

# 感觉统合训练在小学体育课堂教学中的有效开展

李娟娟

(石家庄市友谊大街小学西校 河北 石家庄 050000)

**[摘要]**在素质教育理念下,小学体育教学显得更加重要,加强学生体能素养是小学体育教学的主要教学目标。随着我国感觉失调的儿童数量不断增加,儿童的身心健康受到了很大的影响。在小学体育教学中感觉统合训练是重要的教学方法,有助于改善儿童感觉失调问题。本文从感觉统合的概念与基本认识入手,分析了小学生感觉统合失调产生的原因与带来的影响,深入研究了感觉统合训练在小学体育课堂教学的重要意义,探讨了感觉统合训练在小学体育教学中的有效开展,并提出了相关的注意事项。

**[关键词]**感觉统合训练;小学体育;课堂教学;有效开展

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.05.150

感觉统合训练是指学生分析处理感觉信息,及时做出合理的反应,帮助学生养成独立思考独立解决问题的能力。小学体育教学是一项有计划和相关课程标准的有针对性、目标明确的教学活动,主要内容是为学生传授基本的体育知识与技巧,加强学生体质,培养学生体育精神,在小学体育教学中还面临着一些影响教学工作的因素,比如一些学校对小学体育教学不够重视,学生不能在体育课堂中学生应学的体育知识等。感觉统合训练在小学体育课堂教学中有着重要意义,不仅能培养学生对感觉信息的分析能力,还有助于学生养成独立解决问题的能力。

## 一、感觉统合概念与基本认识

感觉统合是指机体通过不同的感觉从环境中获取信息,传输到人的大脑中,大脑将其分析与处理,作出相应的反应,感觉包括视觉、听觉、触觉等,感觉统合是大脑与身体相互协调的过程。感觉统合的概念最初由英语生理学家提出,再经过美国心理学博士系统的研究,提出了感觉统合理论、改善治疗感觉统合失调的方法。感觉统合理论从大脑的功能与发展、学习、矫正学习障碍等几个方面,提出了儿童大脑具备极高的可塑性与发展性。感觉统合训练主要是指小学体育教师在教学过程中将感觉统合理论作为指导思想,根据学生生长发育的感官需要,科学合理的设计体育教学活动,增加对体育感觉统合器材的灵活运用,增强训练效果,帮助学生改善和提高感觉统合能力,丰富体育教学内容,激发学生对体育的学习兴趣。

## 二、感觉统合失调的原因与影响

### (一) 感觉统合失调的原因

儿童感觉统合失调不仅与神经解剖学有关,刺激量与类别的缺失也是导致儿童感觉统合失调的原因。中枢神经是感觉统合的基本条件,多区域中枢神经协调作用不佳很可能导致儿童感觉统合失调。<sup>[1]</sup>因此,中枢神经或外围神经有所欠缺或受到损害,都会导致统合神经协作中断或连接路径中断,造成儿童感觉统合失调。除此之外,外部的刺激也很可能造成神经系统紊乱,导致感觉统合失调,外部的刺激包括托品中毒、铅摄入过量等。儿童缺少感觉刺激训练也是导致感觉统合失调的重要原因。人的感觉统合训练从母亲怀孕期间就已经开始了,贯穿于孩子婴幼儿时期与童年时期。胎儿在母亲的体内受到的刺激较为固定,因此,更多的统合训练需要在孩子出生之后来完成。随着当前社会环境的发展,家长对于子女的过度宠爱,缺少专业的育儿知识与经验,导致孩子的感官刺激不足,这样的养育方式也欠缺对孩子的感觉统合能力的训练与培养,导致感觉统合失调。除此之外,儿童的感觉统合失调也与儿童的性格、气质等特点关系密切,根据调查结果显示,易养型儿童感觉统合失调的概率较小,难养型儿童患有感觉统合失调的概率较大,二者之间差距明显。

### (二) 小学生感觉统合失调带来的影响

小学生感觉统合失调带来的影响有很多方面,主要表现在学习障碍、社会适应障碍、心理障碍、生活能力障碍等几个方面。小学生感觉统合失调严重的话将会对儿童的高级认知产生直接影响,对自身行为带来重要影响。小学生的学习障碍主要包括从小并未养成良好的学习习惯,也并未养成良好的学习行为,很难提高学习成绩。小学生如果感觉统合失调会导致学习能力下降,很难完成学习任务,且无法对外界的刺激做出正确的反应,造成儿童不能形成正确的认知,意识和情感不符合正常要求。儿童如果患有感觉统合失调,那他们与同龄人之间的智力水平则差距明显,受到自身智力的限制,也堆学生的心理带来巨大影响,很可能会出现不同的心理障碍。感觉统合失调的学生由于不能对外界刺激做出正确反应,常常出现不愿与人接触、性格孤僻、过度敏感等现象,很难与他人进行友好的沟通与交流。另外,患有感觉统合失调的儿童身体协调能力也会受到影响,通常伴有一定的活动障碍,对儿童的肢体协调性、灵敏性带来不良影响,影响儿童的日常行为与活动能力。

## 三、感觉统合训练在小学体育教学的重要意义

### (一) 强化学生身体素质

在小学体育课堂教学中运用感觉统合训练,有助于学生全面发展。感觉统合训练的根本目的是帮助学生塑造形体,增强学生身体素质。小学阶段的学生正处于生长发育阶段,是塑造形体的关键时刻,体育教师通过感觉统合训练这样的教学方式,有助于激发学生对体育学习的积极性,还能让学生在训练过程中增强体能,促进体育素养的提高。

### (二) 促进学生智力的开发

在小学体育课堂教学中运用感觉统合训练,有助于激发学生体育运动的主动积极性,调动学生的学习热情。在以往的体育教学中,体育教师常常使用单一的教学方式,导致一些学生对枯燥的训练感到疲惫与厌烦。感觉统合训练能将各种体育游戏训练与体育知识充分结合,学生在实践训练中掌握体育知识,开发了学生的智力,也促进了学生思维能力的提升。

## 四、感觉统合训练在小学体育课堂教学中的开展策略

### (一) 转变教师的教学观念

小学体育教师要想做好体育教学工作,必须要加强学生体育意识的培养,将体育教学和感觉统合训练结合起来,对学生进行有针对性的教育指导,根据学生个性发展等特点因材施教,促进学生全面发展。<sup>[2]</sup>学校要大力支持与鼓励体育教师的教学工作,定期组织教师参与培训课程,提高教师综合素质,转变传统的教学观念,追求教学模式的创新,将教学重心转移到体育教育上,帮助学生对体育教育有新的认识,提高学生学习兴趣与学习效率。

### (二) 精心选择合适的教学内容

学生的感官会随着任何一种体育运动而变化,当学生的感官在环境中受到刺激,不同的体育训练与体育运动都会给学生带来视觉、触觉以及本体感觉上的变化,这些变化都是随着学生肢体动作的变化而来的。由于小学生在身体发育阶段存在差异性,小学体育教师应充分考虑到学生的实际情况精心选择合理的教学内容。教师可以在感觉统合训练的基础上加入一些体育小游戏或特定的体育活动,有效刺激学生身体发育的部分。比如青蛙跳训练、仰卧滑滑梯、抱球平衡木等,这些都是能训练学生感觉统合能力的活动,有较好的训练效果。这些游戏活动在一定程度上刺激学生的感官,还具有一定的益智作用,有效开发学生的大脑思维,培养学生的思维能力。

### (三) 充分利用体育器材设计感觉统合训练

随着我国对感觉统合理论的深入研究,感觉统合理论项目与内容也随之越加丰富。小学体育教师在课堂教学中应严格按照感觉统合训练的各项要求开展教学,充分利用校园内已有的各种体育器材,对小学生进行有针对性的感觉统合训练。教师在这个过程中可以与传统的体育项目相结合,比如羽毛球、篮球等,精心设计符合学生兴趣爱好,且能有效促进学生感觉统合能力提高的体育游戏。通过这些体育活动充分发挥出传统单一化的体育项目的积极作用,最大限度的发挥体育器材的功能,帮助学生增强身体素质,促进学生感觉统合能力的提高。小学体育教师在教学过程中应结合体育器材的特点与学生年龄、个性特点与学习能力等方面,在体育教学趣味性、游戏性的基础上设计出具有创新意义的感觉统合训练体育游戏,改变传统机械化的教学训练,通过创新的感觉统合训练方式进行小学体育教学,对学生进行有针对性的感觉统合训练,促进学生听觉、视觉、平衡感等方面的提升,也增强了学生对体育学习的学习兴趣。

### (四) 通过游戏活动进行感觉统合训练

小学阶段是开展感觉统合训练的最佳时期,小学体育教师为了提高感觉统合训练的效果,应主动转变体育教学模式与教学方法,通过游戏活动来开展感觉统合训练,减少强度较高的剧烈运动项目,控制好训练强度,将感觉统合训练融入到体育活动中,充分发挥学生的感觉神经系统功能。<sup>[3]</sup>小学体育主要的教学目标就是促进学生身心健康的成长与发展,教师应在注重学生健康发展的同时通过科学合理的教学方法引导学生进行正确的感觉统合训练,充分考虑到学生的学习能力、承受能力、身体条件等特点,充分发挥学生自身优势,弥补学生的缺点。通过游戏活动来进行感觉统合训练能让学生在游戏期间获得感知锻炼,提高感觉统合能力。游戏教学训练也更加容易被学生所接受,教师可以设计一些符合学生个性特点的体育游戏,让学生在游戏过程中学会体育知识,从体育训练的实践考虑,开展个性游戏与集体游戏,比如滑板推球小游戏,学生可以在滑板上进行俯卧运动,通过小组形式开展,可以两人一组或多人一组进行推球接球训练,让学生在游戏中的锻炼背部与颈部的肌肉,锻炼学生眼球的控制能力,促进学生听觉视觉的提高。

### (五) 注重学生的个体差异性

小学体育教师要在教学过程中关心爱护每一位学生,注重学生的独特个性发展,及时发现学生之间的不同与差异,及时进行正确的引导与帮助,帮助学生养成良好的运动习惯等。一些学生学习能力较差,是受到感觉统合失调的影响,很难正确理解和表达教学内容,甚至受到同学的嘲笑,损害到学生心灵。另外,教师一旦发现学生患有感觉统合失调,也不能通过同一种训练模式来帮助学生矫正,而是要根据学生具体的表现与实际情况,采用不同的矫正方法,对症下药,才能有效帮助

学生提高感觉统合能力。

## 五、小学体育课堂教学中感觉统合训练的注意事项

### (一) 在感觉统合训练的基础上构建体育教学科学体系

相关的研究表明很多体育项目都对学生感觉统合能力有促进作用,但在小学体育教学过程中,在选择适合学生感觉统合训练的运动项目时应科学划分不同的体育项目,充分考虑到不同年龄段学生的实际运动水平、承受能力、学习能力等各个方面。合理选择最为有效的体育项目,在小学生感觉统合训练基础上构建一套完善的体育教学科学体系,而不能盲目随意的去选择感觉统合训练体育项目。<sup>[4]</sup>

### (二) 小学体育教师应提高自身专业理论知识和技能

目前,小学体育教学中对学生开展感觉统合训练通常都借助于体育游戏这样的教学模式,学生在游戏过程中掌握很多知识技能,提高自身能力。其实感觉统合训练需要多种学科相互结合,才能充分发挥其效果。感觉统合训练涉及到体育教育学、训练学、生理学等多个方面的内容,因此小学体育教师在进行感觉统合训练活动时必须具备专业的理论知识与技能,才能将多个学科的内容进行有机统合,充分发挥其价值。小学体育教师应在教学前努力学习感觉统合训练方法,提高自身专业理论知识和技能,确保体育教学的高效性。

### (三) 将体育教学目标和感觉统合训练目标相结合

感觉统合训练不仅能开发学生心智,还能增强学生身体素质。与其他文化课程相比较,小学体育教学的主要特点就是技能性的培养,也就是说小学体育教学在注重学生体育知识学习的同时也十分看重对学生自身体能、体育技能等方面的培养。小学体育教学的重点在于学生在训练过程中增强学生运动量,培养学生运动技能。其具体表现在小学感觉统合训练过程中,教师将体育教学目标和感觉统合训练目标相结合,促进学生全面健康发展。

## 六、总结

感觉统合训练是一项改善儿童感觉系统障碍的新兴项目,正在逐渐被人们认识与熟知,在小学体育教学中有着重要意义,但是实际运用过程中对小学体育教师的专业知识和技能有着较高要求,才能让感觉统合训练在小学体育教学中充分发挥其价值。<sup>[5]</sup>小学体育教师在教学过程中应用感觉统合训练时,应转变教学观念,将原有的教学模式与感觉统合训练相结合,相互适应相互融合,从中挖掘感觉统合训练的优势,精心选择合适的教学内容,充分利用学校现有的体育器材,借助体育游戏来开展感觉统合训练,注重学生个体之间的差异性,根据学生个性特点等各个方面,做到因材施教,提高学生感觉统合能力,促进学生全面健康发展。

## 参考文献

- [1]陈玉玲.小学体育教学中导入感觉统合训练之研究[J].新智慧,2021(03):63-64.
- [2]张鸿庭.感觉统合训练在小学体育教学中的应用研究[J].当代体育科技,2020,10(20):48-50.
- [3]陈文忠.感觉统合训练融入小学体育教学的策略分析[J].当代体育科技,2020,10(07):150+152.
- [4]陶涛.感觉统合训练对小学体育课堂教学的启示[J].休闲,2020(01):140.
- [5]刘博,肖晓恩.感觉统合训练对小学体育教学的作用分析[J].体育科技,2019,40(03):153-154.

## 作者简介:

李娟娟(1990年11月11日),女,汉族,河北省邯郸市丛台区,学历:本科,职称:中小学二级教师,毕业院校:廊坊师范学院,毕业专业:体育教育 研究方向:体育。