

ПЛАКСУНОВА Э.В.

Влияние занятий по программе адаптивного физического воспитания «Моторная азбука» на двигательное и психомоторное развитие детей с расстройствами аутистического спектра*

Известно, что широкий спектр нарушений у детей с расстройствами аутистического спектра возникает даже на фоне неглубоко искаженных интеллектуальных функций. Ребёнок, страдающий аутизмом и имеющий высокий тестируемый интеллект, зачастую имеет тяжёлые нарушения мотивации действий (Томас Й. Вейтс, 1992). Кроме того, нарушения двигательной сферы усугубляются характерными поведенческими особенностями аутичных детей с недостаточностью социального взаимодействия, взаимной коммуникации, недораз-

витием воображения (Гилберт К., Питерс Т., 2002).

Нарушение регуляторных механизмов центральной нервной системы, сенсорных коррекций, обеспечивающих регулирование позы и движений, рецепторных систем (проприорецепции, вестибулярного аппарата), нервно-мышечных механизмов, проводящих путей и других структур, участвующих в управлении движениями, являются главными причинами «разбалансирования» и координационных расстройств в двигательной сфере детей с на-

* Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта РГНФ «Разработка программы адаптивного физического воспитания для аутичных детей дошкольного и младшего школьного возраста», проект № 08-06-00399а.

рушенным развитием (Вайзман Н.П., 1976; Мастюкова Е.М., 1985).

Таким образом, дети, страдающие расстройствами аутистического спектра, нуждаются в специально организованных занятиях, направленных на стимуляцию соматогностических функций, развитие движений в пространстве собственного тела и во внешнем пространственном поле, а также в специальных приёмах и методах обучения.

Для организации и проведения таких занятий автором разработана программа «Моторная азбука», которая базируется на теории уровневого построения движений Н.А. Бернштейна (1947), методике обучения движениям детей дошкольного возраста С.В. Маланова (2001), методах коррекции раннего детского аутизма Е.В. Максимовой (2008).

Данная программа позволяет организовать занятия, направленные на стимуляцию соматогностических функций, развитие движений в пространстве собственного тела и внешнем пространственном поле.

Систематические и структурированные занятия, организованные по данной программе, позволят детям с расстройствами аутистического спектра достаточно эффективно освоить необходимые двигательные умения и навыки, а также получить оптимальную функциональную подготовку.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

- Развитие у детей имитационных способностей.
- Стимулирование детей к выполнению инструкций.
- Формирование у детей навыков произвольной организации движений собственного тела (движений в пространстве собственного тела и внешнем пространстве).

- Воспитание коммуникационных функций и способностей детей взаимодействовать в коллективе.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

В содержание программы вошли следующие классы действий, в соответствии с закономерностями формирования уровней построения движений:

Действия, требующие ориентировки в пространстве тела:

- Упражнения на развитие умения выполнять действия, требующие ориентировки в пространстве тела.

Действия, обеспечивающие различные виды перемещения ребёнка во внешнем пространственном поле — бег, прыжки, лазания, ползания и т.д.:

- Упражнения на перемещение во внешнем пространственном поле.
- Упражнения на преодоление и обход внешних препятствий.

Точные «прицельные» действия в пространственном поле без предметов и с разнообразными предметами:

- Упражнения на точность перемещений во внешнем пространственном поле.
- Упражнения на развитие умения в пространственном поле выполнять точные, «прицельные» действия с предметами.

В процессе занятий по программе «Моторная азбука», помимо включения указанных классов двигательных действий, важным является развитие двигательной рефлексивности аутичных детей:

- Умение осознавать выполняемые действия — называть выполняемые движения, рассказывать о движениях, о том, с какой целью, как и в какой последовательности выполняются разнообразные двигательные действия.

Осознанное участие в выполнении движения является как целью обуче-

ния, так и признаком успешного развития восприятия и навыков воспроизведения. Для этого на занятиях широко используется метод «Я-терапии» (проговаривание выполняемых двигательных действий от первого лица).

Учитывая своеобразие развития двигательных функций у детей с расстройствами аутистического спектра, адаптивное физическое воспитание ставит важные задачи, направленные на формирование у детей с аутизмом соматогностических представлений как основы для формирования движений и действий внешнего пространственного поля. Важность развития движений и действий во внешнем пространстве у детей с расстройствами аутистического спектра также не вызывает сомнений. В процессе выполнения упражнений во внешнем пространственном поле как нельзя лучше происходит осознание себя и своего тела в пространстве, восприятие Я как объекта пространства, и это способствует правильному психическому развитию ребёнка.

Однако процесс адаптивного физического воспитания – это ещё и укрепление здоровья детей, своевременное формирование двигательных умений, навыков и основных физических качеств, коррекция нарушений двигательной сферы, стимуляция физического и двигательного развития, создание предпосылок и стимуляция интеллектуального и речевого развития; это также педагогический процесс формирования личности, обеспечивающий условия для последующей социальной адаптации и интеграции детей. И всё это возможно осуществить, только лишь опираясь на нижележащие уровни психофизиологической регуляции и коррекции, которые у детей с аутизмом необходимо стимулировать и развивать.

Среди задач, которые решались в процессе психомоторной коррекции детей с расстройствами аутистического спектра, занимающихся по программе

ОСОБЫЕ ДЕТИ – ОСОБЫЙ ВЗГЛЯД НА МИР



ОСОБЫЕ ДЕТИ – ОСОБЫЙ ВЗГЛЯД НА МИР



«Моторная азбука», необходимо выделить следующие:

1 Блок

- Регулировать мышечный тонус;
- Учить удерживать позу;
- Стимулировать вестибулярное восприятие;

2 Блок

- Формировать схему тела;
- Развивать способность совершать независимые движения различными группами мышц (устранять синкинезии);

- Развивать способность совершать независимые одновременные и реципрокные моторные взаимодействия (голова, руки, тело, ноги);

- Развивать динамический аспект организации движений: плавность, серийность, ритмичность;

3 Блок

- Формировать пространственные отношения;
- Развивать чувство равновесия;
- Развивать ловкость;
- Развивать точность и координацию движений.

Среди **основных средств** развития двигательной сферы детей с расстройствами аутистического спектра следует рассматривать упражнения, направленные на коррекцию тонических нарушений уровня позы; на коррекцию и стимуляцию развития движений в пространстве собственного тела; направленные на коррекцию и стимуляцию движений во внешнем пространственном поле.

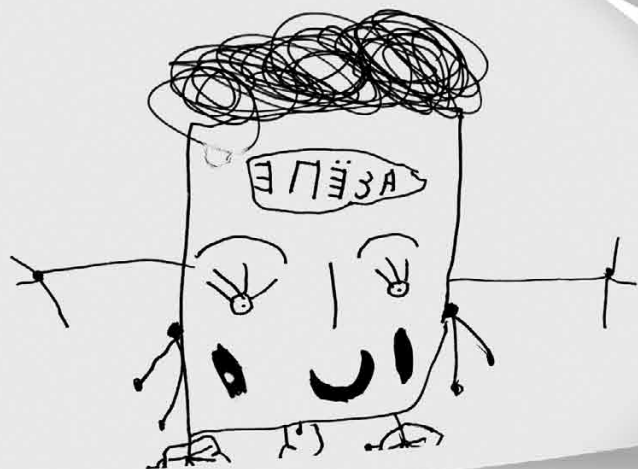
В результате коррекции и развития движений уровня позы с помощью упражнений, стимулирующих глубокую чувствительность (массаж, самомассаж, крепкие объятия); упражнений на постуральные мышцы спины (мышцы, главным образом разгибающие, которые служат для поддержания вертикального положения тела и преодоления силы тяжести) – удержания, растяжки, скручивания; упражнений, сти-

мулирующих вестибулярное восприятие, воздействующих на вестибулярный аппарат (разнообразные изменения положения головы относительно силы тяжести, стойки, упражнения на равновесие) у детей с аутизмом появляются ощущения собственного тела, нормализуется мышечный тонус, восстанавливается вестибулярное восприятие. Это приводит к ослаблению или исчезновению страхов у ребенка, уменьшению его аутизации, появлению тонического ответа при телесном контакте, и как результат, развивается общение ребенка сначала с родителями, затем с другими детьми и взрослыми, появляется возможность социализации ребенка (Е.В. Максимова, 2008).

В результате коррекции и развития движений уровня синергии с помощью упражнений, стимулирующих врожденные двигательные реакции (опора на локти, ладони, колени, стопы, пальцы, пятки); стимулирующих проксимальные отделы конечностей (ротационные движения); дистальные отделы конечностей (отталкивающие движения); стимулирующих взаимоконтактное подстраивание (упражнения с партнером); гимнастических, силовых, акробатических упражнений у детей с аутизмом появляется целостное восприятие собственного тела, уменьшаются двигательные стереотипии и лишние движения, развивается взаимоконтактное общение.

Как следствие коррекции и развития движений уровня пространственного поля с помощью упражнений в основных локомоциях; упражнений на точность; упражнений, стимулирующих подражание, у аутичных детей улучшается восприятие внешнего пространства, возникают целевые движения, происходит улучшение зрительно-двигательной координации, появляются прямой взгляд и указательный жест, умение подражать, корректируются основные движения.

ОСОБЫЕ ДЕТИ – ОСОБЫЙ ВЗГЛЯД НА МИР



Таким образом, занятия, организованные по программе «Моторная азбука», направленные на стимуляцию соматогностических функций, развитие движений в пространстве собственного тела и внешнем пространственном поле, позволяют улучшить контроль за собственной двигательной деятельнос-

тью у детей с расстройствами аутистического спектра, способствуют появлению предпосылок для произвольной организации движений, деятельность детей становится более целенаправленной, улучшается координация движений, зрительно-моторная координация и пространственная ориентировка. ■

Литература

1. Бернштейн Н.А. О построении движений. — М., 1947.
2. Вайзман Н.П. Психомоторика умственно отсталых детей. — М., 1976.
3. Гилберт К., Питерс Т. Аутизм: Медицинское и педагогическое воздействие: Книга для педагогов-дефектологов / Пер. с англ. О.В. Деряевой; под науч. ред. Л.М. Шипицыной; Д.Н. Исаева. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. — 144 с. — (Коррекционная педагогика).
4. Максимова Е.В. Уровни общения. Причины возникновения раннего детского аутизма и его коррекция на основе теории Н.А. Бернштейна. — М.: Изд-во «Диалог-МИФИ», 2008. — 288 с.
5. Маланов С.В. Развитие умений и способностей у детей дошкольного возраста. Теоретические и методические материалы. — М.: МПСИ; Изд-во НПО «МОДЕК», 2004.
6. Мастюкова Е.М. Двигательные нарушения у детей с церебральным параличом. — М., 1985.
7. Томас Й. Вейтс. Как помочь ребёнку? Московский Центр вальфдорфской педагогики. М., 1992. — 168 с.