

УДК 796.011.3:616

Булгакова Т.М.¹, Жукова Г.В.²

¹ канд. пед. наук, доц., Національний університет фізичного виховання і спорту України

² канд. пед. наук, старш. викл., Національний університет фізичного виховання і спорту України

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ

Анотація. У статті розглядається роль фізичного виховання у розвитку дітей із розладами аутистичного спектра. Проведений аналіз доводить, що фізична активність позитивно впливає на розвиток рухових навичок та фізичних якостей, що сприяє психічному розвитку, ефективна в корекції багатьох форм неадекватної поведінки. Відзначена важливість правильної організації фізичного виховання та добору видів рухової активності.

Ключові слова: діти з розладами аутистичного спектру, фізичний розвиток, психічний розвиток.

Abstract. The role of physical education in the development of children with autism spectrum disorders is examined in the article. The conducted analysis proves that physical activity has a positive effect on the development of motor skills and physical qualities, which contributes to mental development, is effective in correcting many forms of inappropriate behavior. The importance of the correct organization of physical education and the selection of types of motor activity is noted.

Key words: children with autism spectrum disorders, physical development, mental development.

Особливості розвитку дітей з розладами аутистичного спектру повинні бути враховані починаючи з перших місяців життя. Перш за все, така дитина рано починає уникати взаємодії з дорослими: не прагне притискатися до дорослих, коли її беруть на руки, не дивиться в очі, уникає прямого погляду. У дітей можуть бути різні прояви аутистичного спектру, тому кожен випадок має розглядатися окремо. Потрібно враховувати узагальнюючі риси, за рахунок яких можна будувати напрям дій під час фізичного виховання.

Лікувальні принципи аутизму під час впровадження рухової активності базуються на відпрацьовуванні певних сценаріїв поведінки та активному цілеспрямованому спілкуванні. Зниження проявів аутистичних розладів в першу чергу залежить від дій батьків. Вони повинні бути терпимими і послідовними в навчанні і вихованні дитини з аутистичними проявами, створюючи вдома і в усьому оточуючому середовищі

максимально спокійну обстановку. Для цього слід забезпечити власне психічне здоров'я, де головним є відпочинок та відвідування психолога для консультацій по власному здоров'ю і вихованню дитини з особливими потребами. Допомога батьків є не менш важливою від педагогів і психологів, особливо в закладах освіти і на вулиці. Батьки послідовно підводять дитину до розуміння, що вона потребує і може спілкуватися вербально і гратися із однолітками [5, с. 83-87].

Проведення занять з фізичної культури для дітей з розладами аутистичного спектру не можливе без попередньої і одночасної психолого-корекційної роботи. Навчальний процес з дітьми з особливими освітніми потребами є довготривалим та має бути націлений на постійний пошук відповідних шляхів корекції та формування моделі поведінки у соціумі саме цієї дитини [2]. Дотримуючись усіх рекомендацій психологів, лікарів та педагогів можливе досягнення успіху.

Дітям із розладами аутистичного спектру рекомендовано використання «знайомого простору»; чітке формулювання zasad та окреслення сфер дій цих правил; поступовий розвиток навичок самообслуговування; формування адекватної моделі поведінки в соціумі; формування системи заохочення, яка буде дієвою саме для цієї дитини; розвиток потреби у взаємодії з оточуючими; навчання розбивати на невеликі доступні етапи для полегшення його засвоєння та розуміння; корекційна робота щодо появи можливих соціальних проблем, пов'язаних з соціальною взаємодією. Їм не рекомендовано часте використання змін у середовищі, нових сенсорних подразників; фізичне і емоційне перевтомлення; бездіяльність і очікування самостійного розвитку; попередження негативного досвіду дитини щодо її несприйняття у дитячому і дорослому середовищі; намагання маніпуляції дітьми, демонстрація негативного або зверхнього ставлення [4].

Учені наголошують, що для задоволення освітніх потреб дітей із порушеннями аутистичного спектру необхідно приділити корекції уваги. Це можна зробити, якщо завдання пропонувати в ігровій формі для зацікавлення дітей і виклику в них позитивної мотивації; постановку посильних завдань; дотримання рекомендацій щодо застосування матеріалу та технічних засобів навчання; мінімального дозування обсягу і темпу матеріалу; поділ матеріалу на логічно завершені частини, роблячи його групування на основі спільних ознак; використання знайомих «зорових опор»; використання знайомих навчальних алгоритмів; орієнтація дітей на мовленнєву регуляцію в процесі виконання навчальних робіт; позитивна оцінка роботи і відповідей дітей із врахуванням конкретних порушень мислення, мовлення і пам'яті учнів; на всіх етапах

виконання навчально-корекційних завдань урахування стану їхньої працездатності; забезпечення комфортної атмосфери для спілкування і навчання дітей з розладами аутистичного спектру [3].

Дітям з особливими потребами зазвичай потрібно більше фізичних вправ, ніж іншим дітям. Ці вправи будуть спрямовані на оздоровлення та терапевтичний ефект. Активні фізичні вправи, такі як біг та плавання, у деяких випадках будуть ефективніші та зможуть надати заспокійливу дію, оскільки вони дають можливість переключитися зі стереотипних рухів та легше засвоїти базові рухи та типові ігри на воді.

Труднощі у засвоєнні відповідних для віку програм фізичної активності можуть виникати через нездатність дітей впоратися з слуховими, візуальними та тактильними подразниками у відкритому незнайомому просторі. Ця нездатність може виявлятися різноманітними формами поведінки, такими як надмірна чутливість (спалахи гніву, метушливість, невпорядкована ходьба); дефіцит мовлення та когнітивних здібностей; бажання уникнути змін; проблеми з перенесенням звичних занять з однієї обстановки в іншу. Діти з розладами аутистичного спектру можуть мати низький рівень фізичної підготовки через нижчий рівень інтересу чи мотивації. Рухова активність повинна включати фізичні навантаження чи ігри із циклічним характером – біг, стрибки, їзда на велосипеді [1].

Тренерам чи вчителям фізичної культури потрібна постійна співпраця із психологами і спеціальними педагогами щодо фізичного виховання, рухової активності чи використання обладнання. Найкращим варіантом може бути, коли педагоги, які співпрацюють із дітьми із особливими потребами, мають спеціальну чи психологічну освіту [6].

Отже, роль фізичного виховання дітей із розладами аутистичного спектру надзвичайно значуща. Дослідження вказують на широкий спектр впливу занять фізичною культурою на позитивний розвиток багатьох функцій від моторних функцій до академічної успішності і вдалої соціалізації. Необхідно включати дітей у оздоровчі форми занять з фізичного виховання. Особливо успішними вважаються такі види спорту, як плавання, біг, стрибки в силу того, що саме ці види занять знижують стереотипізацію рухів у дітей із розладами аутистичного спектру.

Список використаних джерел

1. Данилевич М. В., Стефанишин М. В. Засоби фізичного виховання школярів з розладами аутичного спектра. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2023. Випуск 6. С. 51–55.
2. Демиденко М. Вплив фізичного виховання на розвиток дітей з розладом аутистичного спектра. *Розвиток сучасної освіти і науки*:

результати, проблеми, перспективи. Том XV: Наукові пошуки в контексті викликів і конфліктів; за ред. Гжесяк Я., Зимомря І., Ільницького В. Конінін – Ужгород – Перемишль – Херсон: Посвіт, 2023. С. 182–184.

3. Ляхова І. М., Баришников А. О. Методики корекції психомоторного розвитку дітей дошкільного віку з розладами аутистичного спектру. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2023. Випуск 6. С. 93–96.

4. Морозюк Т.Р. Зарубіжний досвід корекційно-виховної роботи дітей з аутизмом. *Теоретичні основи педагогіки й сучасні аспекти виховання*: матеріали наук.-практ. конф., м. Хмельницький, 13-14 травня 2022 р. Херсон: Видавництво «Молодий вчений», 2022. С. 43–48.

5. Тарасун В. В. Концепція розвитку, навчання і соціалізації дітей з аутизмом: навч. посіб. для вищих навчальних закладів. Київ: Науковий світ, 2004. 100 с.

6. Хамаде А., Боднар І. Ефективність програми інклюзивного фізичного виховання у формуванні психофізичної готовності до навчання дітей із розладами аутичного спектра. *Молода спортивна наука України*. 2022. Т. 2. С. 39–40.