

学龄前视障儿童定向行走训练启示

钟庆, 刘青

安顺学院教育学院, 贵州安顺

摘要: 定向行走技能对视障儿童适应生活具有重要意义, 依据缺陷补偿及早期干预的原理, 应尽早开展学龄前视障儿童定向行走训练。但目前我国学龄前视障儿童定向行走训练工作存在训练内容不清、训练方法不明、训练辅具缺乏、训练评估模糊等问题, 鉴于此。研究从学龄前视障儿童定向行走训练内容、训练原则、训练方法及训练评估等方面提出了可行性建议。

关键词: 学龄前视障儿童; 定向行走; 训练方法

Enlightenment of Directional Walking Training for Preschool Visually Impaired Children

Qing Zhong, Qing Liu

College of Education Science, Anshun University, Anshun, Guizhou

Abstract: Directional walking skills are of great significance for visually impaired children to adapt to life. According to the principle of defect compensation and early intervention, directional walking training for preschool children with visual impairment should be carried out as soon as possible. However, at present, there are some problems in orienteering training for preschool children with visual impairment in China, such as unclear training content, unclear training methods, lack of training AIDS and vague training evaluation. The study puts forward feasible suggestions from the aspects of training content, training principles, training methods and training evaluation of preschool children with visual impairment.

Keywords: Preschool Children with Visual Impairment; Directional Walking; Training Method

1 引言

定向是指个体运用感觉信息确定自己在环境中的位置以及确认自己与其他物体之间关系、物体与物体之间关系的心理过程。行走是指个体在定向的基础上依靠下肢在环境中空间位置的变化移动，即从一个地方移动到另一个地方。定向行走即在进行准确定向的基础上，安全、自然地由一个地方移动到另一个地方的过程。

定向行走是视障儿童最为重要的生活技能，是开展一系列学习与生活的基础，是视障儿童教育中不可或缺的部分，因此定向行走能力的获得对学龄前视障儿童具有重要的意义。

首先，定向行走有利于身体机能健康发展。学龄前视障儿童身心发展迅速，只有掌握正确的定向行走技能，才可能开展更多的户外活动，从而增加身体运动的机会。因此，定向行走对于学龄前视障儿童来说，可以增强其身体素质，提高其生理机能水平，协调身体多个组织器官功能，从而使身体达到更加健康的状态[1]。

其次，定向行走可以提高学龄前视障儿童心理健康水平。定向行走技能的获得，可以让学龄前视障儿童敢于走出家门，扩大其生活范围，增加与他人的交往，丰富其社会生活，可以获得更多的知识信息，拓宽视野，从而有利于其心理的健康发展[1]。研究表明，可通过定向行走训练提高视障儿童独立性，促进其自尊和自信水平发展，从而提升其幸福感[2]。

第三，定向行走能有效促进学龄前视障儿童认知能力的发展。学龄前视障儿童正处于认知能力快速发展的阶段。通过参与室内、室外的活动，可以让学龄前视障儿童获知更为丰富的听觉、嗅觉、味觉、触觉等信息，从而感知觉获得发展，促进其概念的形成与获得，并使其思维能力获得提高。

最后，定向行走促进社会适应能力的发展。学龄前视障儿童进行定向行走，更有利于增强其社会基础知识的理解与掌握，也更加熟悉、了解社会物理环境，可以更安全、有效地出行，从而更好地适应社会。定向行走还可以让视障儿童中的低视力儿童学会使用剩余视力，使用盲杖等助行工具，逐渐

提高活动独立性，更好地参与社区和社会活动，从而减少社会隔离[2]。

同时，依据缺陷补偿及早期干预的原理，如果在学前期对残疾的个体及时施以适当的康复训练，会有利于个体生理功能的代偿。学龄前视障儿童身心正处于快速发展阶段，具备一定的定向行走能力与良好的心理素质，还可以使其更快适应融合学校的物理环境与学习活动。因此，对学龄前视障儿童开展有效的定向行走评估与训练就显得尤为重要。

2021年12月，国务院办公厅转发了教育部等七部委制定的《“十四五”特殊教育发展提升行动计划》（以下简称《计划》），其中明确提出“融合教育全面推进”，“积极发展学前特殊教育，鼓励普通幼儿园接收具有接受普通教育能力的残疾儿童就近入园随班就读”等要求。这指明了全面发展融合教育的理念与方向。该《计划》的出台，将惠及越来越多的残疾幼儿，使他们可以接受到更优化的教育安置。

鉴于此，结合国内外既往经验，对学龄前视障儿童定向行走训练内容、方法、辅具、评估等内容展开研究，以期为学龄前视障儿童定向行走训练教师提供新思路，从而促进学龄前视障儿童更顺利地适应生活。

2 学龄前视障儿童定向行走训练中存在的问题

通过文献检索发现，学龄前视障儿童定向行走训练的相关研究相对较少，更多的是关于学龄阶段视障儿童定向行走相关课程标准及训练内容、方法、辅具及评估的理论与应用研究。

2.1 训练内容不清

有关视障儿童定向行走训练内容的规定，在2016年教育部重新修订《盲校义务教育定向行走课程标准》中已明确指出，定向行走分三个学段进行：一至二年级为第一学段、三至四年级为第二学段、五至六年级为第三学段，第一学段到第三学段的《定向行走》课程内容由易到难，由低到高逐渐递进。第一学段主要学习对校内环境的熟悉以及定

向行走基本技能的运用；第二学段是从校内环境逐渐过渡到校外环境的适应与行走；第三学段主要强调校外各种环境定向与行走能力的综合应用。但对于学龄前视障儿童定向行走内容的相关规定却并未发现。这导致学龄前视障儿童定向行走训练内容不清晰。

国外研究指出，视障人士定向行走训练内容的确定要综合多个因素考虑：年龄、残疾情况、兴趣、需要等。例如对视障婴幼儿，训练内容应主要在促进感觉发展和运动能力发育上；对学龄前视障儿童，训练内容应主要在盲杖的基本知识、熟悉常用路线、寻找物体等技能；对视障成年人，则会更全面的对盲杖技巧及社会应用上，对不同年龄阶段和需求的训练内容还会有侧重[3]。

2.2 训练方法不明

对于学龄视障儿童的训练，丁勇，沈剑辉[1]、魏萍瑶[4]，王秀丽，袁茵[5]等学者提出了模拟操作法、游戏法、强化训练法、情景教学法、分层教学法、心理地图等定向行走训练方法。在学龄前视障儿童训练方法的研究方面，陈丽红提出了学龄前视障儿童可通过玩耍、游戏情景练习、音乐融合练习奖励及与指导结合等方法开展定向行走训练，并指出“可以把定向行走训练渗透在幼儿一日生活中的每个环节，更好地提高他们的定向行走能力，为他们今后的学习与生活打下坚实的基础。[6]”这些研究为开展学龄前视障儿童定向行走训练的方法研究提供了一定启发，但学龄前视障儿童定向行走训练方法的系统性仍不明确。

2.3 训练辅具缺乏

丁勇，沈剑辉[1]、谌小猛，鲁明辉[7]等学者都有一定论述。提出了语音指南针、发声交通灯、触摸地图、GPS移动导航设备、单筒望远镜、儿童盲杖、多功能盲杖、导盲犬等助行工具，但专门针对学龄前视障儿童定向行走辅具的研究不够深入和具体。“多数辅具关注的是成人团体，还需加强盲童及盲多重人士辅具的研发[7]”“在国外，较多幼儿采用改良调适性辅具（ Adaptive Mobility

Devices, AMD）来学习行走，之后再过渡到准盲杖（precane），最后才使用普通盲杖。[7]”因此，我国学龄前视障儿童定向行走训练辅具的生产与应用还有很大探索与发展空间。

2.4 训练评估模糊

丁勇，沈剑辉[1]，徐洪妹[8]，等学者在定向行走训练评估上展开过深入研究，但该评估体系仅适用于学龄阶段的视障儿童，或评估不够具体。对学龄前视障儿童来说，由于身体机能处于发育期间，运动能力还未完全发育成熟，还不能掌握普通盲杖的使用，导致其行走能力受限；同时由于各种认知能力处于较低水平，加之经验较为缺乏，导致其定向能力受限。因此该评估体系对学龄前视障儿童并不适合。学者陈小猛，张健[9]对学龄前视障儿童定向行走训练评估也提出意见，但不够具体，实操上有所欠缺。

综上所述发现，在我国持续推进融合教育过程中，综合既往研究发现，学龄阶段视障儿童定向行走训练体系较为全面和成熟，但学龄前视障儿童定向行走训练的内容、方法、辅具及评估研究的不足确愈发突显。

3 建议

鉴于上述学龄前视障儿童定向行走训练工作存在的问题与困难，研究根据学龄前视障儿童身心特点及发展的需要、借鉴学龄期视障儿童定向行走内容、原则、方法，提出学龄前视障儿童定向行走训练的内容及方法要点，仅供从事融合教育康复训练教师及学龄前视障儿童家长参考。

3.1 训练内容

学龄前视障儿童定向行走训练可以从以下四个方面来展开：基础领域、基本技能技巧领域、家庭应用领域、社会应用领域。

3.1.1 基础领域

该领域包括亲友态度、参与意识、基本概念、感知觉训练四个部分。

首先应对学龄前视障儿童亲友态度上进行干预,纠正不正确的态度。要让学龄前视障儿童亲友了解,过度保护只形成学龄前视障儿童过度依赖的心理,不利于其形成独立的心理品质,只有对其尽早开展定向行走训练,学龄前视障儿童才会更好地融入社会,才会有利于多方面能力的发展。

其次,在学龄前视障儿童参与意识上,要逐渐培养其良好的参与意识,让学龄前视障儿童乐于训练,有较高的参与积极性与好奇心。

基本概念的形成与获得上,主要是让学龄前视障儿童了解与掌握在家庭生活中的一些常用概念:物品概念(如桌子、椅子、沙发等)、形体与动作概念(如头、脖子、手、腿等)、方向、方位概念(如前、后、上、下等)、其他概念(如盲道、盲杖、小推车等)。

最后是感知觉训练部分,听障儿童的听觉、嗅觉、触觉的感觉补偿功能训练,是提高其定向行走能力的关键[10]。如果是低视力儿童,还需要对大色块的颜色感知能力进行训练。

3.1.2 基本技能技巧领域

该领域包括定向技能、导盲随行、独行、盲杖使用四个部分。

首先,定向技能主要对学龄前视障儿童常见基本方位进行辨别训练,如:前、后、上、下等。

其次,导盲随行主要是训练学龄前视障儿童在他人(导盲者)的带领下自然、安全地行走的基本动作。

第三,独行技巧主要是训练学龄前视障儿童在日常生活中进行独自行走中最常用的安全保护方法,一般进行上部保护法训练,也可根据学龄前视障儿童平时生活需要进行选择性训练。

最后是盲杖技巧的训练,由于学龄前视障儿童身体机能还未发育成熟,手臂力量较弱,不可能频繁举起杖尖进行探索,所以一般进行滑行技巧训练。

3.1.3 家庭应用领域

该领域包括个人卫生、家务参与、休闲娱乐三个部分。

首先,在个人卫生训练中,由于学龄前视障儿童年龄尚小,还很难独立完成个人卫生活动,因此这里主要是要求儿童能配合家长完成,并养成良好的卫生习惯。

其次,家务参与训练中,可根据学龄前视障儿童年龄相符的行为进行训练,如整理玩具、参与整理自己房间等,主要是训练学龄前视障儿童参与家务的主动性与良好习惯养成。

最后是休闲娱乐的训练,可根据学前视觉障碍儿童的喜好,选择其可以参与或独自完成的游戏或活动进行训练,例如玩玩具、亲子游戏等。

家庭应用领域的训练可以在提高学龄前视障儿童独立性的同时,养成良好的个人习惯,并促进良好亲子关系的形成,其重要性不可忽视。

3.1.4 社会应用领域

该领域主要包括道路行走、目的地、沟通能力三个部分。

由于学龄前视障儿童需要进行融合教育,因此这个阶段的主要任务除熟练掌握家庭环境行走外,还需要对使用率较高的幼儿园环境、社区环境进行适应,通过分阶段的训练达到具备一定的幼儿园、社区环境的定向行走能力。

首先,在道路行走训练中,要根据学龄前视障儿童实际生活、学习需要,对幼儿园、社区等环境道路从不熟悉到熟悉,逐渐可以通过导盲或借助盲杖的方式进行定向行走。

其次,目的地的训练中,主要要求学龄前视障儿童在家中可以根据需要通过定向行走安全到达某个房间或者获取某件物品;对于残疾程度较轻的学龄前视障儿童,可以训练其在幼儿园、社区等较熟悉的环境中通过定向行走完成到达目的地的任务。

最后,沟通能力主要训练学龄前视障儿童在定向行走中遇到困难时懂得有效、礼貌地主动求助方法。

总之,虽然学龄前视障儿童年龄幼小,但是为了让其更好地掌握定向行走能力,更快地适应环境,更顺利地达成融合教育,有针对性地循序渐进开展学期视觉障碍儿童定向行走训练是很有

必要的。

3.2 训练原则

在对学龄前视障儿童开展定向行走训练过程中，应遵循以下原则：

3.2.1 循序渐进原则

由于学龄前视障儿童身体各项机能尚处于发育期间，因此开展训练应循序渐进，不应急于求成。从生活中的感知觉训练、概念形成、独行、导盲等技能，应遵循由易到难、由简入繁的循序渐进原则，从而让学龄前视障儿童能逐渐掌握定向行走技能。

3.2.2 寓教于乐

学龄前视障儿童由于年龄幼小，游戏活动是其学习的最佳形式。因此，可以将定向行走的各种学习内容设计为游戏形式，这样的寓教于乐的方式更容易吸引学龄前视障儿童的学习兴趣，学习效果才会事半功倍。

3.2.3 生活化原则

为了让学龄前视障儿童更好地学习定向行走技能，更顺利地将定向行走技能迁移到生活情境中，教师或家长在训练中最好采用生活化原则，即尽可能在自然生活场景中进行训练，训练内容是生活中接触频率较高的活动。如：对家庭环境进行心理地图训练，进行如厕训练等。

3.2.4 灵活性原则

灵活性原则是指在开展训练的过程中，训练内容、训练方法、辅具等都应在保障安全的前提下，灵活开展训练，不需刻意追求所谓“规范动作”。如：学龄前视障儿童由于年龄尚幼，手部力量太弱，无法按照规范的盲杖持握动作抓握盲杖（全掌抓握，与杖体同一方向伸直食指），因此可采用全掌抓握，无需伸直食指。

3.2.5 缺陷补偿

缺陷补偿原则是指当身体的某一器官受损后，

可通过训练其他器官的功能，进行受损器官的功能补偿。例如学龄前视障儿童视觉受损，可加强其听觉、嗅觉、触觉等训练，从而在一定程度上代偿视觉的功能。

3.3 训练方法

视觉障碍儿童在进行定向行走训练中通常会采用语言指导法、任务分析法、情境训练法等，学龄前视障儿童除了使用这些训练方法外，还可以使用以下几种方法：

3.3.1 游戏法

游戏法是指在学龄前视障儿童开展定向行走训练中，可结合游戏的形式进行。例如在训练分辨不同嗅觉气味物品时，可采用猜一猜这样的游戏方式，以增加训练的趣味性，激发学龄前视障儿童学习动机。

3.3.2 律动法

律动法是指在盲杖行走技能训练中，可结合音乐旋律、节奏，以及身体的动作变化进行训练，以吸引学龄前视障儿童训练的兴趣。例如在训练两点式持杖行走时，需要杖尖左右摆动，训练较为枯燥，这时可伴随一定的音乐旋律或节奏来开展训练，同时也可以结合身体（如头部）摆动进行训练，让训练充满乐趣。

3.3.3 强化法

强化法是指在学龄前视障儿童定向行走训练中，家长或教师根据情况对学龄前视障儿童取得的成功适当进行表扬、奖励，以强化其学习行为。训练前可了解学龄前视障儿童日常喜欢的食物、活动等，便于强化的实施。

3.3.4 多感官协同训练

学龄前视障儿童处于发育期，为了更好地帮助其开展缺陷补偿，在进行定向行走训练时可采用多感官协同训练的方法。即听觉、嗅觉、触觉等感知觉共同参与环境的感知和行走训练。如：行走中

地面辨别, 可让学龄前视障儿童用脚底的触觉结合盲杖点击的听觉、触觉, 还结合嗅觉进行综合的感知, 从而更好地进行缺陷补偿, 也训练学龄前视障儿童的思维能力。

3.4 定向行走训练注意事项

学龄前视障儿童由于年龄小, 各项身体机能还处在发育初期, 特别是手部力量薄弱, 因此在进行定向行走训练中应注意以下事项:

3.4.1 导盲抓握变化

视觉障碍儿童定向行走中被导盲时, 一般抓握导盲者手肘上部或搭肩。学龄前视障儿童受身高局限, 可抓握导盲者(一般为成年人)手指即可。以后随着年龄增长, 身高逐渐变化再根据情况逐渐动作趋于标准化。

3.4.2 持杖与持杖行走变化

学龄前视障儿童手部力量的缺乏, 导致其很难按照规范的动作持杖, 以及使用两点式、三点式的盲杖行走技巧。这时可将标准的盲杖持握方法变更为无需伸直食指的全掌抓握; 在盲杖行走技术方面, 可将原两点式、三点式改为“Z”字滑行的方法, 甚至根据需要进行前后、左右、圆形等滑行技巧训练。

3.4.3 定向行走辅具的变化

学龄前视障儿童处于定向行走训练初期, 又加之身形幼小, 可灵活选择形式丰富的定向行走辅具, 如: 玩具小推车等。在盲杖的选择上, 可选用儿童盲杖, 并根据幼儿的身形与使用习惯定制适合长度的盲杖。为了便于杖尖在地面滑行, 一般儿童盲杖杖尖部分装有滚轮, 更省力的同时, 也可更顺利的滑行。

3.5 评估

通过参考我国盲校义务教育《定向行走课程标准》的要求, 结合学龄前视障儿童融合教育现实需要, 并依据学龄前视障儿童身心发展特点, 借鉴徐

洪妹[8]、丁勇、沈剑辉[1]等学者的研究, 把定向行走原一级评估指标三部分改为四部分, 在原来“基本技能技巧”、“家庭生活中的应用”、“社会生活中的应用”基础上增加“基础状况”部分, 评估总分为100分, 四个一级指标分值分别为: “基础状况”40分、“基本技能技巧”24分、“家庭生活中的应用”14分、“社会生活中的应用”22分[11]。

其中“基础状况”部分, 主要评估学龄前视障儿童家人对孩子学习定向行走的态度及该儿童的视力残疾水平、参与意识、基本概念掌握情况。

在“基本技能技巧”部分, 主要评估“定向技能”、“导盲随行”“独行技巧”“盲杖技巧”水平。该部分技能属于基础性的技能技巧。

在“家庭生活中的应用”部分, 主要考查儿童在家庭中参与家庭生活的情况, 分为“个人卫生”、“家务参与”、“休闲娱乐”。由于学龄前视障儿童主要的生活环境是在家庭中, 但因为年龄幼小, 主要的家庭活动体现在配合家长做好个人卫生、并养成良好习惯以及可以很好地进行亲子互动游戏。

在“社会生活中的应用”部分, 主要考查儿童在家庭及社会中定向行走的情况, 分为“道路行走(含室内)”、“目的地(含室内)”、“沟通能力”三个方面。

总之, 学龄前视障儿童定向行走训练要根据其残疾程度、残疾类型、行走能力、生活需要、性格特点等不同进行个别化的训练。训练有法, 法无定法。只有在科学、有效、安全、自然的基础上的开展定向行走训练, 才能真正让学龄前视障儿童更快地掌握定向行走技能, 更好地适应环境。

致谢

本文由基金项目: 2023年安顺学院校级思政示范课“定向行走”(XJKCSZ041)资助。

参考文献

- [1]丁勇, 沈剑辉, 钱志亮. 特殊儿童定向行走训练[M]. 南京: 南京师范大学出版社, 2015.

- [2] Papadopoulos K, Montgomery A J, Chronopoulou E. The impact of visual impairments in self-esteem and locus of control[M]. *Research in Developmental Disabilities*, 2013, 34(12): 4565-4570.
- [3] Rosen S. Kinesiology and sensorimotor functioning of students with vision loss. In Wiener WR, et al. *Foundations of orientation and mobility*(3rd. Ed.).[J]. New York: American Foundation for the Blind Press, 2007: 138-173.
- [4] 魏萍瑶. 视障学生定向行走训练课程的实践研究[J]. *绥化学院学报*, 2022.1: 3.
- [5] 王秀丽, 袁茵. 视觉障碍学生定向行走训练与教育建议[J]. *绥化学院学报*, 2014.1: 4.
- [6] 陈丽红. 学龄前视障儿童定向行走的教学策略[J]. *现代特殊教育*, 2011.3: 31-32.
- [7] 湛小猛, 鲁明辉. 盲人定向行走辅具的发展现状[J]. *中国特殊教育*, 2017(9): 6.
- [8] 徐洪妹. 盲人定向行走训练效果评估标准的研究[J]. *现代特殊教育*, 2010: 38-40.
- [9] 湛小猛, 张健. 视障儿童定向行走训练指南[M]. 北京: 北京出版社, 2018.06.
- [10] 祁立刚, 顾晓莉. 盲童定向行走能力研究[J]. *教育理论与实践*, 2014(34): 27-29.
- [11] 钟庆. 视觉障碍儿童定向行走能力提升研究[M]. 吉林: 吉林出版集团股份有限公司, 2022.09.

