



马琦带领新疆残疾人体育协会星光篮球队队员进行训练(马琦供图)



新疆残疾人体育协会星光足球队队员在进行训练(马琦供图)

如何用体育为特殊儿童打开成长之门

“教会特殊儿童运动的成就感不亚于拿金牌,这也是退役运动员的价值所在。”中国冬奥首金得主、冠军基金发起人杨扬的话,道出了众多退役运动员投身特殊儿童体育教育的心声。

日前,由冠军基金联合全国22个运动员创业体育俱乐部及公益合作伙伴共同发起的《“运动无碍,融合有爱”——特殊儿童体育友好倡议书》正式发布。该倡议以接纳、平等、尊重为核心,呼吁体育行业企事业单位和个体携手打造特殊儿童体育友好环境与服务。与此同时,冠军基金第二期特殊儿童运动指导师培训班正在北京二七冰雪基地授课,55名来自全国各地的运动员、特教学校老师、教练、特教机构从业者及家长齐聚一堂,通过专业平台聚焦特殊儿童的体育需求。

杨扬表示,我国特殊儿童数量庞大,但受限于专业指导稀缺、接纳环境不足及社会认知有限等问题,其体育参与率长期处于低位。在此背景下,推动包括运动员在内的体育人投身特殊儿童体育事业,培养“懂体育也懂特殊儿童”的专业队伍,不仅为运动员开拓了职业新赛道,更让体育的社会价值在公益实践中持续绽放。

在赛场上平等地展示自己

“特殊儿童包括但不限于孤独症儿童,还有其他心智障碍儿童。”福建师范大学体育科学学院教授、博士生导师吴燕丹点明了这一群体的广泛性。根据国内首次基于全国多中心的孤独症谱系障碍(ASD)患病率研究估算,我国6-12岁儿童ASD患病人数约为70万-100万,37%的ASD儿童有智力障碍。庞大的特殊儿童群体常面临被抛弃、封闭隔离等艰难处境,很少有家庭注意到运动这把能撬动命运齿轮的钥匙。

研究表明,运动对特殊儿童的认知、社交、语言理解等九大干预内容均有显著作用。但吴燕丹发现,和10年前推广适应性体育相比,她最常遇到的问题依然是:“特奥和残奥有什么区别”。

实际上,残疾人奥林匹克涵盖肢体、视觉及部分轻微智力障碍等不同残障群体,特殊奥林匹克主要面向智力障碍人群,强调“勇敢尝试 争取胜利”。因此,吴燕丹建议,足球、篮球、跑步等安全性高、门槛较低的运动更适合特殊儿童,而拳击、击剑等竞技性较强的项目需谨慎评估安全风险。

“特殊奥林匹克的核心是用体育让世界变得更包容。”国际特殊奥林匹克代表提及特奥会标志上有三组手臂的人形标志,“从下到上的三组手臂象征特殊人群的三个阶段,即最初的自卑、受排斥,到接触特奥后逐渐自信,最后通过体育获得

勇气和尊严”。

中国特奥运动员贾思蕊经历过这般蜕变。小时候,她因智力障碍在普通学校遭受排挤与歧视,进入培智学校后,她的体操天赋被发现,“训练很辛苦,但我能察觉到自己的改变,比如越来越有勇气面对挫折”。1999年第十届特殊奥林匹克世界夏季运动会上,贾思蕊夺得平衡木冠军,“赛场上,我不会被轻视也不会被刻意优待,我能平等地展示自己”。至今回望,最令她有成就的时刻并非站上领奖台,而是获得父母“认可”的时候。

新疆残疾人体育协会星光篮球队发起人马琦是一位孤独症儿童的母亲。“孩子5岁半时被确诊,我都不知道孤独症是什么。”马琦回忆,直到医生告知“这是无法完全治愈的终身性疾病”,她才感觉“天塌了”。

马琦不甘心,带孩子辗转全国求医,寻找康复的可能,最终在体育中找到突破口。“看他第一次挥起乒乓球拍,我忍不住哭了。”马琦说,经过8年坚持,现在儿子已经能达到常规水平,更重要的是,孩子的情绪、睡眠、自理能力得到全方位改善,“从最初的情绪失控、满场疯跑,到现在他能独自参加夏令营,包揽所有家务,甚至成为我的训练助教”。

看到儿子的变化,马琦萌生了帮助更多家庭的想法。2022年,她捡起体育特长成立星光篮球队,带领20名特殊队员参与篮球、足球项目。“有的孩子刚来时情绪激动,稍不如意就咬人、打人,如今已能克制冲动,哪怕只完成一组动作也不再乱跑。”她

成为孩子们的“队友”,也收获了最纯粹的回馈,“他们会把器材摆放得整整齐齐,上课纪律甚至超过健全的孩子”。如今,团队中已有8名队员具备参加融合比赛的能力,她迫切地寻找参赛机会,“希望更多人看到,特殊儿童不是负担,他们只是以不同的方式感知世界”。

平等又不平等的处境

组建一支“特殊球队”并不容易,场地就是最现实的问题。马琦记得,起初,普通青训营常以额外付费或直接拒绝的方式将他们拒之门外,在公共健身场所,孩子偶尔失控的笑声或不协调的肢体动作,不仅会招致“像看马戏猴一样”的眼神,还会被路人拍下放到网上“指指点点”,最终,在当地残联的帮助下,球队才申请到免费的专用场地训练。

“国家一直重视特殊教育,近年来持续推出多项政策,但基层落地情况和政策要求仍存在落差。”吴燕丹认为,特殊儿童的“平等”需以“不平等”为前提,“若仅给予与健全孩子相同的课程和关怀,他们可能难以适应,必须向他们倾斜更多资源和专业支持,才能实现真正的平等”。但目前仍缺乏自上而下的支持系统,“特殊儿童运动康复的现状主要表现为运动功能评估缺失、体育送教资源匮乏以及专业指导严重不足”。她强调,专业人才稀缺是亟待解决的关键问题。

据吴燕丹介绍,当前特教与体育专业培养“各自为政”,跨学科人才凤毛麟角,许多特教教师

对“带孩子运动”心有余而力不足。因此,当越来越多退役运动员有意加入特教工作就成为积极信号,“很多运动员有影响力,如果他们能身体力行地去示范和教学,带动效果不可小觑。同时他们具备专业运动能力,会比其他背景的参与者更易掌握指导核心”。

国际特殊奥林匹克代表也提到增加专业人才的必要性。据介绍,随着社会发展,越来越多智力障碍程度较轻的孩子正脱离特殊教育学校、融入主流社会,而对特校招收的日趋重度障碍的孩子进行运动干预则需要更加专业的人才,“孩子们接受运动干预越来越难,尤其离校后,接触特奥的机会就更少了”。对于在普校的轻度智力障碍学生而言,“他们本可通过特奥会塑造领导力,提升融入社会的能力,成为推广特奥的代表,但很多人徘徊在主流社会中害怕被‘贴标签’而错失支持资源”。因此,如何引导他们转变态度、接受支持,同时延续其社会价值,是当前特奥工作的关键课题。

“为智力障碍群体提供运动支持需要多方协作。”目前,特奥组织正与基层体育和家长组织合作,整合资源与理念,填补学校与社区间的服务空白,这个过程中,退役运动员等专业人士的参与至关重要,“他们既能延续自身价值,又能为基层提供专业运动指导,有助于共同构建可持续的支持体系”。

用热情和理性建立对话

在特殊儿童体育教育领域,专业融合与认知转变成为关键议题。杨扬呼吁,更多体育场馆、俱乐部向特殊儿童开放,更多退役运动员转换思维,参与特教工作发掘自我价值,“首先要敞开大门,用包容的心接纳他们”。

“运动员加入我们首先要摒弃竞技体育思维。”马琦表示,曾有专业教练参与带队,但很快就因无法适应而离开,“孩子们运动能力较差,学习一个基本动作比健全孩子慢很多,而且他们喜

欢以肢体碰撞进行‘情感链接’,用拍、打等方式博取关注,如果接受不了特殊人群的特性,就算世界冠军也无法坚持”。

“仅凭热情远远不够。”从事特殊教育研究20余年,吴燕丹也曾因代入感过强陷入焦虑,后经前辈点拨学会“理性研究”与“情感投入”的平衡,她才找到了自己在体育特教发展潮流中的位置,“1000个残疾人有1000种需求,我们得承认短板、保持理性才能持久”。

在前女足运动员刘力豪看来,面对特殊儿童,运动员的执行力和决心比体育专业能力更加重要。作为首届特殊儿童运动指导师培训班的学员,前摔跤运动员黄雅玲与刘力豪等运动员在去年发起“星动计划”,组织专业运动员志愿者为特教学校儿童研发适应性体育课程,“这些课程必须技术门槛低、易普及、注重亲子属性”。刘力豪表示,不仅要靠体育提升孩子的运动意识,更要影响家长的观念,“家长是陪伴特殊儿童时间最长的人,只有他们认识到体育对孩子的重要性,改变才可能发生”。

刘力豪参与研发的趣味足球课程,一度被马琦视为“救命稻草”,可有了教程,家长的认知又成为阻碍:部分家长急于求成,训练两天就期待比赛成果;有的则完全缺席,将孩子托付后便置身事外;有人直言:“练体育能让我孩子找到工作吗?”马琦用视频记录每个孩子的进步,却发现部分家长从未关注这些细节,“这些孩子需要终生陪伴,家长若不改变认知,再好的训练都是徒劳”。她无奈表示,不少家庭因无法坚持而退出。

因此,看到越来越多退役运动员关注特殊儿童,马琦十分感动,“做这行必须放下身段,走进孩子的世界”。她相信,特殊儿童通过体育的积极改变,会推动家庭与社会进入良性循环,“毕竟,人生的冠军终生不退役,体育特教的意义就在于助力每个孩子成为自己人生的冠军”。

(转自《中国青年报》2025年7月29日8版)