MỘT SỐ BIỆN PHÁP CAN THIỆP HÀNH VI TĂNG ĐỘNG GIẢM CHÚ Ý CHO TRẺ 3-4 TUỔI HỌC HOÀ NHẬP THÔNG QUA TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG THÔ

Trần Khánh Thi
Trường mầm non Hoa Anh Đào Montessori, Tây Hồ, Hà Nội

Tóm tắt: *Bài viết đề xuất một số biện pháp can thiệp hành vi cho trẻ 3–4 tuổi rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD) trong môi trường giáo dục hòa nhập thông qua tổ chức hoạt động vận động thô. Trên cơ sở phân tích đặc điểm hành vi của trẻ, nghiên cứu tập trung vào các biện pháp như xây dựng môi trường học tập phù hợp, quản lý hành vi bằng củng cố tích cực, sử dụng lịch trình trực quan và đa dạng hóa học liệu, trò chơi vận động. Kết quả cho thấy việc tổ chức hoạt động vận động thô một cách khoa học, linh hoạt góp phần nâng cao khả năng tập trung, kiểm soát hành vi và tăng cường hòa nhập xã hội cho trẻ.*

Từ khóa: *tăng động giảm chú ý; trẻ mầm non; giáo dục hòa nhập; vận động thô; can thiệp hành vi.*

SOME INTERVENTION MEASURES FOR ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD) IN 3-4 YEAR OLD CHILDREN IN INCLUSIVE SCHOOLS THROUGH ORGANIZING GROSS ACTIVITIES

Abstract: *This paper proposes several behavioral intervention measures for 3–4-year-old children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in inclusive educational settings through the organization of gross motor activities. Based on the analysis of children's behavioral characteristics, the study focuses on solutions such as creating an appropriate learning environment, applying positive reinforcement strategies, using visual schedules, and diversifying instructional materials and motor games. The findings indicate that systematically and flexibly organized gross motor activities can improve attention, enhance behavioral control, and promote social inclusion among young children with ADHD.*

Keywords: *ADHD; preschool children; inclusive education; gross motor activities; behavioral intervention.*

Nhận bài: 15/05/2026 Phản biện: 15/06/2026 Duyệt đăng: 18/06/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tăng động giảm chú ý là một dạng rối loạn phát triển thần kinh thường gặp ở trẻ em, biểu hiện chủ yếu ở sự thiếu tập trung, hoạt động quá mức và khó kiểm soát hành vi. Đối với trẻ 3–4 tuổi học hòa nhập, những biểu hiện này có thể ảnh hưởng trực tiếp đến khả năng tham gia các hoạt động giáo dục, giao tiếp với giáo viên, bạn bè và thích nghi với nền nếp lớp học. Vì vậy, việc phát hiện và can thiệp sớm có ý nghĩa quan trọng, giúp hạn chế những ảnh hưởng bất lợi đối với sự phát triển nhận thức, ngôn ngữ, cảm xúc và kỹ năng xã hội của trẻ. Hoạt động thô với các vận động sử dụng nhóm cơ lớn như đi, chạy, nhảy, bò, trườn, ném và giữ thăng bằng không chỉ góp phần phát triển thể chất mà còn tạo điều kiện để trẻ giải phóng năng lượng, duy trì sự chú ý, thực hiện yêu cầu và từng bước kiểm soát hành vi. Tuy nhiên, việc tổ chức hoạt động thô nhằm can thiệp hành vi tăng động giảm chú ý cho trẻ trong lớp học hòa nhập vẫn chưa được thực hiện một cách sistematic và phù hợp. Xuất phát từ thực tiễn đó, bài viết đề xuất một số biện pháp can thiệp hành vi tăng động giảm chú ý cho trẻ 3–4 tuổi học hòa nhập thông qua tổ chức hoạt động thô, góp phần nâng cao hiệu quả giáo dục hòa nhập tại các cơ sở giáo dục mầm non.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Biện pháp 1: Xây dựng môi trường và tổ chức hoạt động vận động thô nhằm hỗ trợ hành vi cho trẻ 3–4 tuổi rối loạn tăng động giảm chú ý học hòa nhập

Nội dung của biện pháp:

Môi trường giáo dục là một trong những yếu tố có ảnh hưởng trực tiếp đến hiệu quả can thiệp hành vi cho trẻ rối loạn tăng động giảm chú ý trong lớp học hòa nhập. Một môi trường được tổ chức khoa học, an toàn và thân thiện sẽ giúp trẻ giảm các kích thích gây xao nhãng, tăng khả năng tập trung và tích cực tham gia các hoạt động vận động thô.

Trước hết, giáo viên cần bố trí không gian học tập và khu vực vận động hợp lý, đảm bảo rộng rãi, an toàn, đồng thời hạn chế các yếu tố có thể làm trẻ mất tập trung. Các góc hoạt động nên được phân chia rõ ràng về chức năng, tạo điều kiện để trẻ dễ dàng nhận biết và tham gia đúng hoạt động theo yêu cầu.

Bên cạnh đó, việc xây dựng bầu không khí lớp học tích cực, thân thiện và khuyến khích sự tương tác giữa trẻ với giáo viên, bạn bè có ý nghĩa quan trọng trong việc hình thành các hành vi phù hợp. Giáo viên cần thường xuyên sử dụng lời khen, sự động viên và các hình thức củng cố tích cực nhằm tăng cường những hành vi mong muốn của trẻ.

Để giúp trẻ duy trì nền nếp trong quá trình tham gia hoạt động, lớp học cần thiết lập các quy tắc ngắn gọn, dễ hiểu, kết hợp với hình ảnh hoặc ký hiệu trực quan. Đồng thời, trẻ cần được rèn luyện thói quen thực hiện hoạt động theo hiệu lệnh, tuân thủ trình tự và kết thúc hoạt động đúng quy định.

Hiệu quả can thiệp cũng phụ thuộc vào sự phối hợp chặt chẽ giữa nhà trường và gia đình. Giáo viên cần thường xuyên trao đổi với phụ huynh về tình hình hành vi của trẻ, thống nhất các biện pháp giáo dục và cách thức quản lý hành vi để tạo sự nhất quán giữa môi trường học tập và môi trường gia đình.

Ngoài ra, việc tạo cơ hội cho trẻ tham gia các hoạt động vận động cùng bạn đồng trang lứa thông qua các trò chơi nhóm và hoạt động hợp tác sẽ góp phần phát triển kỹ năng giao tiếp, nâng cao khả năng hợp tác, giảm cảm giác bị cô lập và tăng cường sự hòa nhập của trẻ trong tập thể.

2.2. Quản lý hành vi của trẻ qua tổ chức các hoạt động vận động thô

Nội dung của biện pháp:

Can thiệp hành vi cho trẻ rối loạn tăng động giảm chú ý cần được thực hiện trên cơ sở xây dựng hệ thống quy tắc rõ ràng, nhất quán và phù hợp với đặc điểm nhận thức của trẻ. Các quy tắc nên được trình bày ngắn gọn, dễ hiểu và kết hợp với hình ảnh hoặc ký hiệu trực quan để trẻ dễ ghi nhớ, nhận biết và thực hiện trong quá trình tham gia hoạt động.

Bên cạnh đó, giáo viên cần ưu tiên sử dụng các biện pháp củng cố tích cực nhằm khuyến khích và duy trì những hành vi mong muốn. Hình thức củng cố có thể là lời khen, cử chỉ động viên, nhãn dán hoặc những phần thưởng nhỏ phù hợp với sở thích của trẻ. Đối với các hành vi chưa phù hợp, giáo viên cần hạn chế vô tình củng cố bằng sự chú ý quá mức, đồng thời hướng dẫn trẻ thực hiện những hành vi thay thế tích cực và phù hợp với từng tình huống.

Để nâng cao hiệu quả can thiệp, môi trường tổ chức hoạt động cần được điều chỉnh theo hướng giảm các yếu tố gây xao nhãng, bố trí không gian vận động an toàn, khoa học và sắp xếp thời lượng hoạt động phù hợp với khả năng duy trì chú ý của trẻ. Trong suốt quá trình tổ chức hoạt động, giáo viên cần theo dõi sát diễn biến hành vi, đưa ra phản hồi kịp thời, cụ thể và nhất quán, giúp trẻ nhận biết, điều chỉnh hành vi và từng bước hình thành thói quen ứng xử phù hợp.

2.3. Sử dụng lịch trình hình ảnh khi tổ chức vận động thô cho trẻ

Nội dung của biện pháp

Việc sử dụng lịch trình trực quan là một biện pháp hiệu quả giúp trẻ rối loạn tăng động giảm chú ý dự đoán trước các hoạt động, giảm lo lắng và hình thành thói quen thực hiện nhiệm vụ theo trình tự. Giáo viên có thể xây dựng lịch trình bằng tranh ảnh, thẻ ký hiệu hoặc các biểu tượng trực quan, sắp xếp theo thứ tự các hoạt động trong ngày để trẻ dễ quan sát và ghi nhớ.

Trước khi tổ chức hoạt động, giáo viên cần hướng dẫn trẻ làm quen với lịch trình, giải thích ý nghĩa của từng hình ảnh và khuyến khích trẻ theo dõi các bước thực hiện trong suốt quá trình tham gia. Sau khi hoàn thành mỗi hoạt động, trẻ được hướng dẫn đánh dấu hoặc loại bỏ biểu tượng tương ứng trên bảng lịch trình nhằm giúp trẻ nhận biết tiến độ thực hiện, tăng cảm giác hoàn thành và tạo động lực cho hoạt động tiếp theo.

Để nâng cao hiệu quả của biện pháp, giáo viên nên kết hợp lịch trình trực quan với các hình thức củng cố tích cực như lời khen, nhãn dán hoặc phần thưởng nhỏ khi trẻ thực hiện đúng trình tự và tuân thủ các yêu cầu của hoạt động. Đồng thời, nội dung và số lượng hình ảnh cần được điều chỉnh linh hoạt theo khả năng chú ý, mức độ phát triển và nhu cầu của từng trẻ, bảo đảm lịch trình đơn giản, dễ hiểu và phù hợp với trẻ 3–4 tuổi.

2.4. Tăng cường sử dụng đồ dùng, phương tiện học trực quan, tổ chức các hoạt động vận động phù hợp với độ tuổi và sở thích

Nội dung của biện pháp:

Việc tổ chức hoạt động vận động thô cho trẻ rối loạn tăng động giảm chú ý cần được thiết kế theo hướng tạo hứng thú, tăng cường trải nghiệm và duy trì sự tập trung của trẻ. Giáo viên nên sử dụng đa dạng các học liệu trực quan như tranh ảnh, thẻ hình, mô hình và đồ chơi vận động có màu sắc, hình dạng hấp dẫn nhằm kích thích sự chú ý và khuyến khích trẻ tham gia hoạt động. Đồng thời, các phương tiện hỗ trợ vận động như bóng, vòng, thang thể chất, cọc tiêu hay chướng ngại vật mềm cần được lựa chọn và bố trí an toàn, phù hợp với đặc điểm phát triển của trẻ để tạo cơ hội trải nghiệm nhiều hình thức vận động khác nhau.

Bên cạnh đó, nội dung hoạt động cần được xây dựng dựa trên sở thích và khả năng của trẻ thông qua các trò chơi vận động quen thuộc như ném bóng, đi trên cầu thăng bằng, kéo co hoặc nhảy lò cò. Việc linh hoạt kết hợp các hình thức tổ chức

cá nhân, theo nhóm nhỏ và theo tập thể không chỉ giúp trẻ rèn luyện khả năng tuân thủ quy tắc mà còn phát triển kỹ năng hợp tác và tăng cường sự hòa nhập với bạn cùng lứa.

Trong quá trình hướng dẫn, giáo viên cần ưu tiên sử dụng các phương tiện trực quan, kết hợp động tác mẫu, cử chỉ minh họa và lời hướng dẫn ngắn gọn, rõ ràng để trẻ dễ quan sát và thực hiện. Đồng thời, các biện pháp củng cố tích cực như lời khen, sự động viên hoặc phần thưởng phù hợp cần được áp dụng kịp thời sau mỗi nhiệm vụ nhằm duy trì hứng thú, củng cố hành vi tích cực và nâng cao hiệu quả tham gia của trẻ.

Trên cơ sở kế thừa các hoạt động vận động đã được áp dụng trong giáo dục mầm non và có sự điều chỉnh, sáng tạo cho phù hợp với đặc điểm của trẻ rối loạn tăng động giảm chú ý, bài viết đề xuất một số hoạt động vận động thô dành cho trẻ 3–4 tuổi học hòa nhập, tạo điều kiện để trẻ tham gia cùng bạn đồng trang lứa và phát triển toàn diện về thể chất, nhận thức cũng như hành vi.

Hệ thống trò chơi này được xây dựng dựa trên Chương trình GDMN (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2016) và tài liệu hướng dẫn phát triển vận động mầm non (Nguyễn Ánh Tuyết, 2016) được thể hiện như sau:

TT	Tên trò chơi	Mục tiêu phát triển	Đồ dùng trực quan	Cách chơi
1	Bước qua vòng sắc màu	Tập trung chú ý, phối hợp vận động	Vòng nhựa nhiều màu	GV đặt vòng trên sàn, trẻ lần lượt bước qua theo hiệu lệnh.
2	Chuyền bóng tiếp sức	Hợp tác, chờ lượt	Bóng nhựa	Trẻ đứng thành hàng, chuyền bóng qua đầu đến bạn cuối.
3	Nhảy qua suối nhỏ	Thăng bằng, mạnh dạn	Dây/vạch kẻ	Trẻ nhảy qua "suối" (dây đặt trên sàn), độ xa thay đổi theo khả năng.
4	Vượt chướng ngại vật	Kiểm soát vận động	Ghế thấp, ống chui, cọc tiêu	Trẻ bò chui, leo, đi vòng theo hiệu lệnh.
5	Kéo co nhóm nhỏ	Sức mạnh hợp tác	Dây thừng	Hai nhóm cầm dây kéo về phía mình, GV ra hiệu lệnh bắt đầu/kết thúc.
6	Tung bóng vào rổ	Rèn chú ý, phối hợp tay/chân	Bóng rổ, bóng nhựa	Trẻ đứng ném bóng vào rổ theo lượt.
7	Thổi bóng bay	Kiểm soát hơi thở, tập trung	Bóng bay	Trẻ cùng thổi bóng để bóng không chạm đất.
8	Nhảy lò cò	Thăng bằng, kiên trì	Ô vẽ trên sàn	Trẻ nhảy lò cò theo ô số, theo hiệu lệnh GV.
9	Bước theo nhạc	Điều chỉnh hành vi	Loa phát nhạc	Khi nhạc bật trẻ bước đi, nhạc dừng trẻ đứng yên.
10	Gieo hạt-làm cây	Tưởng tượng, chú ý	Thảm hoặc sân chơi	Trẻ giả vờ làm hạt nảy mầm, duỗi người thành cây.
11	Chạy đổi chỗ theo hiệu lệnh	Phản xạ nhanh , chú ý nghe	Ghế nhỏ xếp vòng	Trẻ chạy vòng quanh, khi GV gọi "đổi chỗ" thì tìm ghế ngồi.
12	Lăn bóng song song	Hợp tác, kiên nhẫn	2 bóng lớn	Hai trẻ lăn bóng cùng lúc từ đầu tới cuối sân.
13	Đi trên dây thăng bằng	Cân bằng, kiểm soát	Dây thừng dài trên sàn	Trẻ đi trên dây, hai tay dang ngang giữ thăng bằng.

14	Vượt cầu khỉ	Tập trung, mạnh dạn	Ghế dài/cầu thăng bằng	Trẻ lần lượt đi trên "cầu" không chạm đất.
15	Bịt mắt bắt dê	Kỹ năng định hướng	Khăn bịt mắt	Một trẻ bịt mắt tìm bắt "dê" đang kêu xung quanh.
16	Chuyền túi cát bằng thìa	Khéo léo, kiên nhẫn	Túi cát nhỏ , thìa lớn	Trẻ dùng thìa ngậm/tay cầm chuyền túi cát nhỏ cho bạn.
17	Nhảy bao bố	Phối hợp tay-chân	Bao tải nhỏ	Trẻ đứng trong bao, nhảy về đích theo nhóm.
18	Đập bóng theo nhịp trống	Rèn nhịp điệu, chú ý	Trống, bóng cao su	GV gõ trống, trẻ đập bóng theo số nhịp nghe được.
19	Vẽ bằng chân	Sáng tạo, phối hợp	Giấy khổ lớn, bút sáp	Trẻ ngồi, kẹp bút bằng chân để vẽ nét đơn giản.
20	Thả thuyền trên nước	Quan sát, chờ lượt	Chậu nước, thuyền giấy	Trẻ thả thuyền xuống nước, chờ thuyền trôi đến đích.

2.5. Tổ chức chơi luân phiên theo lượt và khen thưởng tích cực

Nội dung của biện pháp:

Để phát triển kỹ năng chờ đến lượt và kiểm soát hành vi cho trẻ rối loạn tăng động giảm chú ý, giáo viên cần lựa chọn các trò chơi vận động thô có yêu cầu thực hiện theo lượt, như chuyền bóng, ném vòng, bật qua chướng ngại vật hoặc các trò chơi vận động theo nhóm. Trước khi tổ chức hoạt động, giáo viên cần giới thiệu rõ quy tắc, sử dụng lời hướng dẫn ngắn gọn kết hợp với động tác mẫu hoặc hình ảnh minh họa để giúp trẻ nhận biết thời điểm thực hiện nhiệm vụ và hình thành thói quen chờ đến lượt.

Trong quá trình tham gia, giáo viên cần quan sát, khuyến khích và ghi nhận kịp thời những hành vi tích cực như biết chờ đợi, tuân thủ thứ tự hoặc nhường lượt cho bạn. Các hình thức củng cố tích cực như lời khen, cử chỉ động viên, nhãn dán hoặc quyền lựa chọn hoạt động tiếp theo có thể được sử dụng nhằm tăng cường động lực và duy trì những hành vi phù hợp. Đồng thời, các hoạt động cần được tổ chức thường xuyên, tạo điều kiện cho trẻ được thực hành lặp lại trong nhiều tình huống khác nhau để từng bước hình thành kỹ năng chờ lượt và tự kiểm soát hành vi.

Bên cạnh đó, việc tổ chức trò chơi theo nhóm nhỏ hoặc theo tập thể sẽ tạo nhiều cơ hội để trẻ tương tác với bạn cùng lứa, phát triển kỹ năng giao tiếp, hợp tác và tinh thần đồng đội, qua đó nâng cao khả năng thích ứng và hòa nhập trong môi trường giáo dục mầm non.

III.KẾT LUẬN

Can thiệp hành vi cho trẻ 3–4 tuổi rối loạn tăng động giảm chú ý trong môi trường giáo dục hòa nhập cần được thực hiện sớm, có hệ thống và phù hợp với đặc điểm phát triển của trẻ. Việc tổ chức các hoạt động vận động thô kết hợp với các biện pháp như xây dựng môi trường học tập tích cực, quản lý hành vi, sử dụng lịch trình trực quan, học liệu trực quan và trò chơi luân phiên có củng cố tích cực góp phần cải thiện khả năng chú ý, kiểm soát hành vi, phát triển kỹ năng xã hội và nâng cao hiệu quả hòa nhập. Để các biện pháp này phát huy hiệu quả, cần có sự phối hợp chặt chẽ giữa giáo viên, gia đình và nhà trường nhằm tạo môi trường giáo dục nhất quán, hỗ trợ trẻ phát triển toàn diện.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2016). Thông tư số 28/2016/TT-BGDĐT sửa đổi, bổ sung một số nội dung của Chương trình giáo dục mầm non ban hành kèm theo Thông tư số 17/2009/TT-BGDĐT ngày 25 tháng 7 năm 2009 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo. Nguyễn Ánh Tuyết. (2016). Phương pháp phát triển vận động cho trẻ mầm non. NXB Giáo dục Việt Nam.

Lê Thị Thanh Huyền (2021), Chương trình hoạt động thể chất hỗ trợ điều chỉnh hành vi cho trẻ rối loạn tăng động giảm chú ý 3–4 tuổi học hòa nhập, Luận văn Thạc sĩ, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.

Nguyễn Thị Mỹ Linh (2020), Khó khăn hành vi của trẻ ADHD 3–5 tuổi trong lớp học hòa nhập và một số biện pháp can thiệp, Luận văn Thạc sĩ, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.

Đỗ Thị Thảo, Nguyễn Xuân Hải, Nguyễn Thị Hoa. (2021), Giáo dục trẻ tăng động giảm chú ý (Sách chuyên khảo), NXB Giáo dục Việt Nam.