项目分类：运动

项目名称：跳羊角球

项目时间：十分钟

适用范围：有跳基础的孩子

项目说明：给孩子准备羊角球在家里蹦跳，玩捉迷藏游戏，跳着找爸爸妈妈，抓爸爸妈妈

训练目的：锻炼孩子跳的能力及游戏能力

适用阶段：小班

评估方法：测试

解说词：

我们的星宝贝一般在粗大方面会有不同的表现，他们或肢体不协调或多动或讨厌触摸。所以我们需要对星宝贝的粗大运动方面进行训练。

本项目的作用是让孩子学会身体跳感觉，并锻炼身体及参与游戏。

此项目需要经常训练，当孩子学会控制自己身体和不安的情绪，可以进一步让他进行一般性身体活动。

此项目的操作方法是：

首先我们准备一个羊角球，根据孩子的身高体重选择大小不同的球，然后给予宝贝指令和辅助让宝贝学着模仿或配合，然后一点一点的撤销辅助，让孩子独立跳跃，最后加大难度，转圈跳跃或是追逐跳跃，循序渐进。

本项目可在其他训练中间穿插使用，并可以在日常生活中加入训练。当孩子能独立养成动作要领时，记得及时给予安抚和奖励。

下面我们开始演示

一般情况下，我们的星宝贝会出现不配合，听不懂指令，哭闹，这些情况的发生都是正常的，我们只需要让他们掌握动作和规则既可。当孩子们出现这些情况的时候，我们需要及时给予安抚，注意此项目不宜训练多次，需在生活中不断给予训练。

项目分类：运动

项目名称：接抛球

项目时间：十分钟

适用范围：有简单互动的能力的孩子

项目说明：给孩子准备一个球，爸爸妈妈和孩子互动游戏，一个扔球，一个接球，这样练习每天100个

训练目的：锻炼孩子的接球能力

适用阶段：中班

评估方法：测试

解说词：

我们的星宝贝一般在粗大方面会有不同的表现，他们或肢体不协调或多动或讨厌触摸。所以我们需要对星宝贝的粗大方面进行训练。本项目的作用是让孩子学会身体感觉，并锻炼身体。

此项目需要经常训练，当孩子学会控制自己身体和不安的情绪，可以进一步让他进行一般性身体活动。

此项目的操作方法是：

首先我们我们准备一个球，根据孩子的大小来选择适合孩子的球，引导者说，宝贝，我们今天做一个游戏，把球扔给宝宝，让宝宝接住，再让孩子把球扔给家长，家长接住，以此循环接抛球。让宝贝看并参与进来，由简单到增加难度。和宝贝一起完成。

此项目可在其他训练中间穿插使用，并可以在日常生活中加入训练。当孩子能独立养成动作要领时，记得及时给予安抚和奖励。

下面我们开始演示

一般情况下，我们的星宝贝会出现不配合，听不懂指令，哭闹，这些情况的发生都是正常的，我们只需要让他们掌握动作和规则既可。当孩子们出现这些情况的时候，我们需要及时给予安抚，注意此项目不宜训练多次，需在生活中不断给予训练。

项目分类：运动

项目名称：平衡木

项目时间：十分钟

适用范围：能独立行走，可以控制平衡的孩子

项目说明：在家准备长木板让孩子走，也可以在室外走马路沿和花池沿

训练目的：锻炼孩子的平衡和胆量

适用阶段：大班

评估方法：测试

解说词：

我们的星宝贝一般在粗大方面会有不同的表现，他们或肢体不协调或多动或讨厌触摸。所以我们需要对星宝贝的粗大方面进行训练。本项目的作用是让孩子学会身体感觉，并锻炼身体。

此项目需要经常训练，当孩子学会控制自己身体和不安的情绪，可以进一步让他进行一般性身体活动。

此项目的操作方法是：

首先我们准备一个平衡木，可以是木头制的也可以是塑料制的，给于宝贝指令，和指定动作规则，给予简单辅助，和及时奖励。说宝贝我们上去走一走，沿直线走，倒着走，走一圈等等，加油。你真棒

此项目可在其他训练中间穿插使用，并可以在日常生活中加入训练。当孩子能独立养成动作要领时，记得及时给予安抚和奖励。

下面我们开始演示

一般情况下，我们的星宝贝会出现不配合，听不懂指令，哭闹，这些情况的发生都是正常的，我们只需要让他们掌握动作和规则既可。当孩子们出现这些情况的时候，我们需要及时给予安抚，注意此项目不宜训练多次，需在生活中不断给予训练。

徐岩