

感统训练教学计划（感统课程训练计划）

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/b621518cfe39c281bbf5cb16f76020ca.html>

范文网，为你加油喝彩！

感统训练教学计划

日子在弹指一挥间就毫无声息的流逝，我们迎来了新的学习生活，请一起努力，写一份教学计划吧。如何把教学计划写出新花样呢？以下是小编整理的感统训练教学计划，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

目标：

- 1、调动身体各部位肌肉收缩，维持适当的肌紧张，保持身体控制。
- 2、有效提高学生的空间知觉能力、协调性和平衡能力。
- 3、练习大量的蹦跳活动能增强气息的流畅性，且边跳边说可以提高声带的发音力量。

训练方法：

项目：蹦床（3月）

- 1、让学生坐在蹦床上，通过使学生的机体与的接触，使学生前庭、本体觉和皮肤接触等感觉运动刺激，能促进大脑对各种信息刺激的组合和统一。然后教师双手扶着学生做上下运动，节奏由教师控制，注意过程中培养学生养成边说边运动的习惯，让学生坐在蹦床上做上下运动的频率有所变化，通过这种变化观察学生的发音力量的变化。
- 2、让学生站在蹦床上，让学生在蹦床上平稳站立，培养他们的平衡感，接着用双手扶着学生做有节奏的上下运动，速度由慢到快，不断增强学生的节奏感。
- 3、注意事项：蹦床训练的强度与训练时间要把握好，同时在整个过程中教师要注意每个学生的安全。

项目：会走s型的线段；（3月）

训练目的：空间概念，肢体的平衡能力。

训练要求：在地上用不粘胶粘出一条s型线段，让学生从一端走到另外一端。

难度设置：

帮助给予：

- 1、开始时可站在学生的前面拉着他的双手引导他往前走；
- 2、也可以站在学生的后边，让他推着一个手推玩具沿着线段向前走；
- 3、鼓励学生自己往前走，并在另外一端放一个玩具或小食品来奖励学生的成功尝试。如果学生因为见到奖励物而不配合训练，则可以等孩子完成了路线后拿出神秘奖励物奖励给他。

训练小结：

通过对CHSH的上课，练习大量的蹦跳活动能增强气息的流畅性，且边跳边说可以提高声带的发音力量，发展学习听觉与触觉的统合，上课的结果还比较理想。

项目：四肢协调练习（7月）

- 1、手支撑训练：俯卧位，让孩子用双手将自己身体撑起，与肩同宽，可在其骨盆处用圆筒等物垫高，用玩具等吸引其抬高头，双肘伸直。患儿前臂有旋后困难时，让其双手掌心内侧相对，手掌打开，手指伸直。保持5~10分钟，当手部力量增强后，可在其双肩上方加上沙袋负重。以加大训练强度。
- 2、平衡训练：孩子用下肢负重站于小木凳（木凳高度可逐渐增加）上，将健侧下肢向前方缓慢迈出，踩到地面上，注意在这过程中保持平衡，然后收回原位。前、后、侧方都可进行。作用是可提高立位的动态平衡，因此动作难度系数大，做此项训练前必须具备良好的立位平衡及步行能力方可进行。
- 3、坐上大龙球

训练目的：

改善身体协调不良，增强重力感的控制能力，建立和刺激前庭机能对多动和身体协调不佳的孩子有较大的帮助。

训练要求：

协助孩子坐在大龙球上，指导者可以放手，只要协助保持大龙球的稳定即可，鼓励孩子用屁股力量作上下跃动。孩子要作前后、左右摇晃时，指导者可以用手握住孩子双手，以协助孩子保持身体的平衡。

训练小结：

以上训练都为增加触觉刺激信息，以减轻内心的不安，消除触觉敏感，培养自动自发的调节机能。不过其适应力较差，也较固执，绝对不可以强迫他，必须有点耐心，花时间协助他主动去适应，游戏时多引导他各种变化及语言刺激，或许较有助于他对刺激信息选择和处理的方式。

训练计划（7月）

训练目标：

- 1、能听懂指令
- 2、转社会评价来夸奖进步好的行为
- 3、减少特殊行为
- 4、可以做以下项目：滑梯、平衡木、大笼球、触觉球、波波池、阳光隧道、滚垫、球上跳（辅助）、插木棍、转圆筒、网缆等。

指导要点：

- 1、增加前庭体系信息刺激以减少触觉敏感带来的前庭机能不全导致他过分焦虑及紧张。
- 2、多了解，细心观察并取得他的信任。
- 3、强化训练听指令，词汇不宜太多，遵循循序渐进的原则，一步一步强化。

项目：扶物能单脚站立5秒

训练目的：平衡能力。

训练要求：孩子能扶着椅子或家长手握的棒子单脚站立约5秒。

难度设置及帮助给予：a手把手地教孩子用双手扶着椅子的靠背，提起孩子的一条腿悬空约5秒，然后放下。过程中用简单的语言告诉孩子怎么做，如：“抬腿！”、“放下！”b让孩子自己尝试5秒内（可用数数提醒他/她）不要把脚放下；c孩子掌握了技能后，改用棒子。家长双手握住棒的两端，孩子则抓住中间重复以上步骤。

训练结果：

改变孩子注意力不集中,好动不安,没有自制力,经常剧烈地跑跳,寻求强烈刺激等习惯。不管做什么事情，集中注意的时间都特别短，常有逆反心理；学东西很快，自己想做什么就做什么，不受约束。通过一段时间的训练，在与老师和小朋友一起游戏、玩的过程中，他改变了很多，能长时间地做某一项活动，不和小朋友争抢东西，不在训练室跑来跑去，能主动与老师配合做各种活动。

项目：前庭平衡失调的感统训练（8月）

滑板游戏

使用对象：

训练目标：调整前庭机能、本体感机能、触觉敏感或迟钝。

训练方法：让孩子俯卧与滑板上，挺胸抬头，并拢双脚，从大滑梯上向下俯滑至地板上这样来回滑行数十趟。这种滑板游戏有助于大脑机能协调发展。

2、吊缆游戏

使用对象：CHSH

训练目标：调整前庭机能、视觉协调等。

训练方法：让孩子俯卧于吊缆上，训练师将其前后、左右晃动。孩子对这种游戏适宜过后进行旋转运动，其强度和时间，应根据孩子的具体反应而定。

3、蹦蹦床游戏

使用对象：CHSH

训练目标：调整前庭感，本体感觉，手眼协调机能。

训练方法：训练师或家长握住孩子的双手，让孩子在蹦蹦床上跳跃起来，跳的同时配合着口令，音乐，增加孩子跳跃的兴趣。根据孩子的具体情况，可以在跳跃的基础上变换花样，比如，跳跃+接球，跳跃+投球入网。训练师或家长应当配合表情或形体奖励，以激发孩子的信心和兴趣。

4、走线游戏

适用对象：CHSH

训练目标：调整平衡觉，本体感觉等。

训练方法：在地上划一条直线或波浪型曲线，让孩子踩着行走，足尖对着足跟，双臂向两侧伸直，抬头看前方

训练结果：

通过训练，他现在已经能脱离父母，配合老师参与训练，并配合得非常默契。与小朋友在一起玩得也特别开心。语言表达明显增强，和老师交流的话也多了。孩子的自信心明显增强。

项目：感统训练集体课训练（9月）

一、热身活动：

1、“请你跟我这样做”——辅导员用口令引导孩子说“我会跟你这样做”，并做同样的动作：伸臂、弯腰、扭身、旋转、下蹲等（借助小按摩球、体能环）；

2、爬行比赛（3-5组）——发出口令，依次爬行，计时评比（彩虹接龙或四隧道）。

二、训练安排：

(一)、“陆地飞行”游戏：

- 1、适用方向：前庭觉、本体觉；
- 2、器材辅助：圆形滑车大小各一、小按摩球、大滑板；
- 3、量时安排：每人3 - 4组，15分钟完成；
- 4、训练要点：俯卧在滑车上（头要向上抬起），用双手或双脚蹬墙滑行，进而运用大滑板；
- 5、拓展活动：急旋转，在板上相互传接小按摩球。

(二)大陀螺游戏：

- 1、适用方向：前庭觉、平衡感；
- 2、器材辅助：大陀螺；
- 3、量时安排：每人1组，每组30 - 50下，30分钟完成；
- 4、训练要点：自己旋转或两人协力，出现不适要叫停，每人可分两次完成；
- 5、拓展活动：互相推动。

训练结果：

细心观察，耐心引导，辅助到位，及时夸奖，逐渐消退辅助，培养其自动自发调节能力及建立运动企划能力，让其熟悉每一部分的技

更多 范文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发