



普通高等教育“十二五”应用型本科规划教材

特殊儿童韵律体操

主编 杜熙茹





普通高等教育“十二五”应用型本科规划教材

特殊儿童韵律体操

主编 杜熙茹

中国人民大学出版社

• 北京 •

图书在版编目 (CIP) 数据

特殊儿童韵律体操/杜熙茹主编. —北京: 中国人民大学出版社, 2015. 6
普通高等教育“十二五”应用型本科规划教材
ISBN 978-7-300-21468-9

I. ①特… II. ①杜… III. ①健美操-儿童教育-特殊教育-高等学校-教材 IV. ①G76

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 127647 号

普通高等教育“十二五”应用型本科规划教材
特殊儿童韵律体操
主 编 杜熙茹
Teshu Ertong Yunlü Ticao

出版发行	中国人民大学出版社	
社 址	北京中关村大街 31 号	邮政编码 100080
电 话	010-62511242 (总编室)	010-62511770 (质管部)
	010-82501766 (邮购部)	010-62514148 (门市部)
	010-62515195 (发行公司)	010-62515275 (盗版举报)
网 址	http://www.crup.com.cn	
	http://www.ttrnet.com(人大教研网)	
经 销	新华书店	
印 刷	北京东方圣雅印刷有限公司	
规 格	185 mm×260 mm 16 开本	版 次 2015 年 8 月第 1 版
印 张	7.75	印 次 2015 年 8 月第 1 次印刷
字 数	174 000	定 价 21.00 元 (配光盘)

编写人员 (按编写章序先后排名)

侯晓辉	穆雯雯	赵晓道	杜熙茹	王 涛
冷 静	吴国仁	杨 柳	刘 容	刘满洁
王海燕	张 欣	徐 艳	郝新爱	

摄 像	廖智辉	林如海	朱 瑾	郑蔡姮	
动作演示	林晶晶	梁婉静	徐 华	张琪妍	王 晓
	何 雪	郑欣雨	李新月	那玉晓	



序

韵律体操是在音乐伴奏下，以自然性的动作为基础的节奏运动，是将体操、舞蹈、音乐、美术融于一体的一项体育活动。韵律体操可以发展协调、柔韧、力量、耐力等身体素质，强调紧张与放松相交替，对运动者自身要求不高，没有危险性，又具有特有的韵律性和艺术性，不受场地器材限制的优点。不少国家已把韵律体操定为学校体育美育的必修课。

韵律体操在特殊教育学校通常以律动课的形式开展，因学生存在不同程度上的功能障碍，所以选择动作较为简单，通常是在音乐的伴奏下，以有节奏的跳动、有规律的运动为主，更强调音乐、舞蹈基本动作与游戏的结合。律动以对特殊儿童缺陷的最大程度补偿为目的，有利于他们潜力的发挥，按照全面协调发展特殊儿童身心的要求，达到康复矫正及增进健康的目的，最终使他们增长知识、获得技能、完善人格，增强社会适应能力。韵律体操在特殊教育学校实施全面发展的教育过程中具有举足轻重的地位。

如何借鉴韵律体操的教学原则与方法，根据特殊教育学校学生的心理特征和个体功能差异，丰富律动课的教学思路、教学方法与手段是本书编写的主要目的。本书主要介绍了特殊儿童韵律体操技能教学与指导，教学方法与手段，韵律体操课的设计、组织与实施以及特殊儿童韵律体操课程音乐选择和动作编排等，并根据儿童的具体情况，就聋童、盲童、智力障碍、自闭症、肢体残疾儿童分别进行了阐述，以期对特殊教育学校更好地开展律动课提供理论和实践指导。

本教材是“普通高等教育‘十二五’应用型本科规划教材”，是广东普通高校国际暨港澳台合作创新平台及国际合作重大项目“残疾人运动与健康促进国际协同创新中心”阶段性成果。

本书共分为八章，由杜熙茹、侯晓晖主持编写。编写分工如下：侯晓晖与穆雯雯（第一章）、赵晓逍与杜熙茹（第二章）、杜熙茹与王涛（第三章）、冷静（第四章）、吴国仁（第五章）、杨柳（第六章）、刘容（第七章）、杜熙茹（第八章），徐艳和张欣负责韵律体操示范套路的编排、示范。感谢参与动作示范的林晶晶、梁婉静、徐华、张琪妍、王晓、何雪、郑欣雨、李新月、那玉晓等同学。同时，还要感谢参与摄像的廖智辉老师，林如海、朱瑾、郑蔡姮同学，以及郝新爱、冯燕青、韩京等同学在编写过程给予的帮助。最后要感谢广州市越秀区启智学校的陈凯鸣校长及其他老师，以及广东省残疾人联合会的大力支持。

《特殊儿童韵律体操》的出版是一种尝试和探索，难免有许多不足之处，诚挚地希望得到广大读者和专家的指正，以便再版时修正补充。

编者

2015年6月

目 录

第一章 特殊儿童韵律体操的概述	1
第一节 特殊儿童的定义、分类和特征	1
第二节 特殊儿童身心特点	6
第三节 特殊儿童韵律体操概述	8
第二章 特殊儿童韵律体操基本动作	15
第一节 特殊儿童韵律体操基本动作的概念及作用	15
第二节 特殊儿童韵律体操的头部及上肢动作	16
第三节 特殊儿童韵律体操的躯干及下肢动作	23
第四节 特殊儿童韵律体操的动作编排要素	38
第三章 特殊儿童韵律体操教学与组织	40
第一节 特殊儿童韵律体操的教学	40
第二节 特殊儿童的类型与体育教育	45
第四章 聋童韵律体操	48
第一节 聋童概述	48
第二节 聋童韵律体操的编排与音乐选择	51
第三节 聋童韵律体操的教学	54
第五章 盲童韵律体操	60
第一节 盲童韵律体操的概述	60
第二节 盲童韵律体操音乐选择与教学	62
第六章 智障儿童韵律体操	74
第一节 智障儿童概述	74
第二节 智障儿童韵律体操的编排与音乐选择	80
第三节 智障儿童韵律体操的教学	82
第七章 自闭症儿童韵律体操	88
第一节 自闭症儿童韵律体操基本内容及特点	88
第二节 自闭症儿童韵律体操的教学	91

第八章 肢体残疾儿童韵律体操 97

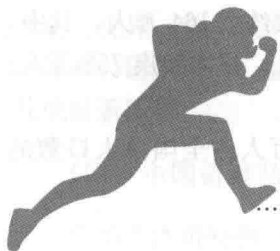
第一节 肢体残疾儿童基本内容及特点 97

第二节 肢体残疾儿童韵律体操基本内容 99

第三节 动作的编排与音乐的选择 100

第四节 肢体残疾儿童韵律体操的教学与指导 103

参考文献 110



第一章 特殊儿童韵律 体操的概述

第一节 特殊儿童的定义、分类和特征

一、特殊儿童的定义

人们对“特殊儿童”的认识经历了从“残疾儿童”到“特殊教育需要儿童”的一个过程。狭义的特殊儿童专指残疾儿童，即身心发展上有各种缺陷的儿童。广义的特殊儿童指与健全儿童在各方面有显著差异的各类儿童，既包含有身体残疾或感官缺陷的儿童，或有学习、行为问题的儿童，也包含高智商和有特殊才能的儿童。1978年，英国沃纳克报告（Warnock Report）中首次提出“特殊教育需要儿童”（child with special educational needs, SEN）。1994年，世界特殊需要教育大会上通过的《萨拉曼卡宣言》中指出：“每个儿童都有其独特的特性、志趣、能力和学习需要，教育制度的设计和教育计划的实施应该考虑到这些特性和需要的广泛差异。”

中国台湾心理学家郭为藩（1986）对特殊儿童的定义是：由于某些生理的、心理的或社会的障碍，使其无法从一般的教育环境获得良好的适应与学习效果，而需要借着教育上的特殊扶助来充分发展其潜能的儿童。美国特殊教育学者 Kirk（1983）给出的定义是：在心智特质、感觉能力、神经动作或生理特质、社会行为和沟通能力方面，偏离一般或常态儿童。而这样偏离的情形，须得靠学校教育设施的调整，或特殊教育服务的提供，才可发展其最大潜能的程度。

因此，综上所述，特殊教育需要儿童是指因个体差异而有各种不同的特殊教育要求的儿童。这些差异表现在智力、情绪、肢体、行为发展或言语等方面，涉及心理发展、身体发展、学习、生活等各层次，长期或一定时间高于或低于健全儿童的要求。

二、特殊儿童的分类

对特殊儿童的分类，通常以特殊儿童身心特性为标准，但因对特殊儿童的看法、态度以及国家教育目标、政策的差异，不同国家或地区在不同时期从不同角度进行分类，

不尽相同。

(一) 我国残疾人抽样调查及分类

1987 年第一次全国残疾人抽样调查结果：全国各类残疾人总数约 5 164 万人，其中：听力言语残疾 1 770 万人；智力残疾 1 017 万人；肢体残疾 755 万人；视力残疾 755 万人；精神残疾 194 万人；多重残疾 673 万人。

2006 年第二次全国残疾人抽样调查结果：残疾人总数 8 296 万人占全国总人口数的 6.34%，具体分类见表 1—1。

表 1—1 我国残疾人分类

	残疾分类	具体人数	占残疾人总数比例
1	肢体残疾	2 412 万人	29.07%
2	听力残疾	2 004 万人	24.16%
3	多重残疾	1 352 万人	16.3%
4	视力残疾	1 233 万人	14.86%
5	精神残疾	614 万人	7.4%
6	智力残疾	554 万人	6.68%
7	言语残疾	127 万人	1.53%

(二) 美国特殊儿童分类系统

美国为表 1—2 中的 13 类特殊儿童提供的特殊教育服务，有特殊教育法案（Individuals with Disabilities Education Act, IDEA）给予保障，美国同时也为天才和有特殊才能者提供服务，但未将其纳入法律。

表 1—2 美国特殊儿童分类系统

	具体分类	
1	特殊学习障碍	(Learning Disability)
2	智力落后	(Mental retardation)
3	言语或语言障碍	(Speech or Language Impairment)
4	情绪与行为障碍	(Emotional/Behavior Disability)
5	其他健康障碍	(Other Health Impairment)
6	自闭症	(Autism)
7	多重障碍	(Multiple Disability)
8	听觉损伤	(Hearing Impairment)
9	肢体残疾	(Orthopedic Impairment)
10	发育迟滞	(Development Delay)
11	视觉损伤	(Visual Impairment)
12	创伤性脑损伤	(Traumatic Brain Injury)
13	聋—盲	(Deaf-Blindness)

（三）中国台湾分类系统

中国台湾将特殊儿童分为：资赋优异儿童和身心障碍儿童，其中资赋优异儿童分为一般能力优异、学术性向优异、特殊才能优异；身心障碍儿童分为智能不足、视觉障碍、听觉障碍、语言障碍、肢体障碍、身体病弱、性格异常、行为异常、学习障碍、多重障碍、其他显著障碍。

（四）中国香港特殊儿童分类系统

中国香港将特殊儿童分为听障、视障、智力障碍、精神病、肢体伤残、特殊学习障碍、言语障碍、器官残障/长期病患、注意力不足/多动症、自闭症等 10 个类别。

三、特殊儿童的特征

（一）听力障碍儿童的特征

听力障碍是指人由于各种原因导致双耳不同程度的永久性听力障碍，听不到或听不清周围环境声及言语声，以致影响日常生活和社会参与。根据听觉损失的程度分为聋（ ≥ 71 分贝）和重听（41~70 分贝）。

听力障碍儿童的认知特点主要表现为：由于听觉刺激的缺损，对环境感知不完整，知觉信息更多地依赖视觉、触觉和动觉获得。视觉在一定程度上处于感知活动中的优势地位，聋童的眼睛就成为最主动、最活跃、最重要的感觉器官。研究表明，听觉障碍儿童观察敏锐，辨别细小物体或远处物体的技能高于听觉健全的同龄幼儿。直观形象的东西，记得快，保持得好，形象记忆优于语词记忆。听觉障碍儿童的思维有其独特的一面，思维内容具体，多以形象性的内容作为对象，其思维主要依赖于事物的具体形象，他们能够掌握具体事物的概念，但不易掌握抽象的概念，这与其视觉的优势地位和手语的沟通形式有很大的关系。与健全儿童相比，其分类能力发展较慢，常常依赖感知的特点、生活情景或物体功用来分类，而不能抓住事物的本质特征。但是随着系统教育的开展，听觉障碍学生在分类上会缩短与健全儿童的差距；由于听觉障碍儿童概念的形成过程长，所以其概念扩大化和缩小化的现象明显，这种现象同样可以在教育中慢慢消失。由于听力和语言发展的局限性，加之视觉的优势地位和手语的形象性表征，聋童的思维发展达到的水平有局限性。

听力障碍儿童在语言学习上存在困难：听、说（声音大小的控制、语调、语速等）、读（词汇少）、写（句子不完整，语法错误等）存在障碍。

听力障碍儿童在行为和社会情绪发展上受到影响，主要表现为在学校及社会环境中更易出现行为问题；错过教师的信息，就被看作不专心，粗心等；缺乏友谊与认同感，常感到沮丧、遇事退缩、易被孤立等。

（二）视力障碍儿童的特征

视力障碍是指由于各种原因导致双眼视力低下并且不能矫正或视野缩小，以致影响其日常生活和社会参与。视力障碍包括盲（最佳矫正视力 <0.05 ；或视野半径 $<10^\circ$ ）及低视力（最佳矫正视力 $\geq 0.05 < 0.3$ ）两类。

视力障碍儿童的认知受限。人接收的信息 80% 来源于视觉，由于视力障碍儿童视觉功能受到一定程度的损害，所以听觉和触觉成为他们感知客观事物的主要途径。视力障碍儿童听觉、触觉灵敏，在帮助他们形成正确的概念和发展思维方面发挥了重要的作用。但视觉功能的缺损，仅依靠听觉和触觉依然有很大的局限性，例如听觉可以提供方向和距离方面的线索，但不能传递物体的形状、大小、颜色等，触觉感知的范围受限，很多物体根本不可能被触觉感知，使视力障碍儿童在经验广度和多样性的获得上受到限制，概念形成困难。

视力障碍儿童移动能力受限。大脑的定向和身体的行走是移动的两个核心因素。独立移动能力方面的障碍限制了视力障碍儿童通过与环境的接触获得学习的机会，导致运动发展的延迟或缺陷，降低运动技能的发展以及体质虚弱。

视力障碍儿童社会适应能力受限，主要表现在以下三个方面：一是社交技能缺乏，在社交中视觉障碍者往往面部表情不生动，姿势贫乏，缺少对他人社会信号的回应，被人误以为不关心，没有兴趣或冷漠；二是社会互动较少，主要是机会的缺失；三是行为问题，刻板行为（盲相、盲态），如：揉眼睛、晃动身体、摆手等。

(三) 智力障碍儿童的特征

智力障碍是指智力显著低于一般人水平，并伴有适应行为的障碍。具体分类见表 1—3。

表 1—3 传统智力障碍以 IQ 分数为标准的分类

程度	智力测验的分数
轻度智力障碍	50~55 到 70 左右
中度智力障碍	35~40 到 50~55
重度智力障碍	20~25 到 35~40
极重度智力障碍	20~25 以下

美国《特殊教育法案》将智力障碍定义为：“一般智力功能明显低于平均水平，是指个体在标准化智力测验中的分数低于平均水平两个或两个以上标准差，即智力测验得分在 70 分左右或 70 分以下。同时伴有适应性行为的障碍，即同时存在下述适应技能中两种或两种以上的障碍：沟通、自我照顾、居家生活、社会交往、社区利用、自我决策、健康与安全、功能性学科、休闲和职业技能，并发生于发展时期（developmental period）18 岁以前，对儿童的教育表现产生不利影响。”

智力障碍儿童外在体征与体能：除轻度外，大多可从眼神动作等外表上分辨出来。动作发展迟缓，敏捷度、协调性、力量等有不足现象。从游戏中可观察出他们的活动力、跳跃能力、攀爬能力差。体能低下，运动动机缺乏与认知能力低，长期静坐，下肢力量薄弱，心脏变时功能不全。

智力障碍儿童认知特点：注意力方面的主要困难：

- (1) 难以区别相关刺激与无关刺激。
- (2) 很难将注意力持续集中于某一特定任务。短时记忆（Short-term memory——是对存储时间几分钟到几小时的信息的回忆）存在困难（内容、顺序、耗时），长时记忆

(Long-term memory——短转化长，几天或几星期仍能回忆)与常人没有太大差别。学习速度慢于健全儿童，需要更多的尝试。学习泛化(将一项任务中获得的知识或技能迁移至不同环境中)的能力差，其典型表现是难以将学校学会的技能加以概括，当家庭、社区的环境安排有所变化时，他们便难以应用学校学到的技能加以应对。

(3) 学习兴趣缺乏，频繁经历失败后，常常会导致习得性无助(learned helplessness)。

(4) 语言发展迟缓及语音问题，如发音不清、不准、有错误，语言理解差，常用词汇少，句子短，不符合情境等。音质、音量、音调或速度也异于常人。

智力障碍儿童的适应行为：日常生活自理能力差；社会化发展人际关系不良，缺乏社交技能；休闲活动单一，缺乏技能。

不同程度群体之间差异较大。轻度智力障碍一般学龄期可以发现，能够掌握基础的学业技能和一定的职业技能，生活适应性良好，足够保证他们独立或半独立地生活；中度智力障碍在学前阶段便会表现出明显的发育迟缓，与同龄健全儿童间存在全面而普遍的差异，更容易有健康和行为方面的问题；重度与极重度智力障碍出生后便可鉴别出来，有明显的中枢神经系统的损伤，多伴随其他一些残疾或健康问题。

(四) 自闭症儿童的特征

自闭症谱系障碍(Autism spectrum disorder, ASD)儿童两大核心症状(DSM-5)：一是狭窄的、重复的、刻板的行为、兴趣与活动。具体表现为：刻板、重复的动作(局部或全身)；狭窄的兴趣，且过分专注，强迫性喜爱某物；需要可预见性、结构化的环境与活动；固守常规，抗拒改变；物归其位，有规律的日常程序。二是社会沟通障碍。具体表现为：部分自闭症儿童无口语；回声式(模仿)语言，持续反复地说着听到他人的部分语言，有即时性的，也有延迟性的；人称代词反转现象；很少使用“我”，多用“你”；不会恰当地使用语言，比较不会因人、因时、因地、因事而言，对于沟通情境的判断能力远落后于同龄人；对言语信息只能进行具体或字面上的处理，简单的因果关系和有明确答案的问题比抽象的概念或者惯用语的表达更容易让他们理解；缺乏理解语言社会化意义的功能，没有幽默感，不懂笑话。

自闭症儿童在感觉和运动方面的障碍表现，对感觉刺激反应方式异常，反应不足，正常方式下很难对他们的皮肤造成较高等度的刺激；反应过度，不能忍受某些声音，不喜欢被触摸或对某些纹理感觉不舒服，拒绝吃某种味道的食物等。运动障碍包括体态的异常，脸部、头、身体、四肢的运动异常，眼睛运动异常，重复性的手势和动作以及笨拙的走路姿态。

自闭症儿童智商水平分布很广，发生于从超常到智障的各种智力水平的儿童身上。目前倾向于认为只有30%的自闭症患者存在智力障碍。“高功能自闭症”往往称谓那些智商较高的自闭症患者。有少数人是自闭天才，他们在记忆、数学计算或者音乐方面具有突出能力，但在其他方面可能都处于较低水平。

(五) 肢体障碍儿童的特征

肢体障碍是指人体运动系统的结构、功能损伤造成四肢残缺或四肢、躯干麻痹(瘫痪)、畸形等而导致人体运动功能不同程度的丧失以及活动受限或参与的局限。肢体障碍

有多种类型,包括:脑性麻痹、脊柱裂、肌肉营养障碍、脊椎神经损伤等。

肢体障碍儿童的主要困难是运动障碍,因生理上的明显残缺和身体运动能力受到限制,影响一项或多项生活活动,可能产生不同程度的心理障碍。严重的肢体障碍儿童多缺乏生活自理能力,更加容易产生自卑心理和依赖感。

第二节 特殊儿童身心特点

特殊儿童与健全儿童的心理发展既有共性,又有差异,而且共性远大于差异。这是目前国内外大多数特殊教育学者已经形成的共同认识。

一、特殊儿童心理发展的一般性

特殊儿童首先是儿童,其次才是有特殊需要的儿童。无论生理上还是心理上,特殊儿童和健全儿童都存在很多共性。台湾学者陈政见认为,特殊儿童与健全儿童的共性主要体现在5个方面:①发展历程模式相似;②生理组织结构相似;③心理需求要素相似;④人格结构发展相似;⑤社会适应内容相似。

特殊儿童处于生长发育期,随着年龄的增长,其身高、体重、体型、结构、机能等都在自然地生长变化。他们同样经历乳儿期、婴儿期、幼儿期、儿童期、少年期、青年期等重要的发育阶段。在青春期,特殊儿童的身体也会发生急剧的变化,性成熟时性别特征明显。在心理方面,特殊儿童同样遵循儿童心理发展的基本规律。

(一) 由简单到复杂的发展顺序

特殊儿童的心理发展基本上也是遵循由低级到高级、由简单到复杂的顺序。例如,盲童、聋童、天才儿童等的思维发展首先要经历感知运动阶段,然后发展至前运算阶段和具体运算阶段,最后才达到形式运算阶段。

(二) 遗传、环境和教育的共同作用

遗传、环境和教育在特殊儿童的心理发展上同样起重要作用。首先,遗传是特殊儿童心理发展的基础。遗传因素给特殊儿童带来与生俱来的解剖生理特征,特别是中枢神经系统的特征决定了特殊儿童心理发展的可能性。例如,自闭症儿童可能终身都会带有这种病症所特有的某些特征。其次,环境和教育提供了特殊儿童心理发展的现实性。如果家长和教师因孩子有残疾而低估了其发展潜力,没有给他们提供适当的教育,那么儿童的心理发展就会受到很大的限制。例如,超常儿童的遗传素质非常优异,但如果教师和家长不提供有助于他们发展的环境和教育,其发展的潜在可能性也不会成为现实。

(三) 心理需求是心理发展的内因

环境和教育是特殊儿童心理发展的外因,外因只有通过内因才能起作用。特殊儿童的需要有物质方面的,如食物、水、衣服等;也有精神方面的,如学会某种技能,完成一件手工作品,将来找到一份工作等。特殊儿童的新需要与他们已有的心理水平或状态之间的矛盾是特殊儿童心理发展的内因。特殊儿童的新需要与他们已有的心理水平或状态是矛盾

的双方，两者既对立又统一。特殊儿童的需要总是在一定的心理水平上产生的。例如，智障儿童的心理水平决定了他们的心理需求较健全儿童相对落后，即使社会环境对他们提出了较高要求，也很难转化为他们内心的需要。反之，某种心理水平的形成，也有赖于是否有相应的需要。如果多动症儿童不想学习，那么他的知识和技能也不可能达到所期望的水平。因此，对特殊儿童的教育和训练要从实际出发，否则难以取得良好的效果。

二、特殊儿童心理发展的特殊性

特殊儿童与健全儿童之间的差异是客观存在的，主要在表现以下 3 个方面。

（一）特殊儿童的身心缺陷明显多于健全儿童

大部分特殊儿童都有生理和心理的缺陷，这些缺陷妨碍了他们以正常的方式和速度去学习和适应，其心理发展会产生较多的问题，易引发第二性缺陷——心理障碍。例如，盲童的视觉器官有缺陷，他们不得不利用听觉、触觉等来感知外界事物。由于失去接收外界信息的视觉通道，他们对一些事物的认识往往不够全面。聋童由于听觉器官有缺陷，对其语言学习会产生不利的影响，而语言发展的局限性又会妨碍其抽象思维的发展。肢体残疾儿童在动作技能的发展上会受到很大的限制，有时生活难以自理。智障儿童的智力有缺陷，他们学习知识和掌握技能比健全儿童晚，起点低、速度慢，所能达到的水平一般也有限。

（二）特殊儿童的个体间差异和个体内差异都明显大于普通儿童

特殊儿童个体之间的差异非常大。个体间差异既包括不同类型的特殊儿童之间的差异，又包括同一类型的特殊儿童之间的差异。例如，超常儿童与智障儿童分别代表了智力水平较高和较低的两类儿童，这两类儿童之间有极大差异。又如，盲童接收外界信息的方式明显不同于聋童及其他儿童。即使属于同一类型的特殊儿童，因造成其心理发展异常的原因不同，每个儿童的个体特征也不同。正是由于特殊儿童之间存在着较大的差异，所以，在对其实施心理健康教育之前应该进行归类和具体分析。个体内差异通常是指个体内部各种能力之间的差异。特殊儿童各种能力的发展不平衡，差异特别大。例如，有些自闭症儿童的记忆力非常好，而语言理解力、人际交往能力又特别差；又如，有些聋童虽然听不见声音，但手眼协调能力却非常好。因此，对特殊儿童的心理健康教育要根据其个体特点进行。

（三）特殊儿童的学习和生活适应能力明显差于健全儿童

特殊儿童往往难以适应学校的教育教学要求，在人际交往和社会活动方面也面临较多困难，需要接受特殊教育和特别辅导。例如，普通学校的教学内容对超常儿童可能过于容易，而对于智障儿童则可能太难。对大多数聋童和盲童而言，他们可能无法适应普通学校的教学方式。学校需要根据特殊儿童独特的教育需要设计课程和教材，采取个性化的教学方式，特殊儿童才可能获得最大限度的发展。又如，社会处境不利的儿童由于其成长的“特殊”环境，其学习和生活会面临更大的挑战，往往会造成适应不良。因此，对特殊儿童的心理健康教育同样也需要考虑特殊的方式方法。

三、特殊儿童一般发展和特殊发展的关系

儿童身心的发展有自身固有的规律,如身体成熟的发展、运动——动作的发展、语言的发展等都有各自的先后顺序。或者说,无论他们的生理发展还是心理发展都有由简单到复杂的顺序。这就是一般发展,它是一切发展的基础。但多数特殊儿童在智力、感官、情绪、身体、行为、言语或沟通能力上与健全儿童有明显的差异。虽然有些特殊儿童的生理缺陷显而易见或无法改变,但其生长发育过程(如发展顺序、发展阶段等)和健全儿童并无不同,并且有着相同的心理、要求及愿望,存在各方面能力发展的潜能,只是发展速度慢一些,遭遇的困难多一些。他们某些方面的特殊发展依赖于相应的教育和训练,否则其特殊发展是无法实现的。对健全儿童所进行的某些发展教育,对特殊儿童同样适用,如感官动作的能力、日常生活的自理能力、社会适应能力、语言沟通能力、认知技能等,但是需要根据每个特殊儿童的特点进行指导和训练,才能发挥其潜能。因此,特殊儿童的发展是一般发展和特殊发展的有机结合,一般发展奠定了一切发展的基础,没有这一基础所有的发展都无法实现,同时,特殊儿童又需在此基础上开展相应的特殊发展训练。

第三节 特殊儿童韵律体操概述

一、韵律体操概述

(一) 韵律体操的定义与起源

韵律体操(Rhythmic Sportive Gymnastics),直译于俄语,属于现代体操的一种,在我国和东欧国家习惯叫艺术体操,在美国以前叫做健身舞、有氧舞蹈、有氧体操、健美操、迪斯科体操,现在欧美都称其为现代韵律体操。它是以韵律和自然性动作为基础,融入芭蕾舞、民族舞、竞技体操、技巧、武术、杂技、戏剧等技术之精髓,创造出的一整套有思想、有表情、有层次、有结构、有难度的一种练习方式,对于其定义,不同的理论著述提出了不同的观点。

《体操大辞典》说国际上称艺术体操为韵律体操,是一种艺术性很强的女子竞赛体操项目。所有的练习都是在女子的生理及心理特点基础上发展形成的,能充分体现出韵律感、自然美和协调性等女性的健美气质。在节奏明快的音乐伴奏下,徒手或持轻器械,轻快自如、优美流畅地完成各种动作,使人们受到美的教育和熏陶。徒手练习是重要的基础练习,包括走、跑、跳、转体、平衡和四肢各种摆动、绕环、屈伸、舞步等。轻器械有绳、圈、球、棒、带等。这些练习,可提高人体的柔韧、协调、灵巧性,锻炼出健美的体态,培养提高人的音乐感、节奏感和表现力等素质。

迟振国认为,韵律体操是女子在音乐伴奏下,徒手或持绳、圈、球、棒、带等轻器械的一种艺术性较强的竞技性体操项目。

王钱琴认为,韵律体操是运动员(集体或个人)徒手或手持轻器械,在和谐的乐曲伴奏下做出各种优美的动作,是当代女子独有的一项竞技运动项目。

唐星星认为艺术体操(国际上称为韵律体操)是一项徒手或手持轻器械在音乐伴奏下

以自然性和韵律性动作为基础的体育运动项目，是一种艺术性较强的女子竞技性体操项目。

韵律体操界普遍认为韵律体操是一项 19 世纪末 20 世纪初在欧洲起源的体育项目，当时欧洲正处于教育改革和文艺革新的历史阶段，妇女运动有了较大的发展，一些生理学家、音乐家和舞蹈家认为，当时法国、德国、瑞士、芬兰等国家流行的体操，以静力动作为主，强调形式，过于机械，不适合女性的生理、心理特点。他们主张以身体的自然动作为基础，使动作流畅并富于节奏感，尤其要注意女子动作的优美性和艺术性特征。由此，出现了重视身体优美均衡的女子体操和有音乐伴奏的音乐体操，后来逐渐发展为韵律体操。

洪小平认为，韵律体操起源于 19 世纪初，是在以卢梭、佩斯泰洛齐等人为代表的强调自然、追求个性自由的教育思想的影响下发端的。它一经出现就带着上述思想影响的痕迹和功利性，随着这一项目发展的进程，在艺术界（主要是舞蹈和音乐界）的影响下，它开始有追求艺术效果的倾向。进入 20 世纪后，韵律体操开始走上赛场。而另一方面是韵律体操在教育领域的进一步实施后，由于韵律体操实践的不断丰富，它的结构趋于稳定，在竞赛场上作为独立的女子项目出现，在不少国家，已把韵律体操定为学校体育美育不可或缺的手段。当今韵律体操的结构更加完善，功能更加多样化，开展的规模越来越大、范围越来越广，已成为增强人们身心健康，供人们精神享受的不可多得的项目。

艺术体操是在徒手体操及手持轻器械的基础上发展而来的，最初艺术体操比赛是以 6 人或 8 人的持轻器械团体比赛形式和竞技体操同时进行。国际体操联合会于 1962 年 6 月在布拉格举行的第 41 次代表会议期间，才正式承认它为独立的运动项目，并命名为“现代(modern)体操”。1963 年在布达佩斯举行了第 1 届艺术体操世界锦标赛。1972 年国际体操联合会又把它改名为“现代韵律体操”。1975 年现代韵律体操委员会为了突出该项目的竞赛性，一致同意再次改名为“竞技性韵律体操”（或译为韵律运动体操）。1980 年国际奥委会已决定将韵律体操列为奥运会项目，这表明它已是一项较为成熟的竞技运动。

（二）韵律体操的分类

鉴于分类的目的、要求、依据不同，国内研究者从不同角度提出了不同的分类方法。

1. 按内容是否有竞技性来分

可以分为一般性韵律体操和竞技性韵律体操两种。一般性韵律体操的主要任务是增进健康、促进练习者正常发育，发展其灵敏、柔韧、协调等身体素质，塑造健美体型、体态，增强练习者的音乐感和表现力，使其更朝气蓬勃。一般性韵律体操是以自然和协调的动作为基础，其动作难度和肌肉工作强度较小，它的形式多样，器械较多，不受场地的限制，很适宜在大、中小学校的女学生中开展。如今，我国不少地区已把韵律体操列入体育教学内容中，成为体育教育的一种手段和开展课外活动的内容之一。

竞技性韵律体操则是在自然、协调的动作基础之上、以更优美和高超的身体动作同器械动作相结合、在乐曲伴奏下所进行的个人和团体的一种竞赛。竞技性韵律体操有绳、圈、球、棒、带五种；有时间（个人为 1 分至 1 分 30 秒；团体为 2 分 30 秒至 3 分）、场地（12×12 米见方的地毯或地板地）、人数（个人及 6 人团体）和器械规格等要求。每年比赛的项目由国际体联规定，个人项目通常包括 4 套动作，即五个项目（绳、圈、球、棒、

带)中的4项。团体项目由五人组成的集体,包括两套动作:同种器械和不同种器械,每两年换一次器械,比赛每队必须由6名运动员组成,器械的选用也是由国际体联规定,选用一种或两种器械。

2. 按实施的范围来分

可以分为竞技韵律体操、大众韵律体操和学校韵律体操。竞技韵律体操是一种艺术性较强的女子竞技性体操项目,包括绳操、圈操、球操、带操、棒操、纱巾操几个项目。大众韵律体操是在音乐伴奏下徒手或持轻器械进行的身體练习,是女子特有的、符合女子生理和心理特点的艺术性较强的体操项目。主要目的在于健身娱乐、防治疾病,其群众性、社会性较突出,且个人参与的自由度较大,练习形式包括徒手及手持器械练习,器械包括绳、圈、球、棒、带以及纱巾等。学校艺术体操是指在学校环境中,通过教学课、课间及课外活动等组织形式,使学生掌握艺术体操的基本知识、技术和技能的教育活动和教育方式。学校韵律体操以一些基础性的内容为主,在学校韵律体操中,并不排斥竞技韵律体操的内容,因为培养学生竞技运动技能是体育教育的目标之一,同时通过学校韵律体操还可发现有培养前途的苗子,为竞技体育输送后备人才。

3. 按大学公共体育课系列来分

按大学公共体育课系列来分主要分为大众性和竞技性两类。大众性的主要目的是增进练习者的身体健康,发展协调、柔韧、力量等身体素质,塑造形体,掌握艺术体操基本动作方法,增强动作的节奏感和表现力,培养良好的气质。大众性包括徒手和手持各种轻器械的基本动作,轻器械包括纱巾、扇子、旗子、手鼓、短棍等器械。竞技性是以提高技术水平和参加竞赛为主要目的,比赛采用绳、圈、球、棒、带五种器械,竞技性有专门的竞赛规则,个人和集体比赛的成套动作的时间、难度、场地、人数、器械规格、音乐伴奏等都有规则要求。

(三) 韵律体操的特点

1. 韵律、节奏和艺术性特征

韵律体操是融体操、舞蹈、音乐、美术于一体,在韵律体操运动中,处处表现出艺术性特征。练习者要感应到音乐的节奏感和韵律性,体验到动作力度的强弱和速度的快慢上的规律变化,同时还要注重韵律体操每个动作的柔美感,体现自己美观大方、造型新颖、朝气蓬勃的一面。

韵律体操是以自然性的动作为基础的节奏运动。韵律体操要求练习者一定要掌握松弛的技术,防止由于过分紧张用力而造成动作僵硬。节奏的基本动作是摆动、波浪和弹性动作。因此,波浪起伏、流动和节奏是韵律体操区别于其他运动项目的主要特点之一。

韵律体操具有高超的难度技巧,独特新颖的编排,是一种妩媚多姿的舞蹈,它要求每一个动作的一招一式不仅具有线条美和节奏美,而且还要有大小、高低、强弱、快慢、缓急、正侧、主宾、虚实、方圆、奇偶、断续、顿挫、张弛、离合等变化,表现出韵律体操的高雅和谐,刚柔相济,动静结合的美姿,从而使人们赏心悦目。

2. 广泛的群众适应性特征

韵律体操主要是发展协调、柔韧、力量、耐力等身体素质,增进健康,强调紧张与放松相交替,对运动者自身要求不高,没有危险性,以及其所特有的韵律性和艺术性,不受