

智力障碍儿童运动康复训练实证探讨

任艳霞

山东省淄博市博山区特殊教育中心学校 山东 淄博 255200

[摘要]由于中枢神经系统的损伤,智力障碍儿童自身智力相对较低。他们对外界的刺激极不敏感,反应缓慢。与普通儿童相比,他们的学习和模仿能力较差。在当前,纯医学手段仍然无法治愈智力障碍儿童。基于此,为能有效解决智力障碍儿童自身展现出的病状,本篇文章便针对智力障碍儿童康复训练举措展开一系列探讨分析,并针对康复训练举措开展实证探讨,以期为国内智力障碍儿童康复相关领域发展提供一定参考。

[关键词]智力障碍儿童;实证探讨;运动康复训练

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.819

前言

智力障碍儿童因先天因素或后天因素,导致自身大脑出现器质性损伤,在认知活动中出现持续性障碍,除了智能相比正常儿童较为低下以外,在劳动能力、运动能力等方面也展现出了一定的弱势。对日常学习、生活造成了非常严重的影响,在此背景下,怎样尽快提升智力障碍儿童自身行动能力,实现智力障碍儿童行动力康复,便逐渐被提上了日程。

一、智力障碍主要表现

智力障碍儿童在生长发育过程中由于脑损伤而出现不同程度的智力低下。智力障碍儿童在认知、记忆、思维等心理过程中存在不同程度的障碍,导致其个性发育不成熟、学习困难、反应迟缓、运动能力低下、动作笨拙、不协调、体重过重、肺活量低于健康儿童,而且身体素质明显低于健康儿童。以及缺乏自信、意志薄弱等问题。它严重影响了智力障碍儿童的学习与生活,阻碍了他们各方面的发展,甚至阻碍了这部分儿童今后在社会中的自立与发展。

二、智力障碍儿童运动康复训练意义

对于智力障碍儿童教育来说,各种运动康复训练有着更为特殊的意义。它对弥补智力障碍儿童自身身心缺陷、培养学生克服残疾意志,以及使学生适应社会生活等方面有着十分重要的作用。在智力障碍儿童运动康复训练过程中,教师可以将体育以及课外体育活动作为发展学生智力、弥补身心缺陷的途径和手段。从培养学生的身体素质和身体协调能力入手,逐步纠正心理问题,使学生的身心状态得以改善,并在一定程度上弥补各种缺陷,为学生将来走向社会、支持自己打下基础^[1]。

三、智力障碍儿童运动康复训练举措及实证

(一) 根据学生自身实际,落实因材施教

在针对智力障碍儿童开展康复训练前,教师应当针对学生自身实际情况,落实因材施教教学方式,根据智力障碍儿童不同缺陷,运用多种康复训练器材,设计出具有针对性的康复训练方案。例如,有部分学生非常容易出现晕车的症状,教师就可以针对这部分儿童,让其在旋转陀螺盆上进行训练。如果学生难以做到爬行,或攀爬时不能抬起头,脖子无法正常弯曲,教师就可以让其在滑板上进行滑行,或躺在滑板上,钻“洞穴”,并有意识地要求学生多去阳光隧道内进行爬行。对于部分学生的恐高症,可以让他们躺在网缆、垂直圆柱上,以减少学生对地心力的恐惧;针对学生手眼协

调能力差、运动计划能力差的问题,采用在地面上推球、在平衡台上接球和投球的方式进行训练;针对部分学生的注意力不集中、做事三心二意等特征,可以采用网缆插棍训练;对于平衡不良的学生,让他们在平衡架上行走,站在平衡平台上进行训练。

智力障碍多发生于儿童,因此,教师在各项康复训练中也要遵循儿童自身发展规律,只有教师尊重儿童发展规律,客观地为智力障碍儿童提供更多的帮助,才能使其更好地超越原有水平,创造出过去不可能的成就。根据学生的实际身心特点,安排适当的训练负荷,分解动作和步骤,逐步训练。如果学生在第一次滑板训练中不知道如何使用滑板,请先分解滑板上的动作点。当他们熟悉每一个动作时,教师应结合“静止的飞机”、“乌龟爬行”、“青蛙蹬”,使之形成连贯的动作,在教室墙壁两侧针对“滑行”这一动作进行重复^[2]。

在开展康复训练时,教师还应当小心对儿童造成过度刺激。教师可以让学生在训练前做好准备,在训练进行过程中搭配轻音乐,让智力障碍儿童能够在更为轻松、愉悦的环境中完成训练。针对每一位智力障碍儿童的康复训练都需要采用动态、静态相结合的方式,循序渐进。在康复训练接近尾声时,教师可以用按摩球来让学生放松。通过不断的改进与提升,使各项康复训练活动有效衔接到一起,从而更好地刺激智力障碍儿童大脑活跃区域。

(二) 在康复训练中落实多媒体技术

个体对事物的感知是由多种感官共同完成的。调动个体多种感官的协同活动更有利于强化记忆,形成正迁移。学龄前智力障碍儿童在康复学习中也需要多感官刺激。多媒体课件在设计 and 制作过程中可以考虑图片、文字、视频、音频等材料的应用,对激发儿童的多感官能力有显著效果。智力障碍儿童缺乏主动学习的兴趣。他们在康复教学中普遍处于被动状态,多媒体课件可以改变传统的教学模式,创造新的教学环境。以生活场景为例,将儿童熟悉的生活场景和事物整合到多媒体课件中,可以调动儿童积极参与学习活动的兴趣。例如,在“刷牙”这一自我护理训练项目中,其核心目标是引导智力障碍儿童学会自己刷牙。教师可以先利用多媒体设备向儿童播放动画,在动画中介绍关于刷牙的片段。结合儿童刷牙指导视频,教师可以用简单流行的童谣鼓励智力障碍儿童跟着唱歌,加深对刷牙步骤的记忆^[3]。

集体教学和个别化教学是智力障碍儿童康复教学的两种重要形式。基于智力障碍儿童的个体差异,在应用多媒体完成康复训练的过程中需要考虑个性化的教学需求。不同智力水平和学习经验的儿童可以将不同的内容融入训练中,康复训练的进度也可以适当的进行调整。

同时,因智力障碍儿童接受新事物的能力不足,非常容易忘记所学知识。反复练习和巩固有助于巩固记忆。通过实践过程,教师还可以掌握以往智力障碍儿童教学内容的掌握情况,以此作为调整教学计划和方案的依据。特别是在个体康复训练中,教师应该为智力障碍儿童提供反复操作和练习的机会。例如,在认知形状的课件中,一页显示圆形和三角形。教师鼓励孩子识别图形。对于识别正确的孩子,教师应该使用语音反馈信息,例如:“是的,你回答对了!”“你太棒了!”等极具鼓励性的语言。多媒体课件的动画效果也可以用来反馈智力障碍儿童回答问题的结果。例如,如果答案正确,屏幕上将显示一个大大的笑脸,如果答案不正确,就在屏幕上显示悲伤表情。通过这种方式,智力障碍儿童可以获得十分明显有效的反馈,激发他们参与到康复训练活动的积极性^[4]。

(三) 以精细运动提升智力障碍儿童协调能力

由于儿童自身智力缺乏,以及神经系统受损的缘故,智力障碍儿童往往表现出相比同龄人更加低下的行为、运动水平,在日常生活中经常伴随着“想不到、做不到”的问题困扰,他们的四肢极不协调。在开展的一系列康复训练中,教师可以增加智力障碍儿童精细动作训练项目,使儿童可以精细的动作开始,重复这些动作,时刻关注动作细节,使儿童能够在特定的触觉中感知动作的目的,以及动作具体实施方法,并在形成肌肉记忆的基础上提高儿童自身动作协调性。常见的精细动作,如捏,大、小把抓,或者串珠子等。

教师可以在康复训练中开展串珠子训练,让各个智力障碍儿童从最基本的“捏”开始,逐渐模仿更为精细的动作技能,体验手指关节的力点,以便能够准确地抓住珠子。在此基础上,还可以训练儿童用手旋转珠子的稳定性,然后让儿童在穿珠子的具体过程中锻炼自己的手、眼,以及身体各部位的协调能力。

通过定期观察记录,可以发现,6岁左右的智力障碍儿童可以逐渐掌握配戴珠子的协调能力和技能,年幼的儿童也可以快速拾起珠子。这种康复训练可以提高学龄前智力障碍儿童对运动的理解,从而进一步发展他们的肢体协调能力。

(四) 以极具引导性的游戏整合儿童思维

智力障碍儿童社交能力较弱,对周围事物难以展现出较为敏感的反应。他们经常沉浸在自己的世界里,做一些死板、单一且无意义的行为。难以融入集体,不能与社会进行互动。同时,他们也缺乏判断外部危险的能力。因此,教师可以通过极具引导性的趣味游戏来让儿童明白一定的真理,使智力障碍儿童掌握握手、友好问候等基本的沟通礼仪。例如,在玩“扔小球”游戏时,教师可以让各个队员先握手,然后再表现出轻轻的扔球动作,教会智力障碍儿童礼貌待

人,并对别人扔出的球作出反应。通过引导性游戏训练,智力障碍儿童自身思维能力能够得到有效提高^[5]。

(五) 落实奖励性回应,提升儿童重复动作意愿

与同龄的正常儿童相比,学龄前智力障碍儿童非常担心自己的日常自理能力。这不仅是因为他们的行动不协调,还因为他们对行动的意义缺乏理解,无法有意识地形成自我照顾的动机。因此,在培养智力障碍儿童的自理能力时,不仅要让他们模仿动作,而且要在智力障碍儿童行为正确及时给予奖励,让他们明白这样做是有益的,让智力障碍儿童学会以获得满足的方式照顾自己。例如,在“穿衣训练”中,使用带有音乐和动画图像的视频向孩子们展示清晰、动态的动作画面。然而,智力障碍儿童通常不会随着视频学习着装,否则他们会在眨眼之间忘记具体的动作。孩子们只是觉得有趣,但不会练习。因此,当视频中的动画图像将衣服倒置时,教师会给出哭脸和噪音,以提醒孩子这样做是错误的,并让他们避免这种行为。当动画角色正确穿上衣服时,教师会给他们一个笑脸和美妙的奖励音乐,让聪明的孩子从听觉和视觉中获得快乐。这种康复可以使智力障碍儿童有意识地重复自我照顾能力的训练。

(六) 智力障碍儿童运动康复训练实证

在落实以上几种运动康复训练方式后,智力障碍儿童在跳绳运动中,由之前的平均10个/分钟,增长到了平均20个/分钟。在50米跑项目中,耗时时长由25秒缩短到了18秒左右。

同时,智力障碍儿童参与到康复训练的意愿普遍得到了提升,在身体机能、身体素质,以及智力、社会交往、适应能力等方面也得到了较大的提高。

结束语

综上所述,在康复训练过程中,教师应落实各种有效教学方式,以更符合智力障碍儿童自身实际方法完成一系列康复训练,使其不会产生抵触情绪。对于这部分较为特殊的群体,教师必须要始终保持平和心态,因智力障碍儿童康复训练进程非常漫长,是一个需要长时间积累的过程,不能轻言放弃。只有始终坚持,才能让智力障碍儿童迎来更加美好的生活。

参考文献

- [1] 刘璐. 特殊教育中智力障碍儿童语言康复训练的探究[J]. 下一代, 2019(8): 1-1.
- [2] 马群, 胡迪, 周仙云, 等. ABA在轻度智力障碍儿童生活自理训练中的应用研究[J]. 新丝路: 上旬, 2020(7): 3-3.
- [3] 周新芝. 情境教学在智力障碍儿童认知康复训练中的运用[J]. 天津教育, 2019(26): 2-2.
- [4] 蓝灿欣. 智力障碍儿童的语言训练分析[J]. 好家长, 2019(49): 1-1.
- [5] 黄志军, 刘春玲. 国外针对智力障碍儿童的阅读教学干预实证研究进展[J]. 中国特殊教育, 2019(1): 7-7.