

Литература

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании : 13 янв. 2011 г., № 243-З : принят Палатой представителей 2 дек. 2010 г. : одобр. Советом Респ. 22 дек. 2010 г. : в ред. Закона Респ. Беларусь от 06.03.2023 г., № 257-3 [Электронный ресурс] // ЭТАЛОН. Законодательство Республики Беларусь / Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2024.
2. Трифаненкова, С. В. Формы взаимодействия образовательной организации с семьями обучающихся: методические материалы / С. В. Трифаненкова. – Смоленск: ГАУ ДПО СОИРО, 2018 – 60 с.
3. Взаимодействие учреждения общего среднего образования с семьей [Электронный ресурс] // Государственное учреждение образования «Средняя школа №126 г. Минска». – Режим доступа: <http://sch126.minsk.edu.by/ru/main.aspx?guid=45561>. – Дата доступа: 30.01.2024.
4. Рекомендации по реализации в учреждениях общего среднего образования республиканского проекта «Родительский университет» [Электронный ресурс] // Национальный образовательный портал. – Режим доступа: <https://adu.by/images/2022/03/rekom-roditel-un-t.pdf>. – Дата доступа: 30.01.2024.
5. Консультации психолога [Электронный ресурс] // Идеологическая и воспитательная работа УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины». – Режим доступа: <http://ivr.gsu.by/content/konsultacii-psihologa>. – Дата доступа: 30.01.2024.

УДК 797.21:159.922-053.2-056.48

П. С. Ковальчук, М. Ю. Палашенко

г. Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

ВЛИЯНИЕ ПЛАВАНИЯ НА РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Расстройства аутистического спектра (РАС) представляют собой группу неврологических состояний, характеризующихся нарушениями в социальных взаимодействиях, коммуникации и ограниченными интересами. С этими расстройствами сталкиваются миллионы людей по всему миру, исследования которых активно проводятся с целью лучшего понимания, диагностики и лечения.

Диагностика РАС осуществляется на основе клинической оценки и наблюдений врачей, психологов и других специалистов.

Пока причины развития РАС не полностью ясны. Научные исследования указывают на генетические и окружающие факторы, хотя точные механизмы остаются предметом дальнейших исследований.

Существует множество методов лечения и терапии для детей и взрослых с РАС. От поведенческой терапии (АВА) и речевой терапии до музыкальной и сенсорной терапии, индивидуализированный подход является ключевым элементом успешного лечения.

Социальная интеграция играет важную роль в повседневной жизни людей с РАС. Разработка социальных навыков, тренировка в общении и создание поддерживающей среды помогают повысить качество жизни этих людей.

В мире проводятся многочисленные исследования и глобальные инициативы для улучшения понимания и поддержки людей с РАС. Создание доступных образовательных программ, обучение специалистов и общественное просвещение способствуют лучшему включению людей с РАС в общество.

Расстройства аутистического спектра представляют собой сложную и многогранную проблему, требующую всестороннего подхода в исследованиях, диагностике и терапии. Современные усилия в направлении освещения проблемы РАС и создания эффективных методов поддержки позволяют надеяться на улучшение качества жизни тех, кто сталкивается с этими расстройствами.

Физическая культура играет значительную роль в развитии детей с аутизмом, способствуя улучшению их физического, эмоционального и социального благополучия. Исследования показывают, что регулярные физические занятия способствуют улучшению моторики, координации и силы у детей с аутизмом. Более того, занятия спортом могут способствовать развитию навыков коммуникации и социальной адаптации, что часто вызывает трудности у детей с аутизмом.

Важно отметить, что индивидуальный подход к физической активности необходим, учитывая особенности каждого ребенка с аутизмом. Например, некоторые дети могут предпочитать занятия в индивидуальной форме, такие как плавание или йога, в то время как для других будут подходить коллективные виды спорта, например, футбол или баскетбол.

Обучение через физическую активность также может помочь детям с аутизмом в развитии стратегий саморегуляции, снижении уровня стресса и улучшении общей жизненной радости. Важно включать в программу занятий элементы, способствующие развитию социальных навыков, таких как взаимодействие с партнерами по тренировкам или участие в групповых играх.

Таким образом, интеграция физической культуры в жизнь детей с аутизмом имеет множество положительных аспектов, влияя на различные аспекты их развития и улучшая качество их жизни.

Плавание является одним из мощных средств реабилитации, т.к. вовлекаются многие аспекты, которые могут положительно влиять на детей с аутизмом, предоставляя им уникальные сенсорные и социальные возможности.

Какие же системы вовлекаются, и какое может быть оказано влияние на ребенка с РАС?

В воде дети могут ощущать приятное давление на коже, что может успокаивать. Также занятия плаванием способствуют улучшению моторики, координации и социальных навыков. Однако реакция каждого ребенка может быть индивидуальной, и важно подходить к этому с пониманием и терпением.

Плавание может значительно способствовать сенсорному развитию детей. В воде они сталкиваются с различными сенсорными воздействиями, такими как давление воды на кожу, изменение температуры и водяного сопротивления. Эти стимулы могут улучшить тактильную чувствительность, координацию движений и пространственное восприятие. Кроме того, плавание может способствовать развитию равновесия и усилению мышц, что важно для общего физического развития детей.

У детей с аутизмом плавание может оказывать благоприятное влияние на развитие функциональных блоков мозга. В воде они могут получать разнообразные сенсорные стимулы, что может способствовать улучшению вестибулярной обработки и чувствительности. Это, в свою очередь, может положительно сказываться на координации движений, сенсорной интеграции и восприятии окружающего мира.

В частности, исследования указывают на положительное воздействие плавания на первый функциональный блок мозга – мозжечок.

Мозжечок играет ключевую роль в развитии двигательных навыков и координации движений. Плавание требует комплекса движений, включая плавательные стили и управление телом в воде. Эта моторная активность стимулирует мозжечок, способствуя формированию и укреплению нейронных связей.

Плавание также обеспечивает интенсивную вестибулярную стимуляцию через движение в воде. Это воздействие способствует развитию равновесия и пространственного восприятия, важных компонентов функционального блока мозга.

Вода предоставляет уникальные сенсорные воздействия, включая давление воды на тело и изменение температуры. Это способствует улучшению сенсорной интеграции, влияющей на развитие тактильных и кинестетических навыков.

Сенсорные воздействия в воде способствуют стимуляции нейропластичности, что может улучшить соединения между нейронами. Эти факторы, в свою очередь, могут оказывать положительное воздействие на когнитивные функции, включая концентрацию, внимание и обучаемость.

Плавание, будучи природным и приятным видом физической активности, может оказывать положительное эмоциональное воздействие на детей. Стимуляция радостью и положительными эмоциями также может влиять на эмоциональный компонент первого функционального блока мозга.

Важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка при изучении влияния плавания. Адаптация методов и учет особенностей развития каждого малыша может повысить эффективность воздействия на первый функциональный блок мозга.

Также плавание является важным фактором социализации детей с РАС, можно сказать, одной из больших проблем этих людей.

Групповые занятия плаванием предоставляют детям с РАС возможность взаимодействовать с другими. Совместная деятельность в воде создает природную и непринужденную среду для социальных взаимодействий. Обучение в воде часто включает взаимодействие с инструктором и другими детьми. Это способствует улучшению навыков коммуникации и взаимодействия

Регулярные тренировки в воде могут способствовать регуляции поведения и снятию стресса.

Плавание предоставляет детям с РАС уникальные возможности для физического, эмоционального и социального развития. Этот вид терапии не только обогащает жизнь детей с РАС, но и служит инструментом для улучшения их качества жизни в целом. Внедрение плавания в реабилитационные программы для детей с РАС может иметь значимый положительный эффект на их развитие и благополучие.

Обобщая, плавание предоставляет множество возможностей для стимуляции и развития первого функционального блока мозга у детей. Этот водный вид спорта, будучи комплексным и приятным, может играть важную роль в поддержке физического и нейробиологического развития детей, особенно в контексте формирования мозжечка и связанных с ним навыков.

Литература

1. Вайцеховский, С. М. Физическая подготовка пловца. Изд. 2-е, перераб. и доп. / С. М. Вайцеховский. - М.: Физкультура и спорт, 2006. – 140 с.
2. Васильев, В. С. Обучение детей плаванию / В. С. Васильев, Б. Н. Никитский. - М.: Физкультура и спорт, 2003. – 240 с.
3. Вельский А.Н. Плавание в комплексе обще-оздоровительных упражнений для внеурочных занятий со школьниками 10-12-летнего возраста: Дисс. . канд.пед.наук. М., 1992. – 255с.
4. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании: Уч. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений.- М., 2002. – С. 13.
5. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура физическая культура для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями//Т и П АФК: Мат. III междунар. науч.-практ. конф. - СПб., 1996. – С. 4–6.