|  |  |
| --- | --- |
| 训练名称： | 家庭感统训练—协调能力和发展肌肉能力 |
| 训练领域： | 感觉统合——大运动 |
| 训练目标： | 通过训练培养孤独症患儿的协调能力和平衡能力 |
| 训练准备： | 椅子、不干胶、呼啦圈 |
| 训练过程： | 大家好，我是自闭症训练教师瑞夕老师。今天我们的训练项目是感统训练协调能力和发展肌肉能力。  自闭症儿童由于自身智力发育存在的问题，困扰了大多数孤独症患儿的家长，家长们发愁孩子日常生活中协调能力差、注意力不集中、感知能力无感等等，一系列妨碍孩子健康成长的症状。专家表示，只要及时对孩子感统失调障碍进行干预，在康复训练上是可以得到改善的。  在日常生活中，感统训练也是一项必不可少的运动。只要是在适当范围内进行感统训练，对于孤独症儿童而言，就是为优质人生打下了基础。但感统训练其实并不难，一些家庭可操作的小游戏就能够提高宝宝的感统能力!  下面我开始做一些训练  做5次前滚翻  训练目的：增进协调、平衡能力，刺激本体感觉  训练要求：让孩子模仿成人连续做5次前滚翻的动作。  难度设置：  ①开始时只要求做2-3次;  ②要求孩子连续做5次，并要求孩子在动作过程中身体尽量保持直线。  帮助给予：①开始时要全程给予身体协助，并用语言鼓励孩子尝试; ②尽量让孩子自己完成，必要时给予口头提示，要随时注意孩子的安全问题。  2.能走完5项步骤的障碍路径  训练目的：加强身体控制及平衡能力，增进动作企画能力。  训练要求：孩子能独自走完一个有5项步骤的障碍路径。  难度设置：①开始时只设置1-3个障碍物(跨过玩具、绕过椅子、爬过桌子)。②设置5个障碍物，引入奖励物。  帮助给予：①开始时成人先做示范，然后陪同孩子一起进行训练，要有及时、足够的身体和口头提示; ②鼓励孩子自己做，并给予适当的提示;③鼓励孩子与其他孩子以竞赛的形式进行训练。  3.能用脚尖站立10次，每次3秒  训练目的：腿部运动能力、重心及平衡能力。  训练要求：让孩子双脚脚跟着地，脚尖掂起地站立，每次站立3秒钟时间。  难度设置：①开始时让孩子扶着墙壁或椅背站立;②让孩子尝试徒手站立。  帮助给予：①可以在墙壁上孩子掂脚可触及的地方挂一奖励物，鼓励孩子掂起脚去拿取;②给孩子数数，让他/她知道要站多长时间。 |