

СПРЯМОВАНІСТЬ ЗАСОБІВ ПРОГРАМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ІЗ РОЗЛАДАМИ АУТИЧНОГО СПЕКТРА

Олександра ПЕТРУСЕНКО

*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна*

Вступ. Останніми роками в навчальні заклади України (і всього світу) вступає щоразу більше дітей із розладами аутичного спектра (РАС), тому постає важливе питання уведення дітей із РАС у процес шкільного ФВ. Якщо порівняти дані п'ятирічної давнини із актуальними (1 січня 2020 року), то дітей, які навчалися в інклюзивних класах, стало усемеро більше. У зв'язку з тим, що інклюзивна освіта поступово набирає обертів, перед суспільством постає важливе питання про навчання цих дітей в інклюзивних класах. Щоб створити нормальний загальний освітній процес для всіх разом, потрібний особливий індивідуальний підхід (кропіткої роботи) до кожної особливої дитини. Правильно організована робота всіх учасників корекційно-освітнього процесу (зокрема підібрані засоби програм фізичного виховання) допоможе розвитку соціально-комунікативних і адаптивних навичок дітей, підвищить рівень їхньої мотивації, знизить негативні (емоційно-особистісні прояви). Усе це сприятиме соціальної та психологічної адаптації дітей та їхній інтеграції в суспільство.

Мета – з'ясувати спрямованість засобів програм фізичного виховання для поліпшення адаптивності дітей з аутизмом.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, зокрема добірки наукових статей із 2000–2020 рр., які містили опис програм втручання у процес фізичного виховання дітей з аутизмом для розвитку їхніх адаптивних здібностей.

Результати. Серед джерел спеціальної літератури можна виокремити низку досліджень, присвячених доведенню позитивного ефекту застосування різних засобів терапії (голко-, LEGO-, музико-, гідро- та іпотерапії) [1, 2], щоб поліпшити адаптивність дітей із РАС. Одні з них, наприклад, голковколювання, LEGO-терапію або їхні елементи можна адаптувати до застосування на шкільному уроці фізичної культури (ходьба по ребристій дошці, командні змагання із побудови вежі з кубиків LEGO тощо). Інші види терапій: музико-, гідро- та іпотерапія [2] тощо містять традиційні для уроків фізичного виховання школярів засоби, зокрема вправи під музичний супровід, вправи у воді, катання на конях / імітацію верхової їзди під час стрибків на фітболах.

Є багато досліджень із пріоритетним застосуванням специфічних засобів фізичного виховання для підвищення адаптивних можливостей дітей із РАС. Вплив цих програм теж дуже ефективний. Так, автори [3], довели позитивні наслідки застосування низки засобів фізичного виховання: верхової їзди, йоги, танців, бойових мистецтв, танців, плавання. Проаналізувавши зміст цих засобів фізичного виховання, бачимо, що велика група із вказаних видів рухової активності спрямована на розвиток координованості рухів: спритності (настільний теніс), точності дрібних рухів пальцями чи кистю (LEGO-терапія, настільний теніс), формування ритму (танці, іпотерапія, плавання), рівноваги (йога, катання на конях), координованості рухів у просторі (ката, танці, теніс, йога). Є також об'ємна група досліджень [5], які доводять, що для розвитку адаптивності дітей із РАС мають переважати вправи, спрямовані на розвиток витривалості.

Висновки. Усі програми фізичного виховання для поліпшення адаптивності дітей з аутизмом можна поділити на дві групи: на розвиток спритності і витривалості. Проте досліджень,

які підтвердили високу ефективність тих чи тих засобів фізичного виховання, не проводили. Отож у подальших дослідженнях намагатимемося встановити, яка програма, з переважанням засобів якого спрямування, буде найбільш ефективною.

Список використаних джерел

1. Kern L. The influence of vigorous versus mild exercise on autistic stereotyped behaviors / Lynn Kern, Robert L. Koegel, Glen Dunlap // *Journal of Autism and Developmental Disorders.* – 1984. – Vol. 14. – P. 57–67.
2. Cheuk D. KL. Acupuncture for autism spectrum disorders (ASD) / Daniel KL Cheuk, Virginia Wong, Wen Xiong Chen // *Cochrane Database of Systematic Reviews.* – 2011. – Is. 9.
3. Music therapy for people with autism spectrum disorder / Geretsegger M., Elefant C., Mössler K.A., Gold C. // *Cochrane Database of Systematic Reviews.* – 2014. – Is. 6.
4. Bremer E. A systematic review of the behavioural outcomes following exercise interventions for children and youth with autism spectrum disorder / Emily Bremer, Michael Crozier, Meghann Lloyd // *Autism.* – 2016. – Vol. 20. – P. 899–915.
5. Хамаде А. Фізична працездатність, фізична підготовленість та фізична активність школярів з розладами аутичного спектру / Хамаде Алі, Боднар Іванна // *Спортивний вісник Придніпров'я.* – 2020. – № 1. – С. 414–422.
6. The efficacy of a 9-month treadmill walking program on the exercise capacity and weight reduction for adolescents with severe autism / Kenneth H. Pitetti, Andrew D. Rendoff, Travis Grover, Michael W. Beets // *Journal of autism and developmental disorders.* – 2007. – Vol. 37. – P. 997–1006.