|  |  |
| --- | --- |
| 训练名称： | 家庭感统训练—前庭刺激，两侧协调 |
| 训练领域： | 感觉统合——大运动 |
| 训练目标： | 通过训练促进孤独症患儿两侧协调，及前庭刺激，提高手眼协调能力和运动计划能力 |
| 训练准备： | 呼啦圈、气球等 |
| 训练过程： | 大部分自闭症儿童都会出现感觉统合失调的特征，不仅影响了其身体的平衡力，还严重影响着自闭症儿童干预训练的效果。适当的感觉统合训练不仅能够增强自闭症儿童的平衡力，还有利于调整期身体的技能，改善语言训练。家庭之中有许多有趣的感统小游戏可以帮助孩子快乐地训练，以及增进亲子关系。  感统训练对自闭症儿童肢体的平衡能力以及身体机能的调整有着至关重要的作用。感觉统合训练还有助于自闭症儿童的早期语言开发，帮助自闭症儿童更早的开口说话。很多家长都不知道该如何帮助儿童进行感统训练，实际上有很多种方式可以帮助孩子愉快地在亲子互动当中得到感统的训练。  01  跳跃  训练目的：促进两侧协调及前庭刺激。  训练要求：在地面上摆放数个小号的呼啦圈，要孩子以双脚跳或单脚跳的方式跳过所有的圈圈。  难度设置：A、双脚跳，并把呼啦圈之间的距离放近一点;B、把呼啦圈之间的距离放远一点;C、单脚跳;D、单脚跳并连续跳完所有圈圈。  给予帮助：开始时可站在孩子前方，等孩子双脚落地时稍微扶他一下，帮助孩子保持身体平衡。  02  拍气球  训练目的：手眼协调能力，动作的计划能力。  训练要求：把气球往上抛，然后双手轮流向上拍打气球，尽量不要让气球落到地上。  难度设置：A 双手轮流拍打;B 在地上设置简单的“路障”(如玩具或凳子)，让孩子绕过路障拍气球。  给予帮助：(1)开始时教孩子把气球拍高一点，延迟下落的时间，让孩子有足够的时间计划自己的动作和步子;(2)必要时给予身体协助;(3)提醒孩子看脚下的“路障”。  软骨功  训练目的：改善身体概念及计划动作的能力，并提供触觉刺激。  训练要求：用一条粗棉绳，两端结在一起成一个圈，让孩子将绳由头套下去，由脚下拿出来;或者由脚套进去，从头部拿出来。  难度设置：A 刚开始训练时，绳圈可以相对做大一点，容易取出;B 先训练从头套到脚，再训练从脚套到头。  给予帮助：提醒孩子不要用蛮劲儿，要学习技巧。  03  摇摇船  训练目的：控制迷路张力反射，提供前庭及本体刺激，并改善身体概念及两侧协调。  训练要求：孩子躺在地上，两手抱膝身体屈起成球状，前后摇动二十下，或左右滚动二十下。  给予帮助：开始时孩子可能不能很好地控制身体或摇不动，家长需要给予身体协助，从侧面轻推孩子的肩或臀，示意孩子顺着给予的外来力量摇动身体。一旦孩子掌握要领，及时撤消帮助，鼓励孩子自己利用自身的力量摇动身体。 |
|  |  |
|  |  |
|  |  |