**康复教学月计划表（ 4-5月计划）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **姓名** | **陈奕贝** | **性别** | **女** | **出生年月** | **2022年05月21日** | | | |
| **制定日期** | **2025.04.23** | | | **计划参与者** | | **栾庆远** | | |
| **实施者** | **栾庆远、家长** | | | **实施**  **起止日期** | | **2025年04月23日-2025年5月31日** | | |
| **康复**  **领域** | **长期目标** | | | **短期目标** | | | **课程**  **形式** | **起止**  **日期** |
| **前庭觉调节训练** | **1.荡秋千** | | | 1.1静态坐姿（老师扶住秋千，儿童坐10秒，给予视觉语言安抚）； | | | **一对一/家庭干预** | **2025.04.23**  **至**  **2025.04.30** |
| 1.2轻微前后摇晃（幅度＜30°，持续30秒，伴随儿歌分散注意力）； | | |
| 1.3自主抓握秋千绳，老师轻推（速度逐渐加快，每次1分钟，结合正向鼓励）。 | | |
| **2.跳蹦床** | | | 2.1自由跳跃（5分钟/次）。 | | |
| 2.2跳跃时接住软球/触摸悬挂玩具（整合前庭觉与手眼协调）。 | | |
| **3.走平衡木** | | | 3.1在辅助下走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.2独立走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.3辅助走S弯四分之一圆 | | |
| 3.4独立走S弯四分之一圆 | | |
| **改善触觉防御** | **1.触觉刷按摩** | | | 1.1从手臂外侧→背部→腿部（每日5分钟，使用软毛刷，力度由轻到中）； | | |
| **2.渐进式拥抱** | | | 2.1家长先轻触儿童肩膀→短暂搂住腰部（3秒）→逐渐延长拥抱时间（每次成功接触后奖励小贴纸）。 | | |
| **3.压触觉球** | | | 3.1先让孩子用手抚摸带刺的大龙球，轻趴大龙球，最后是躺着按压大龙球。 | | |
| **本体觉强化** | **1.深层肌肉感知锻炼** | | | 1.负重活动：背小书包（装200g玩具）行走、推玩具车（增加阻力）等。 | | |
| **2.包裹身体轻压** | | | 2.用大毛巾“卷春卷”（包裹身体轻压）。 | | |
| **前庭觉调节训练** | **1.荡秋千** | | | 1.1静态坐姿（老师扶住秋千，儿童坐10秒，给予视觉语言安抚）； | | | **一对一/家庭干预** | **2025.05.01**  **至**  **2025.05.10** |
| 1.2轻微前后摇晃（幅度＜30°，持续30秒，伴随儿歌分散注意力）； | | |
| 1.3自主抓握秋千绳，老师轻推（速度逐渐加快，每次1分钟，结合正向鼓励）。 | | |
| **2.跳蹦床** | | | 2.1自由跳跃（5分钟/次）。 | | |
| 2.2跳跃时接住软球/触摸悬挂玩具（整合前庭觉与手眼协调）。 | | |
| **3.走平衡木** | | | 3.1在辅助下走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.2独立走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.3辅助走S弯四分之一圆 | | |
| 3.4独立走S弯四分之一圆 | | |
| **改善触觉防御** | **1.触觉刷按摩** | | | 1.1从手臂外侧→背部→腿部（每日5分钟，使用软毛刷，力度由轻到中）； | | |
| **2.渐进式拥抱** | | | 2.1家长先轻触儿童肩膀→短暂搂住腰部（3秒）→逐渐延长拥抱时间（每次成功接触后奖励小贴纸）。 | | |
| **3.压触觉球** | | | 3.1先让孩子用手抚摸带刺的大龙球，轻趴大龙球，最后是躺着按压大龙球。 | | |
| **本体觉强化** | **1.深层肌肉感知锻炼** | | | 1.负重活动：背小书包（装200g玩具）行走、推玩具车（增加阻力）等。 | | |
| **2.包裹身体轻压** | | | 2.用大毛巾“卷春卷”（包裹身体轻压）。 | | |
| **前庭觉调节训练** | **1.荡秋千** | | | 1.1静态坐姿（老师扶住秋千，儿童坐10秒，给予视觉语言安抚）； | | | **一对一/家庭干预** | **2025.05.11**  **至**  **2025.05.18** |
| 1.2轻微前后摇晃（幅度＜30°，持续30秒，伴随儿歌分散注意力）； | | |
| 1.3自主抓握秋千绳，老师轻推（速度逐渐加快，每次1分钟，结合正向鼓励）。 | | |
| **2.跳蹦床** | | | 2.1自由跳跃（5分钟/次）。 | | |
| 2.2跳跃时接住软球/触摸悬挂玩具（整合前庭觉与手眼协调）。 | | |
| **3.走平衡木** | | | 3.1在辅助下走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.2独立走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.3辅助走S弯四分之一圆 | | |
| **改善触觉防御** | **1.触觉刷按摩** | | | 1.1从手臂外侧→背部→腿部（每日5分钟，使用软毛刷，力度由轻到中）； | | |
| **2.渐进式拥抱** | | | 2.1家长先轻触儿童肩膀→短暂搂住腰部（3秒）→逐渐延长拥抱时间（每次成功接触后奖励小贴纸）。 | | |
| **3.压触觉球** | | | 3.1先让孩子用手抚摸带刺的大龙球，轻趴大龙球，最后是躺着按压大龙球。 | | |
| **本体觉强化** | **1.深层肌肉感知锻炼** | | | 1.负重活动：背小书包（装200g玩具）行走、推玩具车（增加阻力）等。 | | |
| **2.包裹身体轻压** | | | 2.用大毛巾“卷春卷”（包裹身体轻压）。 | | |
| **前庭觉调节训练** | **1.荡秋千** | | | 1.1静态坐姿（老师扶住秋千，儿童坐10秒，给予视觉语言安抚）； | | | **一对一/家庭干预** | **2025.05.19**  **至**  **2025.05.25** |
| 1.2轻微前后摇晃（幅度＜30°，持续30秒，伴随儿歌分散注意力）； | | |
| 1.3自主抓握秋千绳，老师轻推（速度逐渐加快，每次1分钟，结合正向鼓励）。 | | |
| **2.跳蹦床** | | | 2.1自由跳跃（5分钟/次）。 | | |
| 2.2跳跃时接住软球/触摸悬挂玩具（整合前庭觉与手眼协调）。 | | |
| **3.走平衡木** | | | 3.1在辅助下走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.2独立走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.3辅助走S弯四分之一圆 | | |
| 3.4独立走S弯四分之一圆 | | |
| **改善触觉防御** | **1.触觉刷按摩** | | | 1.1从手臂外侧→背部→腿部（每日5分钟，使用软毛刷，力度由轻到中）； | | |
| **2.渐进式拥抱** | | | 2.1家长先轻触儿童肩膀→短暂搂住腰部（3秒）→逐渐延长拥抱时间（每次成功接触后奖励小贴纸）。 | | |
| **3.压触觉球** | | | 3.1先让孩子用手抚摸带刺的大龙球，轻趴大龙球，最后是躺着按压大龙球。 | | |
| **本体觉强化** | **1.深层肌肉感知锻炼** | | | 1.负重活动：背小书包（装200g玩具）行走、推玩具车（增加阻力）等。 | | |
| **2.包裹身体轻压** | | | 2.用大毛巾“卷春卷”（包裹身体轻压）。 | | |
| **前庭觉调节训练** | **1.荡秋千** | | | 1.1静态坐姿（老师扶住秋千，儿童坐10秒，给予视觉语言安抚）； | | | **一对一/家庭干预** | **2025.05.26**  **至**  **2025.05.31** |
| 1.2轻微前后摇晃（幅度＜30°，持续30秒，伴随儿歌分散注意力）； | | |
| 1.3自主抓握秋千绳，老师轻推（速度逐渐加快，每次1分钟，结合正向鼓励）。 | | |
| **2.跳蹦床** | | | 2.1自由跳跃（5分钟/次）。 | | |
| 2.2跳跃时接住软球/触摸悬挂玩具（整合前庭觉与手眼协调）。 | | |
| **3.走平衡木** | | | 3.1在辅助下走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.2独立走10cm高15cm宽平衡木 | | |
| 3.3辅助走S弯四分之一圆 | | |
| 3.4独立走S弯四分之一圆 | | |
| **改善触觉防御** | **1.触觉刷按摩** | | | 1.1从手臂外侧→背部→腿部（每日5分钟，使用软毛刷，力度由轻到中）； | | |
| **2.渐进式拥抱** | | | 2.1家长先轻触儿童肩膀→短暂搂住腰部（3秒）→逐渐延长拥抱时间（每次成功接触后奖励小贴纸）。 | | |
| **3.压触觉球** | | | 3.1先让孩子用手抚摸带刺的大龙球，轻趴大龙球，最后是躺着按压大龙球。 | | |
| **本体觉强化** | **1.深层肌肉感知锻炼** | | | 1.负重活动：背小书包（装200g玩具）行走、推玩具车（增加阻力）等。 | | |
| **2.包裹身体轻压** | | | 2.用大毛巾“卷春卷”（包裹身体轻压）。 | | |
| **家长意见** | 家长签字： | | | | | | | |