

体育之魅 润育“星”幼

——对自闭症儿童体育游戏干预的实践探索

常州市广化幼儿园 颜静娟

【摘要】自闭症儿童有着两大核心障碍：人际交往与沟通障碍、重复刻板行为。在幼儿园活动中，游戏是最基本的活动。由于自闭症儿童身体的能力缺陷，他们在正常的游戏活动中没有办法获得发展和能力的提高。而体育游戏中可以扮演、有情境、还有竞争性，通过体育游戏可以提升幼儿的多种能力。因此，我们根据自闭症儿童自身发展的特点，以合适的体育游戏为辅助措施，通过制定特定的计划，有针对性对自闭症儿童进行干预，使他们在各方面的能力得到提升。

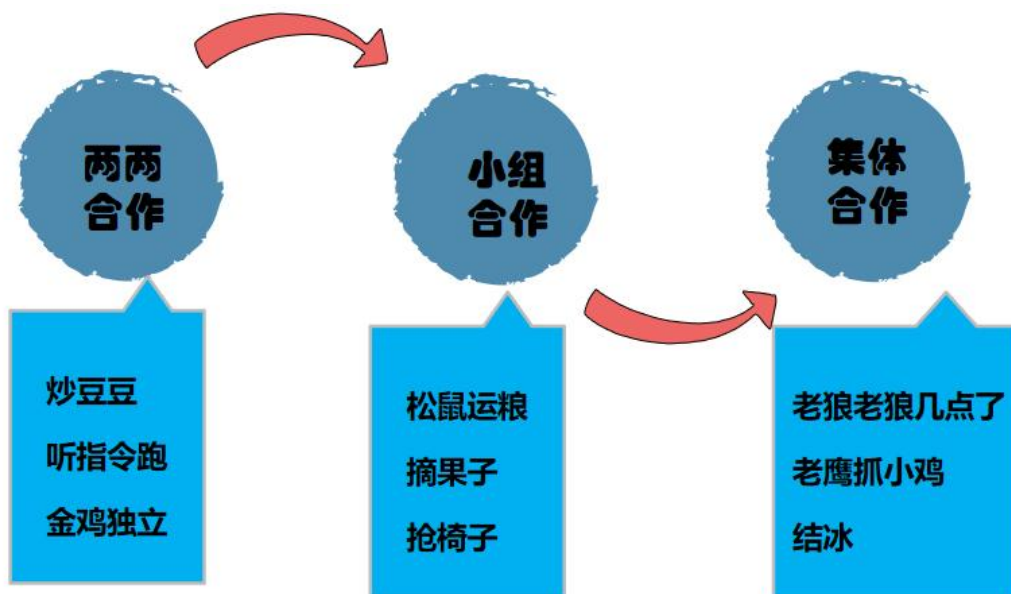
【关键词】自闭症儿童 体育游戏 干预

众所周知，运动，能调节人的情绪，给人带来乐观积极向上的心态，而体育游戏作为幼儿园常见的一种游戏活动，它具有很强的趣味性，而自闭症儿童对于这种游戏也是乐意参加的，因此，它对自闭症儿童的干预有着积极的作用。因此，作为一线教师，我们在自闭症儿童的干预中，巧妙利用体育游戏来增强其社交能力、情感能力、动作发展水平等，进而让孩子的综合运动技能水平得以提高。

一、依托体育游戏推动自闭症儿童社交能力发展

体育游戏作为体育和游戏的综合体，它既能体现游戏的趣味性，又有体育的基本特征，它能够为自闭症儿童创造一个宽松、惬意、快乐的氛围，给他提供一个主动交往的环境，提升自闭症儿童乐观愉悦的情绪体验，推动其社会性的发展。而社会交往缺陷是自闭症儿童的核心障碍之一，他们常常游离在集体活动之外，不会主动与同伴交往互动，总是沉浸在自己的世界里面。在其成长的过程当中，自闭症儿童需要得到同伴的帮助。在与同伴一起游戏、共同配合的过程中，能改善幼儿与同伴之间的关系，促进其社会性情感和社会性交往的形成，也有利于发展他们的社会认知和社会亲近行为。

在游戏的过程中，我们一般采取合作游戏，通常分为三个阶段：两两合作游戏、小组合作游戏以及集体合作游戏，合作的程度从简单到复杂。通过与不同能力水平的幼儿在一起合作解决问题，提升孩子之间的互动能力。游戏过程中，自闭症儿童可以自主选择喜欢的同伴，因为只有选择他喜欢的孩子时，互动动机、沟通意愿才会更加强烈。与其他孩子共同完成一项体育游戏任务，孩子之间需要通过不断的商量和合作才能完成目标，久而久之，就给他们提供了大量互动的机会。



在两人合作游戏阶段，表现出不愿与同伴进行交往，即使老师进行引导，也很少能看到他们之间的语言沟通，甚至有的时候他不愿为自己挑选合作同伴。这时，我们首先要做的就是帮助其增强自信心，让他愿意接触集体，不反抗与同伴的交往，能够主动进入活动。

例如在《网小鱼》的游戏开始阶段，当小吴看到戴着小鱼头饰的小伙伴，就不愿去触碰，这时我们就及时介入指导，当孩子不想选择同伴时，我们就用温和语气的方式问他“你最喜欢谁呢？”逐渐地将孩子带入游戏。我们让同伴示范小鱼怎么游、怎样绕过渔网，让小吴先有选择性的回应，提高他游戏的动机，在认知上做好充分的准备。



小组游戏有别于同伴之间一对一的交流，情境自然，这就为自闭症儿童提供了更多沟通交往的机会。在游戏进行时，参加游戏的同伴们应该是自闭症儿童熟悉的非自闭症儿童，我们老师要提前把调节干预的策略告诉同伴，让他们来牵动与自闭症儿童之间的互动，为自闭症儿童的沟通交流提供示范和带动。

如在“小松鼠运果子”的小组游戏中，我们把小吴安排在他在教室里坐得那

组中。在游戏开始前，我们要求每组成员要商讨合作方法，跨拱桥、走平衡木、钻拱门时谁先谁后，让小组成员问小吴，“你说我们怎么走好？”这样，就为小吴提供了与同伴交流的机会，同时也让小吴自主选择自己喜欢的那个部分，为他成功增加了保障。



我们在干预期间设计的体育游戏，一般都有合作交往的情境，要求同伴之间进行交流沟通，如老狼老狼几点了、老鹰捉小鸡等，并在游戏中有目的地安排小吴做领头人和传递者，多鼓励其开口沟通交流，当他不能自己独立完成活动时我们老师就会及时地介入，并提供必要的帮助。

二、通过体育游戏强化自闭症儿童形成正向情绪行为

自闭症儿童的情绪体验比较单一，大多数情绪都表现为比较短暂的一种过激反应，很难控制住自己的情绪。因此，当他们遇到不开心的事情时，他们的内心会难以平静，有时甚至会出现尖叫、哭闹等极端的行为。而体育游戏是一种具备相应规则的游戏，参加游戏的人都应该遵守其中的规定。因此，将体育游戏应用到自闭症儿童的情绪管理中，产生一定的约束作用，使他在这种约束下对自己的心理情绪以及行为加以控制。

每次游戏开始时，小吴总是不知道等待，总是随便插队。如果把他叫过来，让他排队等候，他就会大发脾气，开始大哭大闹。因此，我们就先从简单的规则——轮换进行引导。我们设计了玩轮换投篮游戏，通过这个游戏，让小吴知道轮换的意思。刚开始，小吴只是一个人自顾自地玩篮球，这时我来到孩子的前面，告诉他：“现在该我了。”我在说这句话的同时做了一个手势，用来提醒小吴应该进行轮换；当轮到小吴的时候，我一边喊着他的名字，一边做手势指着他说：“轮到你了”。当我完成后，我没有急着把球递给孩子，而是等着他发出请求，如果小吴在几秒后还没有反应我就把球再给他，并大声地说：“现在轮到你了！”等小吴完成后，我会静静地观察他是不是会主动把球给我，如果没有我再提醒他，一遍一遍地重复着，小吴在这游戏中学会轮换应遵守的规则，并且在以后的体育游戏中，也会轮换，控制住自己的脾气了。



在用体育游戏干预的过程中，教师要及时捕捉自闭症儿童的情绪表现，当他由于游戏失败而产生失落情绪时，要及时地对他进行鼓励，让他能慢慢地克服自己的弱点，通过不断的尝试来获得胜利。这样不但可以消除他们的不良心理情绪，同时也能提高他们的意志力，进而实现控制情绪能力的不断提升。

三、借助体育游戏促进自闭症儿童感觉统合能力的提升

体育游戏，作为一种运动类的游戏，它是由动作技能、情境、规则等组成的一种游戏，有一定的规则，并且有清晰的结果，它更容易激发出自闭症儿童内在“玩”的意愿。自闭症儿童在运动过程中会表现出耐力不足、运动的时候“偷懒”、感觉统合失调等情况，导致他们身体素质差，运动能力无法得到提高，因此，在干预的过程中，我们把体育游戏融入进来，帮助他们克服内心障碍，提高运动能力，促使其健康快乐成长。

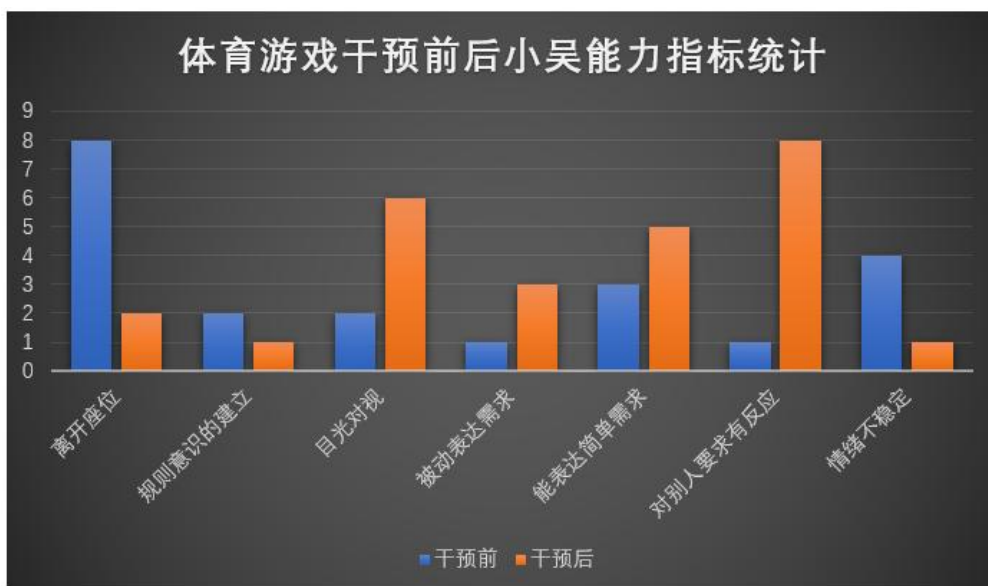
根据自闭症儿童对周边的人物比较冷漠的特点，我们设计了一对一的游戏——听指令跑，让小吴听到指令后立即做出反应并迅速地跑向终点。刚开始，指令发出，小吴总是站在原地不动，一位同伴就拉着他一起向前跑，然后告诉他哪里是终点，跑到终点后就要返回跑。一遍一遍，在同伴的引导下，小吴慢慢地掌握了这一游戏的规则。这时，同伴“隐藏”起来，退后，让小吴自己游戏。慢慢地，小吴掌握了游戏规则，并能独立参与到游戏中去。

为了提升小吴的平衡力能力，我们采用“金鸡独立”的游戏，让小吴以一只脚踩在另外一只脚背上，保持 30 秒稳定，成功后就给予强化物进行奖励。等他掌握这个动作技能后，就增加游戏难度，让他单脚站立的同时，另一只腿提到膝盖处，并且双臂要侧平打开。一开始，教师或同伴可以扶着小吴的手，和他一起完成这个难度动作。经过一段时间的适应性训练后，辅助者退出，让小吴独立完成，并要求能坚持 1-2 分钟，如果成功，就给予强化物进行奖励。通过这一游戏，不仅锻炼了小吴的平衡能力，还提升了其专注力。



通过体育游戏的干预，自闭症儿童的肌肉力量 and 平衡、投掷、跳跃、攀登等运动技能得到了科学地锻炼，让他们的模仿动作和躯体运用能力得到了提升，从而使他们的运动能力有一定程度的改善和提高。

四、实施成效



如图，通过一阶段体育游戏干预后，小吴的能力都有了一定的提升，主要表现为：随便走下座位的次数不断减少，在课堂上规则意识增强了，在交谈过程中目光不会躲闪，在老师和同伴的提示下的被动表达需求有了一定的提高，能自主表达简单需求方面，对别人要求有一定的反应，不会随便发脾气。但是想要彻底改变他畏难、退缩的心理还需要花费很长的时间，更需要家园双方共同努力，相信在不久的将来，小吴一定能和其他孩子一样拥有阳光的一面。

总之，通过对自闭症儿童体育游戏干预的实践探索，我们看到了显著的成效和积极的变化。这不仅为自闭症儿童的成长和发展开辟了新的途径，也为相关领域的研究和实践提供了宝贵的经验。但前路依旧任重道远。我们要不断总结经验教训，紧跟时代步伐，结合先进的理念和技术，进一步提升干预效果。相信在大家的共同努力下，自闭症儿童能够通过体育游戏获得更多的成长机遇，为他们的

人生增添更多的亮色与可能。

【参考文献】

- [1]李旭. 体育游戏对自闭症儿童运动能力的影响研究[D]. 吉林大学.
- [2]闫艳. 自闭症学生的运动康复与心理干预的实践分析[J]. 教师博览, 2021(06): 24-25.
- [3]郑永滨. 体育游戏在自闭症谱系障碍儿童康复训练中的干预研究[D]. 辽宁师范大学, 2020.
- [4]朱江. 随班就读自闭症儿童问题行为的体育游戏干预个案研究[J]. 当代体育科技, 2017, 7(24): 125+127.
- [5]曾红. 随班就读自闭症学生语言沟通能力干预的个案研究[D]. 华中师范大学, 2016.
- [6]蒋小娟. 体育游戏对自闭症儿童运动能力的影响及对策[J]. 新教育时代电子杂志(教师版), 2018, 000(036): 249-249.