

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
«Детский сад комбинированного вида №223 «Лебёдушка»

**КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР «ЛЕБЁДУШКА»**

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«Формирование навыков общения в процессе физического воспитания у детей с расстройством аутистического спектра»**



Подготовила учитель-дефектолог  
первой квалификационной категории  
Сатрукова Лилия Александровна

Способность человека к общению - это одно из главнейших условий его качественного существования в социуме. Именно благодаря навыкам коммуникации, взаимодействию людей друг с другом формируется личность ребенка.

Проблема коммуникации наиболее остро стоит, когда мы говорим о таком диагнозе как расстройство аутистического спектра. Наиболее характерные черты для детей с РАС - это стереотипное поведение (так называемые «стимы» - заикленность на каких-то действиях, предметах), нарушение коммуникации и отсутствие явной мотивации к социальному взаимодействию. Независимо от того есть у ребенка речь или нет, он испытывает значительные сложности в процессе общения с окружающим миром: ему трудно выйти из своей зоны комфорта, в крайних случаях даже переносить непосредственно физический контакт с другим человеком. Стремление понять своего ребенка с аутизмом, выявить особенности его развития и максимально его социализировать – это те основные задачи, которые стоят перед родителями.

Одним из главнейших и важнейших принципов в реабилитации детей с РАС - принцип комплексности. Очень важно учитывать тот факт, что одинаково важны все сферы развития ребенка: речевое развитие, социальное и физическое.

Физическое воспитание является важным разделом в комплексном подходе в реабилитации детей с РАС. Такой ребенок испытывает огромные трудности с сенсорным восприятием своего тела в пространстве. Часто эти дети неуклюжи, моторно расторможены. У них отмечается повышенная чувствительность к звукам, прикосновениям. Некоторые не воспринимают боль. Они не чувствуют должным образом свои конечности, не могут ловить и удерживать мяч, держать в руке ложку или карандаш. Они могут быть ловки в одном, например, проворно лазают по возвышенностям, однако, как ни странно, при ходьбе или беге их ноги заплетаются, они падают «на ровном месте». Тем не менее, хорошо развитая сенсорная рецептивная система и общая моторика важна для познавательного развития ребенка и для его социализации.

Бесспорно, в случае с детьми с аутизмом, мы говорим об адаптивной физической культуре. Не стоит забывать, что в данном случае речь идет о другом типе нервной системы отличной от нормотипических детей. Дети с РАС не предрасположены к активному общению и взаимодействию с другими детьми. Их тяжело вовлечь в совместную игру, т.к. в основном их действия с игрушками и предметами носят манипулятивный характер.

В процессе проведения занятий адаптивной физической культурой помимо таких задач, как развитие координации, зрительно-двигательной ориентации, точности правильного восприятия пространства, важно сделать акцент на эмоциональный заряд упражнений и игр. Родителям нужно заражать своим энтузиазмом и энергией. Игры с мячом, игры-занятия с гимнастическими палками в парах, в том числе с элементами самомассажа., совместное накрывание друг друга покрывалом и т.д. важно обогатить потешками и стихами, эмоциональными возгласами и смехом. Каждое движение должно иметь речевое сопровождение. Основной задачей этих упражнений должно быть обучение навыку совместного взаимодействия детей между собой путем значительной мотивации со стороны взрослого. Очень важно понимание того, что в процессе занятий физической культурой необходимо организовать процесс таким образом, чтобы ребенок воспринимал его как развлечение. Поощряйте за каждую правильно проведенную тренировку чем-нибудь приятным, желаемым. Не стоит забывать что, несмотря на значительные трудности в процессе коммуникации у аутичных детей, они также любят играть и нуждаются в нашей любви, заботе и внимании.

#### **УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАЦИИ:**



##### **Марш на месте**

Несложные действия, рассчитанные на улучшение координации подходят для отработки навыка подражания взрослому. Начинать стоит с переступания ногами, постепенно усложняя действия, а в конце добавляя к шагам ритмичные взмахи руками. Можно разнообразить шаги счётом или декламировать простые стихотворения в ритм.



##### **Совместный бег**

Можно взять ребёнка за руку и под радостные возгласы и смех побегать вместе, а продолжить действия одновременными прыжками лицом друг к другу, взявшись за руки.



### **Прыжки на батуте**

Не только помогают развить координацию и моторику, улучшить навыки управления собственным телом, но и снизят частоту припадков повторяющегося поведения. Несколько минут прыжков снимают сенсорную перегрузку, давая необходимый отдых органам чувств.



### **Игры с мячом**

Начинать стоит с простого перекатывания, постепенно усложняя определенные действия. Это улучшит моторику и навыки слежения за объектом. Позже возможно использовать мячи, организовывая парную работу, улучшая коммуникативные навыки.



### **Занятия в бассейне.**

Также хорошо отражаются на равновесии, моторике детей с аутизмом.



### **Занятия для равновесия**

Для детей с расстройствами аутистического спектра удержание равновесия зачастую является очень сложной задачей, в то время как многие упражнения на развитие крупной моторики требуют от ребенка хорошего чувства равновесия. Проведите тестирование и проверьте, может ли ребенок неподвижно стоять с закрытыми глазами и не терять равновесия. Это поможет вам определить, сколько потребуется работать над развитием навыков удержания равновесия. Можно начать с движения ребенка по тонкой линии, а затем постепенно перейти к балансировке на специальных качелях.



### **Велосипеды и самокаты**

Велосипеды для аутичных детей не обязательно должны быть спроектированы специальным образом для удовлетворения потребностей детей с расстройствами аутистического спектра, однако некоторые из таких адаптированных моделей обладают дополнительными преимуществами. Двухколесные и трехколесные

велосипеды помогают развивать не только чувство равновесия, но и укрепляют мышцы ног у ребенка. Задание предполагает способность передвигаться на велосипеде, концентрируясь на направлении его движения, что может оказаться довольно сложной задачей для многих детей.



### **Танцы**

Родители и специалисты могут использовать танцы под музыку для того, чтобы стимулировать формирование навыков моторной имитации и других повседневных жизненных навыков. Идеи для танцевальной деятельности охватывают уборку, чистку зубов, игры с замиранием и т.п.



### **Символические игры**

Символические игры зачастую представляют собой серьезную проблему для аутичных детей. Многим из них будет легче работать над своим воображением, если подобные игры будут предполагать двигательную активность. Вот несколько идей символических игр для развития моторных навыков:

- «Летаем как самолетик»
- «Прыгаем как кролик»
- «Одеваемся»



### **Игры с коробками, туннелями.**

Когда дело касается подбора различных увлекательных занятий для детей, специалистов и родителей часто выручает такой простой предмет, как обычная картонная коробка. Для начала поощрите ребенка к тому, чтобы он наступил в коробку, а затем снова вышел за ее пределы. Постепенно усложняйте эту задачу, придумывая последовательности шагов или используя более глубокие коробки. Ползание по туннелю зачастую оказывается невероятно увлекательной деятельностью для ребенка, который одновременно тренирует свои моторные навыки и развивает чувство неизменности и устойчивости объектов. В этот вид деятельности также можно включить социальные навыки, используя такие игры как «прятки», поиск спрятанных вещей и символические игры. Необязательно покупать

специальный туннель для того, чтобы ребенок мог насладиться этим занятием. Можно выстроить в ряд большие картонные коробки или построить туннель из стульев и одеял. Игры в туннеле могут быть преобразованы во множество других занятий, начиная от игры в поезд и заканчивая воображаемым лагерем.



### **Полоса препятствий**

Полоса препятствий представляет собой уникальный комплекс упражнений для развития навыков крупной моторики. Кросс не обязательно должен быть сложным для того, чтобы быть эффективным. На самом деле, инструкторы и родители могут начать с кросса, который будет состоять всего лишь из одного препятствия, и постепенно дополнять его различными упражнениями. Самые простые идеи для полосы препятствий включают в себя:

- «Крабовую» походку
- Прыжки лягушкой
- Перекатывания
- Прыжки на скакалке
- Ходьбу по линии
- Лазание по предметам и т.п.

Полоса препятствий представляет собой прекрасную возможность использования разнообразных упражнений на крупную моторику, кроме того, их можно применять для занятий с аутичными детьми по упорядочиванию последовательности действий. А совместные занятия с родителями позволяют укрепить эмоциональную связь и развивать коммуникативные навыки.