

体育游戏在智力障碍学生体育课中的运用研究

曾 慧

吉安市特殊教育学校 江西 吉安 343000

摘 要：本文聚焦体育游戏在智力障碍学生体育课中的运用。先论述其对智力障碍学生的多元价值，涵盖促进身体发育、推动认知发展、增强社会适应能力以及维护心理健康。接着指出当前运用中存在游戏设计针对性差、教师专业能力欠缺、教学环境与资源受限等问题。最后提出运用策略，即科学设计游戏，结合学生特质、明确目标、增添趣味；加强教师培训，提升特殊教育及游戏教学能力；优化教学环境与资源，助力体育游戏发挥更大作用。

关键词：体育游戏；智力障碍；学生体育课；运用

引言

智力障碍学生因生理与心理的特殊性，在体育学习锻炼中困难重重。传统体育教学难以契合其需求，而体育游戏凭借趣味性、多样性与互动性，为这类学生的体育课注入新活力、带来新希望。它不仅能激发智力障碍学生的学习兴趣，还在身体机能提升、认知发展促进、社会适应能力增强以及心理健康维护等方面成效显著。体育游戏在实际运用时也遭遇诸多问题与挑战。所以深入探究其在智力障碍学生体育课中的运用，对提升学习效果、推动全面发展意义重大。

1 体育游戏对智力障碍学生的价值

1.1 促进身体发育

智力障碍学生由于大脑发育或功能受损，身体运动能力的发展往往受到一定限制。体育游戏以其丰富多样的动作形式，为智力障碍学生提供了全面锻炼身体的宝贵机会^[1]。跑、跳、投、爬等基本动作在体育游戏中频繁出现。“接力赛跑”游戏看似简单，实则对学生的身体发育有着多方面的积极影响。在奔跑过程中，学生的下肢肌肉不断收缩和舒张，能够有效增强腿部肌肉力量。为了在接力中快速传递接力棒，学生需要提高奔跑速度，这不仅锻炼了他们的爆发力，还能增强心肺功能。长期参与此类游戏，学生的下肢力量和奔跑速度会得到显著提升，日常行走、上下楼梯等动作也会更加轻松自如。“投掷沙包”游戏则主要锻炼学生的上肢力量和手眼协调能力。在投掷沙包时，学生需要运用手臂、肩部和背部的肌肉力量，将沙包准确地投向目标。这一过程能够增强上肢肌肉的力量和耐力。为了使沙包投得更远、更准，学生需要不断调整投掷的角度和力度，同时眼睛要始终注视目标，这就很好地锻炼了手眼协调能力。良好的手眼协调能力对于智力障碍学生的日常生活至关重要，比如穿衣、吃饭、写字等动作都需要手眼协

调配合。体育游戏中的一些全身性动作，如“老鹰捉小鸡”游戏，学生在奔跑、躲闪的过程中，全身的肌肉都能得到锻炼，身体的协调性、灵活性和平衡能力也会逐渐提高。通过参与体育游戏，智力障碍学生的身体素质得到全面提升，为他们的日常生活和学习奠定了坚实的身体基础，使他们能够更好地应对生活中的各种挑战。

1.2 推动认知发展

智力障碍学生在认知方面往往存在一定困难，而体育游戏以其独特的规则和目标，为他们的认知发展提供了有效的刺激。体育游戏通常都有明确的规则和目标，智力障碍学生在参与游戏时，需要先理解这些规则和目标。例如“猜谜语接力”游戏，学生首先要理解谜语的内容，这需要他们运用思维能力进行分析和推理。对于智力障碍学生来说，理解谜语可能存在一定的难度，但正是这种挑战能够激发他们的思维潜能，促进思维能力的发展。在理解谜语后，学生还需要通过接力传递的方式将答案传递给队友，这就要求他们记住谜语的答案，并在接力过程中准确无误地传达出去，这有助于提高他们的记忆力。在传递答案的过程中，学生还需要与队友进行沟通，这又锻炼了他们的语言表达能力。体育游戏中的空间感知和时间感知元素也对智力障碍学生的认知发展有着重要作用。在一些需要学生判断距离、方向和位置的游戏，如“投球入筐”游戏，学生需要根据球筐的位置和距离，调整自己的投球力度和角度，这就锻炼了他们的空间感知能力^[2]。而在一些有时间限制的游戏，如“限时运球比赛”，学生需要在规定的时间内完成运球任务，这有助于他们建立时间观念，提高时间感知能力。通过这些游戏，智力障碍学生能够更好地认识和理解周围的世界，促进认知能力的提升。

1.3 增强社会适应能力

智力障碍学生在社会交往方面往往面临诸多困难，

体育游戏为他们提供了与他人交流、合作和竞争的机会,有助于增强他们的社会适应能力。体育游戏通常需要学生以小组或团队的形式参与。在“拔河比赛”游戏中,学生们需要齐心协力、共同努力才能取得胜利。在这个过程中,学生需要学会倾听他人的意见,尊重他人的想法,共同制定比赛策略。当团队取得胜利时,学生们会感受到集体的荣誉感和归属感,这有助于增强他们的团队意识和合作精神。而在竞争过程中,学生们也能学会正确对待输赢,培养坚韧不拔的意志品质。在体育游戏中,学生还需要遵守游戏规则。规则是游戏顺利进行的基础,也是社会秩序的体现。通过遵守游戏规则,智力障碍学生能够逐渐理解社会规则的重要性,学会在社会生活中遵守法律法规和道德规范。在与其他学生交流和合作的过程中,他们能够提高自己的社交能力,学会与他人友好相处,更好地融入社会。

1.4 维护心理健康

智力障碍学生在生活中常常面临各种困难和挑战,容易产生自卑、焦虑等负面情绪。体育游戏以其轻松愉快的氛围和积极向上的精神,能够缓解他们的心理压力,维护心理健康。“音乐舞蹈游戏”是一种非常适合智力障碍学生的体育游戏。在欢快的音乐中,学生们可以尽情舞动,释放内心的情感。舞蹈的动作和节奏能够让他们忘却生活中的烦恼和压力,沉浸在游戏的快乐中。当学生在游戏中取得成功,如完成一个漂亮的舞蹈动作或赢得一场比赛时,他们会体验到成功的喜悦和快乐,这种积极的情感体验能够增强他们的自信心和自尊心。体育游戏还能智力障碍学生提供一个展示自我的平台。在游戏中,每个学生都有自己的角色和任务,他们可以通过努力发挥自己的优势,得到他人的认可和赞扬。这种认可和赞扬能够让学生感受到自己的价值,从而更加积极地面对生活。通过参与体育游戏,智力障碍学生的心理健康得到维护,促进他们身心和谐发展。

2 体育游戏在智力障碍学生体育课中存在问题

2.1 游戏设计缺乏针对性

智力障碍学生的个体差异较大,不同类型、不同程度的智力障碍学生在认知、运动和社会适应等方面存在不同的需求。目前市场上的体育游戏大多是为普通学生设计的,缺乏针对智力障碍学生的特点和需求进行专门设计的游戏。教师在选择和运用体育游戏时,往往难以找到完全适合智力障碍学生的游戏,只能进行简单的改编和调整,这在一定程度上影响了游戏的效果。

2.2 教师专业能力不足

体育游戏在智力障碍学生体育课中的有效运用需要

教师具备一定的特殊教育知识和体育游戏教学能力。目前部分特殊教育学校的体育教师缺乏系统的特殊教育专业培训,对智力障碍学生的身心特点和发展需求了解不够深入,在体育游戏的设计、组织和实施过程中存在困难。一些教师不知道如何根据智力障碍学生的认知水平设计游戏规则,也不知道如何在游戏中给予学生适当的指导和帮助,导致游戏无法达到预期的教学目标。

2.3 教学环境与资源有限

良好的教学环境和丰富的教学资源是体育游戏在智力障碍学生体育课中顺利开展的重要保障。目前一些特殊教育学校的教学场地狭小、设施陈旧,无法满足体育游戏教学的需求。一些学校没有专门的室内体育馆,在恶劣天气条件下无法正常开展体育游戏教学;一些学校的体育器材数量不足、种类单一,无法为学生提供多样化的游戏选择^[3]。体育游戏教学资源的开发也相对滞后,缺乏适合智力障碍学生的体育游戏教材、教具和多媒体资源等。

3 体育游戏在智力障碍学生体育课中的运用策略

3.1 科学设计体育游戏

(1) 结合学生特点。在设计体育游戏时,要充分考虑智力障碍学生的身心特点和发展需求。对于注意力不集中的学生,可以设计一些简单、有趣、节奏快的游戏,如“拍手歌游戏”“追逐泡泡游戏”等,以吸引他们的注意力;对于运动能力较弱的学生,可以降低游戏的难度和强度,如将“接力赛跑”改为“慢走接力”,让学生在轻松愉快的氛围中参与游戏。(2) 明确教学目标。每个体育游戏都应该有明确的教学目标,要与智力障碍学生的体育教学目标相契合。如果教学目标是提高学生的身体协调性,可以设计“跳绳接力”“平衡木行走”等游戏;如果教学目标是培养学生的团队合作精神,可以设计“拔河比赛”“多人跳绳”等游戏。在设计游戏时,要将教学目标融入到游戏规则和过程中,让学生在不知不觉中达到教学目标。(3) 注重游戏趣味性。趣味性是体育游戏吸引智力障碍学生的关键因素。在设计游戏时,要充分考虑学生的兴趣爱好,采用生动有趣的游戏形式和内容。将游戏与故事、音乐、动画等元素巧妙融合,能极大提升智力障碍学生参与体育游戏的积极性。像“音乐椅子”结合音乐元素,随着音乐节奏变化行动,充满趣味。在这样充满趣味的情境中,学生更愿意主动参与,在欢乐氛围里收获身体锻炼与能力提升。

3.2 加强教师专业培训

学校应定期组织体育教师参加特殊教育知识培训,

让教师了解智力障碍学生的身心特点、发展规律和教育需求,掌握特殊教育的基本理论和方法。培训教师可以学习智力障碍学生的认知特点、情绪管理方法和行为矫正技巧等,以便在教学中更好地理解和引导智力障碍学生。开展体育游戏教学能力培训,提高教师在体育游戏设计、组织和实施方面的能力。培训内容可以包括体育游戏的设计原则和方法、游戏规则的制定与讲解、游戏过程的组织与调控、游戏效果的评价与反馈等。通过培训,让教师能够根据智力障碍学生的特点和需求,设计出富有针对性和趣味性的体育游戏,并能够有效地组织和实施游戏教学。建立教师实践经验交流与分享平台,鼓励教师之间相互学习、相互借鉴。学校定期组织体育教学观摩活动与教学研讨会意义非凡^[4]。在活动中,教师们能展示自己在体育游戏教学中的实践成果,分享成功经验,如如何巧妙设计游戏激发学生兴趣、怎样根据学生特点调整教学策略等。同时,也能坦诚交流遇到的问题,像游戏难度把控不准、学生参与度不高等。大家共同探讨解决方案,集思广益。这种交流与分享,能让教师们相互学习、取长补短,拓宽教学思路,促进专业成长,进而提升体育游戏教学的整体水平,为智力障碍学生带来更优质的体育课堂。

3.3 优化教学环境与资源

(1) 改善教学场地与设施。学校应加大对体育教学场地和设施的投入,改善教学条件。建设专门的室内体育馆,配备适合智力障碍学生的体育器材和设施,如软垫、平衡木、秋千等,为学生提供安全、舒适的游戏环境。要定期对体育场地和设施进行检查和维护,确保其安全性和可用性。(2) 开发教学资源。鼓励教师 and 教学研究人员开发适合智力障碍学生的体育游戏教学资源。编写体育游戏教材、制作体育游戏教具和多媒体课件等。教材内容应包括游戏的目标、规则、玩法、注意

事项等,要图文并茂、通俗易懂;教具和多媒体课件应具有趣味性和互动性,能够吸引学生的注意力。还可以利用互联网资源,收集和整理国内外优秀的体育游戏案例,为教师提供参考和借鉴。(3) 家校合作。加强家校合作,充分利用家庭资源开展体育游戏教学。学校可以通过家长会、家长学校等形式,向家长宣传体育游戏对智力障碍学生的重要性,指导家长在家中与孩子一起开展体育游戏。教师可以为家长提供一些简单易行的体育游戏方案,如“家庭接力赛”“亲子跳绳”等,让家长和孩子在游戏中增进亲子关系,促进孩子的身心发展。

结语

体育游戏对智力障碍学生体育课意义重大,在促进其成长发展方面作用不可替代。虽当下运用存在游戏设计针对性弱、教师专业能力欠佳、教学环境与资源受限等问题,但可通过科学设计游戏、强化教师培训、优化教学环境与资源等策略加以解决。展望未来,我们要持续探索创新体育游戏在智力障碍学生体育课中的应用模式,丰富游戏内容与形式,提升教学效果,为他们提供更优质高效的体育教学服务,助力其融入社会、实现自我价值。

参考文献

- [1]程宏伟.体育游戏对智障儿童粗大动作影响的研究[D].浙江:杭州师范大学,2021.45-49.
- [2]杜志鹏,吴海艳.体育游戏在智力障碍学生体育课中的运用研究[J].科教文汇,2020(30):122-123.
- [3]高泽富.浅谈游戏化教学在培智体育课中的应用[J].当代体育科技,2020,10(22):176-178.
- [4]李星洋,刘佳,王瑞年,等.集体功能性游戏对轻度智障儿童运动协调能力的干预研究[J].福建体育科技,2025,44(2):7-13.