1	脱衣服（紧身的套头衣服需要辅助）				
2	连衣裙（背后的拉链或纽扣需要帮助）				
3	穿上外套				
4	穿上袜子				
5	穿上裤子				
6	解开或扣上粘扣				
7	拉上或拉开前面的拉链				
8	扣上或解开前面的暗扣				

序号	项目内容	辅助级别			备注
		全辅	半辅	独立	
9	扣上或解开前面的纽扣				
10	能够根据不同的天气选择合适的衣服				
11	尝试系鞋带				
12	穿鞋（在提示下区分左右脚）				
13	把自己的衣服挂在挂钩上				
14	在帮助下把自己的衣服挂在衣架上				
15	在帮助下叠衣服				
16	把衣服放进衣橱里				
二、洗漱及个人卫生					
第一阶段（18个月左右）					
1	在帮助下用纸巾擦鼻涕				
2	在帮助下洗手				
3	在帮助下擦干手				
4	尝试刷牙（需要帮助）				
第二阶段（30个月左右）					
1	在帮助下用毛巾和肥皂洗澡				
2	在帮助下刷牙				
3	在帮助下洗脸				
4	擦脸				
5	试着独立洗手				
6	擦干手				
7	在帮助下试着梳头发				
第三阶段（48个月左右）					
1	用纸巾擦鼻涕然后把纸巾扔到垃圾桶				
2	在最少的帮助下进出浴缸或澡盆				
3	用毛巾和肥皂洗澡				
4	洗头（需要帮助，尤其是长头发）				
5	洗完澡后自己擦干				
6	刷牙				
7	在帮助下用牙线清洁牙齿				
8	洗手				
9	洗脸				
10	擦干手和脸				
11	用完毛巾后挂起来				
12	梳头发（需要帮助，尤其是长头发）				
三、进餐					
第一阶段（18个月左右）					
1	吃手指食物(用手吃固体食物)				
2	用杯子喝水				

序号	项目内容	辅助级别			备注
		全辅	半辅	独立	
3	用勺子舀食物				
4	用吸管吸				
第二阶段（30个月左右）					
1	用叉子叉食物				
2	用餐巾纸擦脸擦手				
3	把自己的餐盒或餐盘端到餐桌上				
4	打开餐盒				
5	打开塑封袋				
6	打开半开的食品包装袋				
7	把吸管插进果汁盒				
8	剥香蕉				
9	摘下围嘴				
第三阶段（48个月左右）					
1	使用餐叉切断软的食物				
2	用餐刀抹开酱类食物（如黄油，花生酱，果酱等）				
3	使用小刀切软的食物				
4	吃饭时保持桌面清洁				
5	打开大部分的食品包装袋				
6	打开牛奶或饮料包装盒				
7	把大水瓶里的液体倒进杯子里				
8	帮助大人准备简单的食物（帮忙抹开，搅拌、使用饼干模具、计量配料、添加配料）				
9	帮助大人做餐前准备				
10	餐后将餐具放入洗碗池				
11	用抹布或泡沫擦桌子				
四、如厕					
第一阶段准备技能（24个月左右）					
1	对强化有反应				
2	跟随简单指令				
3	尿布脏了会做出不舒服的反应				
4	两小时之内保持尿布干爽				
5	较规律且有可预见的大便				
6	拉下裤子				
7	拉上裤子				
8	一次可持续坐稳两分钟				
第二阶段（36个月左右）					
1	学习用词语、手语，或图片表示要上厕所				
2	要求上厕所				

序号	项目内容	辅助级别			备注
		全辅	半辅	独立	
3	解裤子口子，暗扣，或拉开裤子拉链				
4	坐马桶				
5	到厕所小便				
6	小便后擦拭（针对女孩）				
7	大便入厕				
8	擦屁股（帮助下）				
9	穿上内裤				
10	穿上裤子				
11	扣裤子扣子，暗扣或拉上拉链（一些帮助下）				
12	冲马桶				
13	洗手（在帮助下）				
14	擦干手				
第三阶段（48个月左右）					
1	引导男孩站着上厕所				
2	自己擦拭（女孩从前往后擦）				
3	拉上裤子前面的拉链				
4	扣上裤子前面的纽扣				
5	扣上裤子前面的暗扣				
6	便后洗手擦干手				
7	夜间不尿床（偶尔会出状况）				

家长签名：

负责人签名：

评估日期：

年 月 日