

MỘT SỐ BIỆN PHÁP SỬ DỤNG TRÒ CHƠI NHẪM PHÁT TRIỂN MỐI QUAN HỆ BẠN BÈ CHO HỌC SINH RỐI LOẠN TĂNG ĐỘNG GIẢM CHÚ Ý LỚP 1 HOÀ NHẬP

Bùi Thị Uyên Uyên

Trung tâm Can thiệp sớm và Giáo dục hoà nhập Mầm non Xanh

Tóm tắt: Bài viết đề xuất một số biện pháp sử dụng trò chơi nhằm phát triển mối quan hệ bạn bè cho học sinh rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD) lớp 1 trong môi trường giáo dục hòa nhập. Các biện pháp gồm: tìm hiểu nhu cầu và khả năng của học sinh; xây dựng môi trường học tập thân thiện; lựa chọn trò chơi phù hợp; lồng ghép trò chơi vào giờ học; và tổ chức trò chơi tập thể. Kết quả giúp tăng cường tương tác, hợp tác và hỗ trợ sự hòa nhập xã hội của học sinh ADHD.

Từ khoá: ADHD; giáo dục hòa nhập; học sinh lớp 1; trò chơi; mối quan hệ bạn bè.

SOME GAME-BASED MEASURES TO DEVELOP FRIENDSHIP RELATIONSHIPS FOR FIRST-GRADE STUDENTS WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD) IN AN INCLUSIVE EDUCATION ENVIRONMENT

Abstract: This article proposes several game-based measures to develop friendship relationships for first-grade students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in an inclusive education environment. These measures include: understanding students' needs and abilities; creating a friendly learning environment; selecting appropriate games; integrating games into lessons; and organizing group games. The results show that these measures enhance interaction, cooperation, and support the social integration of ADHD students.

Keywords: ADHD; inclusive education; first graders; games; friendships.

Nhận bài: 21/11/2025

Phản biện: 20/12/2025

Duyệt đăng: 24/12/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong bối cảnh giáo dục hoà nhập hiện nay, học sinh rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD) ngày càng được học tập chung trong các lớp tiểu học, đặc biệt là ở lớp 1 – giai đoạn đầu hình thành các mối quan hệ xã hội. Tuy nhiên, do đặc điểm khó kiểm soát hành vi, giảm khả năng chú ý và hạn chế kỹ năng giao tiếp, nhiều học sinh ADHD gặp khó khăn trong việc xây dựng và duy trì mối quan hệ bạn bè, dễ bị cô lập hoặc xung đột với bạn cùng lớp. Trò chơi là hoạt động gần gũi, phù hợp với đặc điểm tâm lý lứa tuổi học sinh lớp 1, đồng thời có tác dụng tích cực trong việc phát triển kỹ năng xã hội, cảm xúc và hành vi. Việc nghiên cứu và đề xuất các biện pháp sử dụng trò chơi nhằm phát triển mối quan hệ bạn bè cho học sinh ADHD lớp 1 hoà nhập là cần thiết, góp phần nâng cao hiệu quả giáo dục hoà nhập và hỗ trợ sự phát triển toàn diện cho học sinh.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Biện pháp 1: Tìm hiểu khả năng, nhu cầu của học sinh ADHD

Mục đích của biện pháp

Nhằm đánh giá một cách toàn diện học sinh để có thông tin xây dựng kế hoạch giáo dục phát triển mối quan hệ bạn bè cho trẻ. Trên cơ sở những thông tin tìm hiểu được, GV sẽ hiểu hơn về học sinh ADHD trong lớp, từ đó lựa chọn trò chơi, đồ chơi, hoàn cảnh chơi, vai chơi và hướng dẫn trẻ cách giao tiếp phù hợp với đặc điểm cá nhân trẻ, tạo hứng thú và sự yêu thích trò chơi, kích thích phát triển kỹ năng phát triển mối quan hệ bạn bè.

Nội dung và cách thực hiện biện pháp

Vào lớp 1 học sinh sẽ có xu hướng đề cao các mối quan hệ bạn bè hơn so với trước. Từ đó các em sẽ linh động hơn trong cách giải quyết các tình huống về tương tác giao tiếp vui chơi với bạn bè. Việc học lúc này cũng là một trong những ưu tiên đối với trẻ. Từ đây bạn bè đóng vai trò vô cùng quan trọng đó là đồng hành trong quá trình vui chơi và học tập.

Kết bạn là nhiệm vụ của học sinh tuy nhiên GV và gia đình cần định hướng, hỗ trợ trẻ để các em có tâm thế tốt để bắt đầu giao lưu và tiếp cận các mối quan hệ bạn bè với nhau.

Từ kết quả đánh giá tìm hiểu hoàn cảnh gia đình, tính cách, sức khỏe, sở trường, điểm mạnh, điểm yếu và năng khiếu của từng học sinh trong lớp, tạo thói quen chủ động cho trẻ; quan tâm đến bạn bè của trẻ; khuyến khích trẻ xây dựng quan hệ bạn bè trong các tình huống của cuộc sống và hướng dẫn trẻ quan sát biểu hiện cảm xúc của bạn.

Tạo thói quen chủ động cho học sinh: người bạn mới. GV luôn tạo điều kiện thuận lợi nhất để học sinh có cơ hội bản thân, từ đó duy trì thói quen này cho học sinh thì các bạn sẽ tự tin hơn, mạnh dạn hơn trong quá trình tương tác.

Quan tâm đến bạn bè của học sinh: Thường xuyên hỏi thăm về các mối quan hệ của con: “Con đã hỏi được tên của bạn chưa?”, “Bạn ấy có thích quán quân của Vietnam Idol Kid năm nay không?”, “Bạn nào trong lớp của học sinh thích môn Toán giống học sinh, ...”

Hướng dẫn học sinh quan sát biểu hiện cảm xúc của bạn: Sử dụng các tích cơ cảm xúc để dạy học sinh cách quan sát cảm xúc của bạn, từ đó hỗ trợ các học sinh nhận diện cảm xúc và có những ứng xử phù hợp cho từng tình huống.

Điều kiện thực hiện biện pháp

GV cần có khả năng am hiểu về tâm lý trẻ ADHD. GV cần dành thời gian để tìm hiểu học sinh. GV phối hợp cùng cha mẹ học sinh để đánh giá nhu cầu, xu hướng cũng như đặc điểm tâm lý của trẻ.

2.2. Biện pháp 2: Xây dựng môi trường để tổ chức trò chơi nhằm phát triển mối quan hệ bạn bè cho trẻ ADHD

Mục tiêu của biện pháp

Xây dựng, tổ chức môi trường nhà trường thân thiện, phát triển mối quan hệ tích cực giữa giáo viên - học sinh và giữa học sinh với nhau nhằm hạn chế xúc cảm tiêu cực trong phát triển mối quan hệ bạn bè của trẻ ADHD.

Tạo môi trường học tập thân thiện cho học sinh ADHD, ở đó bạn bè cùng lớp sẽ hòa đồng, chia sẻ, yêu thương nhau, không có sự phân biệt, kì thị. Môi trường như vậy sẽ tạo điều kiện cho học sinh ADHD phát triển toàn diện, học sinh ADHD cảm thấy thoải mái, hứng thú, giúp học sinh ADHD phát triển tự nhiên, lành mạnh.

Nội dung và cách thực hiện biện pháp

Xây dựng môi trường chơi tốt giúp học sinh ADHD có cảm xúc tích cực, thoải mái hơn, tăng hứng thú và từ đó nâng cao khả năng tập trung. Môi trường vật chất trong trường, lớp bao gồm đồ dùng, trang thiết bị phục vụ giáo dục; ở tiểu học, sách giáo khoa và đồ dùng học tập được xem như “đồ chơi” quan trọng giúp học sinh ADHD nhận biết, phân biệt, khám phá thế giới xung quanh, đặc biệt có ý nghĩa đối với trẻ tăng động giảm chú ý. Bên cạnh việc quy định nội dung từng góc chơi, giáo viên cần thiết kế các góc mở, bài tập mở gần gũi, dễ hiểu để thu hút sự tham gia. Giáo viên có thể tận dụng nguyên vật liệu đã qua sử dụng, hướng dẫn học sinh ADHD làm đồ dùng, đồ chơi tự tạo nhằm phục vụ hoạt động giáo dục và trang trí lớp. Đồng thời, xây dựng nội quy lớp bằng hình ảnh, ký hiệu đơn giản, cụ thể, dễ hiểu giúp học sinh thực hiện dễ dàng, góp phần định hình hành vi mong đợi.

Song song, môi trường tinh thần cần thân thiện và an toàn để học sinh ADHD vui vẻ, phát huy mặt mạnh và nhanh chóng hòa nhập. Giáo viên cần tiếp nhận, tìm hiểu học sinh ngay từ đầu, quan tâm sức khỏe, nhận thức và hành vi. Việc xây dựng tập thể lớp đoàn kết, yêu thương, giúp đỡ bạn tạo điều kiện để học sinh ADHD vui chơi hòa nhập, hoạt động nhóm, hình thành tình bạn, phát triển ngôn ngữ và kỹ năng giao tiếp xã hội; giáo

viên thường xuyên nhắc nhở, khích lệ các bạn gần gũi và rủ học sinh ADHD cùng chơi. Đồng thời, cần xây dựng mối quan hệ tích cực giữa cô và học sinh ADHD, bởi các khó khăn như mất tập trung, vận động không kiểm soát, hành vi quá khích dễ dẫn đến căng thẳng và nguy cơ bị cô lập.

Điều kiện thực hiện biện pháp

GV cần lên kế hoạch thực hiện xây dựng môi trường vật chất và môi trường tinh thần phù hợp với điều kiện của lớp học. Tham mưu với Ban giám hiệu về cơ sở vật chất và trang thiết bị phù hợp.

2.3. Biện pháp 3: Lựa chọn các trò chơi phù hợp với khả năng, nhu cầu của học sinh ADHD và điều kiện lớp học

Mục tiêu của biện pháp

Nhằm chuẩn bị chu đáo cho việc phát triển ngôn ngữ nói cho học sinh qua tổ chức trò chơi một cách tốt nhất, tạo tâm thế tích cực, hào hứng cho học sinh, để học sinh bước vào hoạt động đóng vai theo chủ đề thoải mái nhất, trẻ phát huy được nhiều nhất khả năng giao tiếp của học sinh với bạn.

Nội dung và cách thực hiện biện pháp

Trước khi tổ chức trò chơi, giáo viên cần lập kế hoạch chi tiết, soạn giáo án đầy đủ theo phân phối chương trình và nêu rõ yêu cầu về kiến thức, kỹ năng, thái độ mà trẻ cần đạt. Chủ đề chơi nên gần gũi, quen thuộc với học sinh; đồng thời có thể lồng ghép yếu tố văn hóa địa phương và các hoạt động vui chơi mang tính bản địa để trẻ sử dụng ngôn ngữ quen thuộc. Giáo viên chuẩn bị tốt các chủ đề chơi như trò chơi đóng vai hoặc trò chơi đóng kịch.

Trò chơi phát triển kỹ năng nghe nhằm rèn luyện khả năng lắng nghe, tập trung chú ý để tiếp nhận thông tin, hiểu và phản ứng nhanh bằng hành động/ngôn ngữ. Nội dung có thể gồm: phân biệt âm thanh to–nhỏ, cao–thấp; nhận biết nguồn âm thanh; nghe và làm theo hiệu lệnh; thực hiện các yêu cầu đơn giản (liên quan/không liên quan); nghe và nhắc lại bài hát, câu chuyện; nhắc lại từ bị thiếu. Trò chơi có thể tổ chức ở mọi thời điểm. Do học sinh ADHD khó tập trung, cần thường xuyên thay đổi hình thức để kích thích hứng thú; có thể chơi tập thể, chia đội thi đua để buộc trẻ chú ý. Giáo viên cần dành thời gian hỗ trợ, điều chỉnh mức độ yêu cầu phù hợp từng học sinh và chỉ duy trì khi trẻ còn hứng thú.

Trò chơi phát triển kỹ năng hiểu lời nói nhằm tăng cường nhận thức ngôn ngữ: thực hiện yêu cầu đơn giản, làm theo hiệu lệnh, trả lời câu hỏi dựa trên nghe hiểu, phân biệt đồ vật/con vật theo mô tả, hiểu kí–tín hiệu qua tranh ảnh/vật mẫu, lấy đồ vật theo mô tả. Khi tổ chức, giáo viên làm mẫu bằng lời nói và hành động, nói ngắn gọn, rõ ràng;

nếu trẻ chưa hiểu thì chơi cùng, giải thích thêm hoặc cho bạn làm mẫu để trẻ bắt chước. Trong trò chơi chung cả lớp, giáo viên dành yêu cầu thấp hơn phù hợp; giao tiếp bằng ngôn ngữ đơn giản, chậm rãi, nhìn vào mắt trẻ và nhắc lại khi cần. Có thể dùng trò “Chiếc túi kỳ lạ”, “Thử tài đoán vật” hay trò chơi có luật.

Trò chơi phát triển kỹ năng biểu đạt giúp trẻ tự tin, mạnh dạn, tăng giao tiếp và diễn đạt mạch lạc, hiệu quả nhất qua đóng vai/dóng kịch. Trẻ được thảo luận chọn trò chơi, nhóm chơi, phân vai; thể hiện ngôn ngữ nhân vật; giải quyết mâu thuẫn bằng lời nói và ngôn ngữ cơ thể; tự nhận xét hành vi, thái độ. Việc dùng con rối và đóng kịch tạo cảm xúc mạnh, tăng nhu cầu giao tiếp, giúp trẻ hứng thú, tập trung lắng nghe và phản ứng nhanh; đồng thời cho phép giáo viên tích hợp nội dung giáo dục, nhất là tác phẩm văn học và câu chuyện trong chương trình, để luyện tập ngôn ngữ cho học sinh.

Điều kiện thực hiện biện pháp

Hình thức triển khai xây dựng môi trường nhà trường thuận lợi cho sự phát triển của học sinh có thể rất đa dạng, như: tổ chức tuyên truyền, giáo dục thường xuyên cho GV, học sinh, các cán bộ nhân viên khác trong trường về ý nghĩa của việc tạo dựng các mối quan hệ qua lại tích cực, thân thiện giữa người với người; tổ chức các hoạt động ngoại khóa để tạo cơ hội cho học sinh, GV cùng tham gia; xây dựng và triển khai rộng rãi chương trình rèn luyện kỹ năng sống cho học sinh trong các trường tiểu học, theo hướng lồng ghép hoặc tích hợp vào một số môn học để phát triển một số kỹ năng xúc cảm - xã hội; cải tiến cách đánh giá học sinh, hướng vào quan tâm thực sự đến ý nghĩa tâm lý của sự vươn lên ở mỗi cá nhân học sinh. Hoạt động ngoại khóa để tạo cơ hội cho học sinh, GV cùng tham gia; xây dựng và triển khai rộng rãi chương trình rèn luyện kỹ năng sống cho học sinh trong các trường tiểu học, theo hướng lồng ghép hoặc tích hợp vào một số môn học để phát triển một số kỹ năng xúc cảm - xã hội; cải tiến cách đánh giá học sinh, hướng vào quan tâm thực sự đến ý nghĩa tâm lý của sự vươn lên ở mỗi cá nhân học sinh.

2.4. Biện pháp 4: Đưa trò chơi vào trong các giờ học trên lớp

Mục tiêu của biện pháp

Cung cấp cho trẻ tri thức, kỹ năng giúp trẻ tăng động giảm chú ý phát triển khả năng, tiềm năng học hỏi tốt nhất. Hoạt động học trên lớp chiếm ưu thế trong trường tiểu học. Thông qua học trên lớp học sinh tiếp thu, lĩnh hội được kiến thức, kỹ năng phù hợp. Đưa trò chơi vào trong các giờ học trên lớp nhằm đảm bảo cho trẻ nhận biết đầy đủ các yêu cầu về trò chơi để có thể thực hiện tốt vai chơi

trong suốt quá trình chơi cho đến khi kết thúc việc sắm vai một cách hiệu quả nhất, như việc trẻ nhận biết về các yêu cầu đối với nhân vật mà trẻ sắm vai, các đồ dùng, đồ chơi cần cho vai chơi, các lời thoại mà trẻ phải thể hiện và các động tác, cử chỉ mà trẻ cần biểu cảm.

Nội dung và cách thực hiện biện pháp

Trong hình thức dạy học trên lớp, GV đổi mới phương pháp dạy học theo hướng tăng cường kỹ năng phát triển mối quan hệ bạn bè: Ví dụ: Khi học về các loại đường giao thông, GV có thể tổ chức cho học sinh vẽ về một phương tiện giao thông mà em thích nhất, sau đó tổ chức triển lãm, quan sát các tranh vẽ, phân loại các tranh theo nhóm các phương tiện giao thông và giải thích → khái quát về các loại đường giao thông và phương tiện giao thông tương ứng.

Sử dụng phương pháp nêu vấn đề: Thiết kế bài học/chủ đề với các nhiệm vụ đòi hỏi học sinh phải tham gia thông qua những câu hỏi, tình huống có vấn đề nhằm tạo tính hấp dẫn, kích thích học sinh tìm hiểu, khám phá thêm.

Ví dụ: Học về Chăm sóc và bảo vệ cây trồng (lớp 1)

Tình huống: Cả nhà Nam phải về quê trong hai tuần, Nam rất lo lắng cho chậu hoa của mình vì sợ nó sẽ bị chết. Gợi ý của GV: “Điều gì có thể xảy ra với mỗi giải pháp đó?”; “Làm thế nào để giải quyết được điều đó?” (hướng dẫn cuộc trò chuyện) hoặc “Em có thể làm gì khác?” hoặc “Em có thể thay đổi hoặc có cách làm khác như thế nào?”.

Giáo viên cần xây dựng và sử dụng trò chơi một cách độc đáo để lôi cuốn học sinh suy nghĩ, tìm tòi tri thức, không để xảy ra sự trùng lặp gây nhàm chán (do giáo viên khác đã sử dụng, hoặc tiết học trước đó đã thực hiện trò chơi này), học sinh sẽ không tích cực tư duy trong quá trình thực hiện trò chơi. Thiết lập và duy trì cách ứng xử dựa trên sự tôn trọng giữa GV với học sinh, giữa học sinh với học sinh trong sử dụng phương pháp trò chơi. Mối quan hệ này có thể được thiết lập thông qua những cử chỉ thân thiện, khuyến khích học sinh phát biểu ý kiến, sử dụng nhiều lời khen ngợi, không chê bai; tạo tiếng cười trong mỗi tiết dạy.

Điều kiện thực hiện biện pháp

GV cần lồng ghép trò chơi vào hoạt động dạy trên lớp phù hợp với nội dung tiết học. Xây dựng và chia nhóm cho học sinh để tạo học sinh tương tác, hợp tác, kết nối và chia sẻ để học sinh hoàn thành nhiệm vụ.

2.5. Biện pháp 5: Tổ chức trò chơi tập thể ngoài giờ lên lớp

Mục tiêu của biện pháp

Hiểu được tầm quan trọng của việc tổ chức

hoạt động học cho học sinh, tổ chức trò chơi tập thể ngoài giờ lên lớp để giúp học sinh tăng động giảm chú ý học hòa nhập với môi trường giáo dục bình thường.

Nội dung và cách thực hiện biện pháp

Tổ chức các hoạt động ngoài giờ là tổ chức cho trẻ trong các ngày hội, ngày lễ; các hoạt động giao lưu, thăm quan, tổ chức sinh nhật, các buổi văn nghệ, các trò chơi dân gian nhằm tạo cho học sinh tăng động giảm chú ý có một sân chơi bổ ích, giao lưu với các bạn và tăng cường sự tham gia của trẻ, giáo dục trẻ kỹ năng tự giải quyết vấn đề.

Thay đổi môi trường, hình thức học mới: như các hoạt động diễn ra ngoài trời, học thông qua quan sát thực tế, trải nghiệm..... Các hình thức này giúp các bạn ADHD dễ dàng đón nhận các kết nối với môi trường và bạn bè.

Xây dựng vòng bạn bè: Mục đích cao nhất của việc phát triển kỹ năng xây dựng mối quan hệ bạn bè là trẻ có thể tham gia các hoạt động cùng với trẻ khác.

Tạo nhiều cơ hội để học sinh chơi tự do: Thông thường, các GV hiếm khi tạo cơ hội cho trẻ tự tổ chức trò chơi và tìm bạn chơi vì họ cho rằng thường những học sinh nghịch ngợm sẽ kết nhóm sẽ kết hợp nhóm với nhau và dễ gây mất trật tự, làm hỏng đồ chơi. Kỹ năng phát triển mối quan hệ bạn bè là một trong những hoạt động sống rất cơ bản của học sinh. Vì thế, GV, CMTS đồng hành cùng học sinh trong việc định hướng hình mẫu người bạn học sinh muốn kết giao, hỗ trợ học sinh trong việc hình thành các năng lực giao tiếp và hướng dẫn học sinh xử lý các diễn biến xấu trong mối quan hệ bạn bè. Và đừng quên, chính bạn, đồng thời cũng là một người bạn lớn của học sinh mình”

Điều kiện thực hiện biện pháp

Để sử dụng phương pháp trò chơi giúp học sinh ADHD phát triển mối quan hệ bạn bè trong

lớp hòa nhập, GV cần đa dạng các phương pháp giáo dục. Sử dụng đa dạng các trò chơi cho học sinh. Am hiểu đặc điểm tâm lý của học sinh ADHD. Để tổ chức tốt hoạt động học cho trẻ tăng động giảm chú ý, GV đã thiết kế các giáo án, các nhóm hoạt động phát triển các phương pháp giáo dục chuyên biệt phù hợp với học sinh tăng động giảm chú ý. Các bài học, các nhóm hoạt động phát triển này được thiết kế theo thứ tự ưu tiên dựa trên những vấn đề mà học sinh tăng động giảm chú ý gặp nhiều khó khăn đến những vấn đề mà học sinh gặp hơn trong xã hội nhằm từng bước, từng bước giúp học sinh tăng động giảm chú ý rút ngắn khoảng cách với học sinh bình thường, đưa học sinh tăng động hòa nhập với môi trường giáo dục bình thường, hòa nhập cộng đồng.

III. KẾT LUẬN

Bài viết đã tập trung nghiên cứu và đề xuất một số biện pháp sử dụng trò chơi nhằm phát triển mối quan hệ bạn bè cho học sinh rối loạn tăng động giảm chú ý lớp 1 trong môi trường giáo dục hoà nhập. Các biện pháp được xây dựng dựa trên đặc điểm tâm lý, hành vi của học sinh ADHD cũng như đặc trưng hoạt động vui chơi của lứa tuổi đầu tiểu học, bảo đảm tính phù hợp và khả thi trong thực tiễn giáo dục. Việc tổ chức các trò chơi có mục đích, có sự hướng dẫn và điều chỉnh của giáo viên đã tạo điều kiện cho học sinh ADHD tăng cường giao tiếp, học cách hợp tác, chia sẻ và tuân thủ luật chơi, từ đó từng bước hình thành và củng cố mối quan hệ bạn bè tích cực với các bạn trong lớp. Qua đó, trò chơi không chỉ là phương tiện hỗ trợ học tập mà còn là công cụ hiệu quả góp phần nâng cao chất lượng giáo dục hoà nhập và thúc đẩy sự phát triển toàn diện cho học sinh rối loạn tăng động giảm chú ý lớp 1.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Nguy Hữu Tâm (2016), “*Cẩm nang về chứng rối loạn tăng động giảm chú ý*”. NXB Y học.
- Nguyễn Thị Hòa (2018), “*Biện pháp can thiệp hành vi cho học sinh tăng động giảm chú ý lớp 1 hòa nhập*”, Luận văn thạc sĩ Đại học Sư phạm Hà Nội.
- Đặng Hoàng Minh và Hoàng Cẩm Tú (2000), *Tìm hiểu hội chứng tăng động giảm chú ý đối với học tập ở trẻ em*, Nxb Đại học Quốc Gia Hà Nội
- Nguyễn Thị Vân Thanh (2010), *Đặc điểm tâm lý tâm sàng của học sinh tiểu học có rối loạn tăng động giảm chú ý*, Luận án tiến sĩ Tâm lý học, Viện Tâm lý học.