

Кроме того, от положительных эмоций, которые получил ребенок на занятии появились новые фразы, ребенок старается пересказывать родителям как проходило его занятие, рассказывает свои успехи. После занятий ребенок ведет себя более спокойно.

**Выводы.** Исходя из полученных результатов, описанных выше, можно заключить:

1. Обучение детей с расстройствами аутистического спектра будет происходить с постоянным повторением отработанных элементов начального обучения плавания большее количество занятий, что увеличивает время их обучения.
2. Использование экспериментального инвентаря для плавания, помогает ускорить процесс обучения первоначальным навыкам плавания через ассоциации, возникающие при непосредственном контакте.
3. Гидрореабилитация помогает не только развиваться ребенку физически, но и способствует снятию повышенной возбудимости, стимулирует умственную деятельность, повышает речевую активность и словарный запас.

#### Литература

1. Руднева Л., Академия дополнительного профессионального образования // Содержание и организация адаптивного физического воспитания детей с умственной отсталостью и нарушением речи 2018. Электронный ресурс: [https://sdo.adpo.edu.ru/pluginfile.php/100292/mod\\_resource/content/2/index.html](https://sdo.adpo.edu.ru/pluginfile.php/100292/mod_resource/content/2/index.html)
2. Мартынова О. Г., Валишин Э. Х. Графическое обоснование адаптивной физической культуры как технологии реабилитации детей с расстройствами аутистического спектра // Молодой ученый. — 2017. — №4. — С. 337-342. — Электронный ресурс: <https://moluch.ru/archive/138/38777/>
3. Фонд содействия решению проблем аутизма в России «Выход», что такое аутизм. [электронный ресурс]: <https://outfund.ru/chto-takoe-autizm/>
4. Аква- доктор. Плавание для детей, страдающих аутизмом. [электронный ресурс]: <https://akvadoctor.ru/plavanie-dlya-detey-stradaushih-autizmom.html>
5. Булгакова Н.Ж., Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. Пособие для студ. высш. Учеб. Заведений / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов и др.; под ред. Н.Ж. Булгаковой. - М.: Издательский центр «Академия», 2005. - 432с.
6. Натарова К.А., Расстройства аутистического спектра (клинико – динамические, региональные и семейные аспекты). - Томск : Изд-во «Иван Федоров», 2012. - 192с.
7. Осокина Т.И. Как научить детей плавать: пособие для воспитателя дет. Сада. – 3-е изд., дораб. и доп. – М.: Просвещение, 1985. – 80 с.

## НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ В УСЛОВИЯХ ВОДНОЙ СРЕДЫ

**Черномор А.В., Климова В.К.**

*Белгородский государственный национальный исследовательский университет,  
Россия, г.Белгород  
novoross\_1985@mail.ru; klimova@bsu.edu.ru*

**Аннотация.** Проблема расстройств аутистического спектра у детей (РАС) является весьма актуальной и мало изученной. Применение в процессе физической реабилитации таких детей плавания (гидрокинезотерапии) дает положительные результаты при соблюдении определенных методических подходов.

**Ключевые слова:** аутизм, плавание, правильное построение занятий.

Аутизм (как и любая другая болезнь) возникает при совокупности различных факторов, которые приводят к сбою в работе определенных отделов головного мозга и нарушению нейронных связей. Мозг перестает отдавать «правильные» приказы для четкой работы нервной системы, что приводит к аутизму, а потом и к более серьезным последствиям, представляющим реальную угрозу для здоровья, а иногда и жизни. Нарушение развития проявляется в трудности в общении, ограниченности интересов и повторяющемся поведении. Про таких детей говорят, что у них «рваное развитие»: в каких-то навыках ребенок может даже в чем-то опережать сверстников, а в чем-то очень отстает. У людей с расстройствами аутистического спектра отмечается высокая тревожность, сложности со сном, они быстро утомляются, не выносят громких звуков, резких запахов или прикосновений и так далее.

Обучение плаванию, в том числе детей-аутистов, решает задачи государственного значения, так как плавание является одним из эффективных оздоровительных средств и безмедикаментозной реабилитацией, существенно повышает уровень физического, умственного и психического развития ребенка, поднимает его социальный статус, адаптируя к современным требованиям общественного развития и служит основной профилактической мерой в предупреждении несчастных случаев на воде [1,2],

Занятия плаванием и другие водные процедуры (закаливание водой разной температуры) благотворно способствуют не только физическому укреплению организма, но и улучшению эмоционального состояния ребенка с ограниченными возможностями, позволяют поверить в собственные силы, способствуют скорейшей и успешной адаптации ребенка в коллективе [3]. Выявлено, что успешная адаптация ребенка с отклонениями в состоянии здоровья (ОВЗ), в том числе ребенка-аутиста, в коллективе дает возможность полноценно и эффективно участвовать во всех жизненных процессах, происходящих в обществе. Обучение плаванию как рекреативному, так и спортивному, приводит к более эффективному решению вопроса адаптации ребенка в обществе сверстников.

Считается, что увлечение водой у детей-аутистов, связано с влиянием сенсорной стимуляции. Вода дает широкий спектр новых сенсорных ощущений: визуальных, осязательных, слуховых и даже обонятельных. Вода дает необыкновенный визуальный опыт: от огромных волн океана до тишины мирного озера. Все выглядит совершенно невероятным из-за преломления света и движения воды.

#### **Преимущества плавания в бассейне для детей с аутизмом.**

Расстройства аутистического спектра (РАС) проявляются широким спектром нарушений: от проблем с поведением и коммуникацией до отставания в развитии и

когнитивных нарушений. Многие дети, страдающие аутизмом, испытывают существенные жизненные трудности из-за двигательных нарушений, низкой мотивации, недоверия к окружающему миру, невозможности целенаправленной деятельности.

Вода является идеальной средой для восстановления нарушенных или ограниченных двигательных функций организма ребенка. Вода обеспечивает идеальную среду для облегчения движений, помогая снизить нагрузку веса тела до 90%. Теплая вода уменьшает явления психологического стресса, позволяет лучше расслабить мышцы и избавиться от мышечных спазмов и блоков. Хроническая недостаточность физических упражнений может быть одной из причин, по которой дети с аутизмом имеют большой риск появления избыточной массы тела. Занимаясь физическими упражнениями в воде, ребенок с расстройством аутистического спектра может поверить в собственные возможности, научиться осознанному контролю над телом, развить мышечную силу и ловкость при играх в воде, улучшить чувство равновесия и баланса, координацию движений.

#### **Улучшение социальных навыков ребенка с аутизмом.**

При занятиях в бассейне с другими детьми, страдающий аутизмом ребенок учится общению, умению делиться своими игрушками. В совместных играх дети развивают умственные способности, участвуют в здоровой конкуренции и повышают уверенность в своих силах. Занятия в воде, благодаря атмосфере безопасности, облегчают установление зрительного контакта ребенка с инструктором и другими детьми.

#### **Улучшение познавательных способностей.**

Занятия в бассейне могут помочь детям с аутизмом улучшить концентрацию мыслительных процессов и внимание. Во время занятий дети учатся концентрироваться на определенных заданиях, постепенно выполнять все более сложные задания, расширяя диапазон мобильности и подвижности. Водная терапия улучшает осознание и контроль тела, а так же помогает детям учиться веселиться. Инструктор учит ребенка контролировать поведенческие импульсы, следовать инструкциям и умению переносить разочарования и неудачи.

#### **Работа с сенсорными проблемами.**

У детей с аутизмом часто возникают значительные сенсорные трудности. У таких детей наблюдается неадекватная сильная реакция на различные сенсорные раздражители, такие как прикосновения посторонних людей или тактильный контакт с незнакомыми предметами или текстурами. Во время лечебных процедур в бассейне инструктор знакомит детей с различными свойствами воды, такими как ее температура, вязкость, текучесть. Дети изучают способность воды поддерживать тело на плаву, оказывать

тактильные воздействия на кожу, ощущают гидростатическое давление. Знакомясь со свойствами воды, дети с аутизмом лучше познают безопасность тактильных контактов и лучше переносят их.

#### **Для ребенка необходим твердый график занятий и четкая структура:**

- Приветствие;
- Ритуалы прощания;
- Порядок выполнения упражнений на занятиях;
- Количество повторений и т.д.

#### **Приемы работы с аутичными детьми:**

Сохранение постоянства в пространственной организации тренировочного процесса, что помогает избежать многих поведенческих проблем.

Четкость и краткость отдаваемых команд. Они должны быть понятны и отнесены к короткому интервалу времени: «Возьми мяч», «Руки вверх» и т.д., тогда они будут доступны ребенку.

Усвоение ребенком четкого и стабильного расписания занятий, что создает благоприятную обстановку для обучения, повышает работоспособность.

Должна быть четкая структура занятий, что позволяет снизить тревожность.

Акцент на положительную мотивацию. Избыточная фиксация внимания ребенка с РАС на какие-либо объекты должна быть использована с пользой для обучения.

Создание благоприятного психологического климата на занятиях. Ребенок должен видеть, что его ждали и ему рады.

Перед первым занятием желательно предварительно провести беседу с родителями об особенностях ребенка (про сенсорные ощущения, предпочтения, тактильной и звуковой чувствительностях).

При выходе из бассейна у ребенка может возникнуть нежелательное поведение (крик, отказ выходить из воды, нежелание оставить игрушку в бассейне). Для предотвращения этого поведения можно использовать таймеры, звуковые сигналы, придумать интересный стишок, который обозначал бы конец занятия для малыша

#### **Литература**

1. Башина В.М.. Детский аутизм, лечение и реабилитация / В.М. Башина, Н.В. Симашкова // Материалы IV Всероссийского национального конгресса «Человек и лекарство». М. Медицина, 1995 - С.15-19.
2. Башина В.М. Аутизм в детстве. / В.М. Башина.- М.: Медицина, 1999 .- 240с.
3. Дмитриева А.А. Физическая культура в специальном образовании: Уч.пособие для студ.высш.пед.учеб.заведений. /А.А. Дмитриева, - М.: Медицина, 2002. - 223 с.