

体育游戏提升智障儿童身体活动能力的实践研究

石 丰

(广西南宁市江南区三津小学, 广西 南宁 530000)

摘要: 本文针对智障儿童身体活动能力较弱的问题, 以我国小学体育教育为背景, 通过实践研究探讨体育游戏在提升智障儿童身体活动能力方面的作用。文章首先阐述了体育游戏对智障儿童身体活动能力提升的意义, 然后分析了智障儿童身体活动能力的现状及原因, 最后提出了在小学体育教育中运用体育游戏提升智障儿童身体活动能力的具体策略。

关键词: 小学体育; 智障儿童; 身体活动能力

智障儿童由于神经系统发育不健全, 导致其在身体活动能力方面存在较大障碍。这不仅影响了他们的身心健康, 还限制了他们的社会交往能力。体育游戏具有趣味性、竞技性和互动性, 有助于激发智障儿童参与体育活动的兴趣, 提高他们的身体活动能力。

一、体育游戏对智障儿童身体活动能力提升的意义

(一) 提高协调性

体育游戏的设计和实施强调儿童之间的互动和竞争, 这使得智障儿童在游戏中能够自然地锻炼身体的各个部位, 并提高他们的协调性。通过参与游戏, 他们可以学习如何与他人合作, 并在互动中逐渐提高自己的身体协调性。这种锻炼方式不仅有助于增强他们的体质, 还可以提高他们在日常生活中的活动能力。在设计 and 实施体育游戏时, 应充分考虑智障儿童的身心特点, 确保游戏内容适合他们的能力水平。通过选择适合的游戏形式和规则, 让智障儿童能够积极参与并从中受益。此外, 体育游戏还可以通过增加难度和挑战性来促进儿童的成长和发展, 帮助他们逐渐提高自己的协调性和身体能力。

(二) 增强智障儿童的肌力, 提高他们的耐力

体育游戏中包含的各种动作和运动模式, 如跑、跳、抛、接等, 都可以针对性地锻炼智障儿童的肌肉力量, 提升他们身体的协调性和反应能力。这些游戏往往需要智障儿童在一段时间内持续参与, 不断运动, 这样不仅有助于增强他们的体力, 还可以提高他们的耐力, 增强他们的意志力和毅力。在体育游戏中, 智障儿童需要完成各种任务和挑战, 这不仅需要他们运用身体的协调能力, 还需要他们进行思考和分析。这样的过程可以促进他们的大脑发展, 提升他们的思维能力和解决问题的能力。而且, 体育游戏还可以帮助智障儿童建立自信心和自尊心。当他们在游戏中取得成功时, 会感到自豪和满足, 这对他们的心理健康和成长具有积极的影响。

(三) 提高动作准确性

体育游戏的设计具有极高的多样化, 它要求儿童能够完成各种不同且复杂的动作。通过反复的练习和不断的挑战, 智障儿童的动作准确性得到了显著的提高。他们逐渐能够更准确地完成各种动作, 增强了自己的运动协调能力和自信心。这种提高动作准确性的好处不仅限于体育游戏本身。当智障儿童在日常生活和学习中遇到需要动手操作的情况时, 他们也能够更准确、更有效地完成任务。在学习上, 他们也能够更准确地完成各种动手操作的任务, 如科学实验、手工制作等。这无疑为他们的学习和生活带来了更多的便利和成就感。此外, 提高动作准确性也为智障儿童的社交能力带来了积极的影响。当他们能够更准确地表达自己的想法和情感时, 与他人的沟通会更加顺畅。

二、智障儿童身体活动能力现状及原因

(一) 智障儿童身体活动能力现状

智障儿童的身体活动能力普遍较差, 这是因为他们的神经系

统发育存在障碍, 导致身体的协调性、肌力和耐力等方面都表现出明显的不足。在日常学习和生活中, 这些特点会给他们带来很多困扰。他们可能无法像其他孩子一样轻松地完成任务, 学习新的技能和知识也变得异常困难, 甚至在基本的社交互动中, 他们也可能遇到问题。这些因素都可能对智障儿童的身心健康产生消极影响。具体来说, 智障儿童可能在行动协调、身体平衡和肌肉控制等方面存在困难。例如, 他们可能在走路、跑步或做运动时显得笨拙, 容易摔倒或受伤。他们的肌肉力量和耐力也可能较弱, 导致他们在长时间活动或运动后容易疲劳, 这些身体活动能力的限制不仅影响智障儿童的日常生活和学习, 还可能对他们的社交互动和心理健康产生负面影响, 此外, 由于学习和生活中的困难, 智障儿童可能容易产生挫败感和焦虑情绪, 这对他们的心理健康也有不良影响。因此, 对于智障儿童来说, 身体活动能力的训练和提升是至关重要的。通过适当的训练和引导, 可以帮助他们提高身体协调性、肌力和耐力, 从而提高他们的生活质量和自信心。

(二) 原因分析

导致智障儿童身体活动能力较弱的原因是多元且复杂的。一方面, 遗传因素是一个重要的影响因素。某些基因的突变可能直接导致智障, 而这些基因可能影响到身体活动能力的发展。另一方面, 胎儿期感染和生产过程中的损伤也可能导致神经系统的发育障碍, 进而影响到身体活动能力。此外, 患有脑部疾病的儿童也可能出现身体活动能力的问题。除了这些生物因素, 家庭教育和学校教育的不足也是导致智障儿童身体活动能力较差的原因之一。如果家长和教师没有给予足够的支持和指导, 可能会使智障儿童的身体活动能力发展受到进一步的限制。因此, 为了改善智障儿童的身体活动能力, 我们需要从多个方面入手, 包括改善他们的生活环境、提供专业的教育和训练, 以及提供足够的社交支持和心理辅导。

三、小学体育教育中提升智障儿童身体活动能力的体育游戏策略

(一) 选择适合智障儿童的体育游戏

为了确保智障儿童能够充分参与并从中受益, 教师需要仔细选择适合他们的体育游戏。这些游戏应该具备简单易懂、易于参与、富有乐趣的特点, 以吸引孩子们的注意力并激发他们的兴趣。此外, 游戏应该适应孩子们的身体能力和智力水平, 以免造成过度挑战或使他们感到沮丧。在选择游戏时, 教师还需要考虑孩子们的个体差异和需求。有些孩子可能对某些类型的游戏更感兴趣, 而另一些孩子则可能更适合其他类型的游戏。因此, 教师需要根据每个孩子的兴趣和能力进行适当的调整, 以确保他们在游戏中能够获得最佳体验。此外, 教师还需要在游戏中设置明确的目标和规则, 以便孩子们能够理解并遵守。这些目标和规则应该与孩子们的日常生活和经验相关, 以便他们能够更好地理解并遵守。同时,

教师还需要在游戏中密切观察孩子们的表现和反应,以便及时调整游戏内容和难度,确保孩子们能够充分参与并从中受益。

(二) 注重游戏过程中的指导与鼓励

在体育游戏中,教师需要以极高的专业素养和耐心,对智障儿童进行全面的指导和鼓励。他们的动作可能不如其他孩子那样准确,这就需要教师及时纠正,并给予耐心的指导,同时,教师也应该在孩子们表现得好的时候,及时给予鼓励,提高他们的自信心。教师的悉心指导不仅可以帮助孩子们掌握正确的动作技巧,还可以培养他们的自信心和积极性。当孩子们在游戏中遇到困难时,教师鼓励的话语和肯定的目光,能够让他们感到被理解和支持。这种关怀和支持,对于智障儿童来说尤为重要,因为他们在日常生活中可能面临着更多的挑战和困难。通过注重游戏过程中的指导与鼓励,教师可以帮助智障儿童在体育游戏中获得乐趣,提高他们的身体素质,帮助他们更好地融入社会。

(三) 创设良好的游戏氛围

为了帮助智障儿童积极参与体育活动,教师需要营造一个和谐、轻松的游戏氛围。在这个氛围中,孩子们可以充分感受到运动的快乐,他们的兴趣被激发,从而更加愿意参与体育活动。为了实现这一目标,教师可以采取以下措施:

1. 建立信任关系:教师需要与孩子们建立信任关系,让他们感受到教师的关爱和支持。通过与孩子们建立密切的互动,教师可以更好地了解他们的需求和兴趣,从而为他们提供更加贴心的指导。

2. 适当调整游戏规则:根据孩子们的智力和能力水平,教师需要适当调整游戏规则,使游戏更具挑战性和趣味性。这可以激发孩子们的好奇心和求知欲,让他们更加积极地参与游戏。

3. 提供多样化的游戏方式:为了满足不同孩子的需求,教师需要提供多样化的游戏方式。例如,可以组织团队游戏、个人挑战游戏等不同类型的活动,让孩子们可以根据自己的兴趣和特长选择适合自己的游戏方式。

4. 给予鼓励和奖励:在孩子们参与游戏的过程中,教师需要给予他们及时的鼓励和奖励。这可以增强他们的自信心和成就感,激发他们更加积极地参与体育活动。

(四) 适当参与其中

通过开展体育游戏,除了能让智障儿童锻炼身体,提升他们的身体灵活性,还能让他们在游戏中感受到快乐、温暖,这对他们未来成长有重要促进作用。在组织智障儿童开展体育游戏时,我们不能过于关注游戏的纪律性,不要尝试用一些框架束缚智障儿童,这样并不能提升体育游戏活动的趣味性,甚至可能会导致一些智障儿童出现抗拒、抵触等不良兴趣,从而极大影响体育游戏的实践效果。为此,我们若想提升体育游戏的趣味性,应积极开展良好氛围的建设,这样能大幅提升智障儿童参与到体育游戏中的主动性,进而提升体育游戏的教育效果。为更好地实现这一目标,教师也应该和智障儿童一起参与到体育游戏中,这样能更好地对他们展开引导,还能加深教师与智障儿童之间的沟通。

例如,在开展一些户外类型的体育游戏时,部分教师为了保护智障儿童的安全,可能会设置很多规定,但是,在实际的体育游戏活动中,很少有教师能控制好这些规定的约束力度,要么设置的规定太严,要么过于松散,这样就很难对智障儿童的行为起到规范作用。为此,我们可以对体育游戏的形式展开优化,利用言语、行为对智障儿童展开引导、规劝,用自己的实际行为向智障儿童演示体育游戏如何开展,这样能逐渐打造一个更为优质的体育游戏氛围,让智障儿童在游戏中进一步锻炼身体,提升自身的灵活度。

(五) 做好过程观察

为进一步提升智障儿童体育游戏的有效性、趣味性,我们在开展体育游戏活动前,要做好相应的观察工作,这样才能保证体育游戏与智障儿童的实际情况符合,保证体育游戏的实际育人效果。在一些智障儿童参与体育游戏时,他们可能会有一些异常表现,部分智障儿童的行为可能会存在一定危险,为此,我们要做好观察工作,对于智障儿童的行为展开及时引导、制止,这样才能保证体育游戏活动的顺利开展。在对智障儿童体育游戏活动开展观察工作时,我们可以从如下几个方面入手分析:

智障儿童在体育游戏中是否具有较高的主动性?体育游戏所用到的资源、材料是否满足智障儿童展开智障儿童活动的实际需求?智障儿童是否知道如何利用这些游戏材料展开游戏活动?在体育游戏中智障儿童可能会遇到哪些困难?在此基础上,为进一步提升智障儿童体育游戏的趣味性,我们应尝试结合智障儿童的实际表现、需求,为他们建立一个“智障儿童体育游戏观察表”,而后从不同层面对智障儿童的行为、情感、思想、表现等展开分析、记录,让体育游戏的形式、内容更为科学、合理、完善。结合观察表,我们可以对体育游戏的内容、形式等展开进一步优化,让体育游戏与智障儿童的实际需求更为契合,从而促使智障儿童体育游戏的参与度进一步提升,为他们综合身体素质发展打下坚实基础。

(六) 尊重智障儿童差异

为进一步提升体育游戏活动的效果,我们要认识到,每个智障儿童都是一个独立的个体,他们虽然在智力层次上略有不足,但是他们也有各自的特点和性格,为此,我们在带领他们开展体育游戏时,要充分认清、尊重不同智障儿童的差异,开展更具针对性的体育游戏活动,这样才能有效满足不同智障儿童的实际需求,设计出更多具有特色的体育游戏内容。在体育游戏实践活动中,我们可以尝试将一些简单的知识、技能融入到体育游戏中,这样除了能锻炼智障儿童的身体素质,还能帮助他们掌握一定的生活能力,这对智障儿童未来生活有重要作用。随着体育游戏不断深入,我们要针对不同智障儿童的实际需求、身体情况、兴趣爱好等,对体育游戏的内容展开进一步拓展、丰富,以此更好地满足智障儿童对体育游戏的期待和需求。通过此方式,能够大幅提升智障儿童参与到体育游戏中的主动性,让他们在不知不觉中学到更多知识,进而提升体育游戏的育人效果。

四、结语

总之,体育游戏在提升智障儿童身体活动能力方面具有重要意义,通过实践研究不断探索和优化体育游戏活动,有助于智障儿童克服身心障碍,实现与正常儿童的共同成长和发展。在小学体育教育中,教师应充分重视体育游戏的作用,结合智障儿童的实际情况,设计富有针对性和趣味性的体育游戏,让他们在愉快的氛围中锻炼身体,提高运动能力,享受快乐的童年。

参考文献:

- [1] 陆秀亮.利用体育游戏提升智障儿童身体活动能力的尝试[J].广西教育,2023(22):122-124.
- [2] 金梅,穆莹,郭晓艳,等.融合体育游戏活动对智障儿童运动能力影响的实证研究[J].现代特殊教育,2020(022):35-41.
- [3] 陈琦.体育游戏在智障儿童体育教学中的应用探究[J].安徽教育科研,2022(18):60-62.