

Ползикова Анна Алексеевна

воспитатель

Данилова Елена Николаевна

воспитатель

Бойченко Ксения Викторовна

тьютор

МБДОУ «Д/С №67 «Аистенок»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПРИВЫЧКИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Аннотация: статья раскрывает особенности формирования привычки к здоровому образу жизни у детей с расстройствами аутистического спектра. Авторами отмечено что одна из важных социально-ценностных задач современного общества – это здоровье.

Ключевые слова: дети с ограниченными возможностями здоровья, здоровьесберегающие технологии, дети со сложным дефектом, аутизм, комплексный подход.

Одна из важных социальной ценностей современного общества – здоровье. В частности, для детей, страдающих аутизмом, здоровье является одним из самых важных условий успеха социальной адаптации, в связи с чем они постоянно нуждаются в здоровом образе жизни.

Развитие такого ребенка происходит в условиях уже установленных заболеваний и болезней. Дети с расстройствами аутистическим спектром склонны к отставанию в развитии общего и особенно мелкой моторики; нарушению техники движения и моторных качеств (быстрая, ловкая, мощная, точная, координационная), возникают недостатки психомоторики; отсутствию формирования навыков самообслуживания и технических навыков в изобразительных работах,

лепках, аппликациях, конструкциях. Уровень развития физической и моторной активности ниже здоровых сверстников.

Такие дети отличаются: рассеянным вниманием, они часто импульсивно действуют, наблюдаются инертные действия, отсутствуют произвольные регуляции деятельности и поведения, сенсорное и восприятие также отличаются качественным разнообразием.

Особенно важны навыки здравоохранения для детей с РАС, формирование у них когнитивного и поведенческого представления о здоровье, способствуют адаптации к окружающей среде, поддержанию здоровья и формированию многих социально значимых вопросов, в том числе снижения заболеваемости и возможности самореализации и подготовке к социализации, интеграции в нормально развивающуюся среду.

Важно комментировать действия ребенка, либо он просто терпеливо ждет или помогает взрослому. Ребенка нужно хвалить за малейшие проявления активности и самостоятельности, но не надо хвалить за те поступки, что уже становятся автоматическими, тогда будет пресыщение хвалой и не будет от нее никакой пользы. Важным пунктом является продумывание схемы действий, чтобы при обучении и формировании здорового образа жизни повторялись одни и те же шаги. Многие действия очень сложны для ребенка – их лучше всего перевести в игровой момент. Наконец, не следует пытаться научить особенного ребёнка всему сразу – необходимо сосредоточиться сначала на одном пункте или начать постепенно развивать это действие до появления первых результатов обучения.

Важнейшими факторами для сохранения психологического здоровья ребенка являются благополучные отношения в семье, а также отношения в детском саду: они зависят от того, насколько уверен ребенок в своей силе, насколько веселый и любопытный, насколько готов к общению, готов к действительной дружбе, если ребенок осознает, что дома его ждет любящий родитель, который может поверить во все его беспокойства и неудачи, от которого он будет получать новый заряд любви и теплоты, то он по силам перенесет многие трудности и неприятности.

Процесс подготовки здорового тела – это длительная и трудная работа, требующая терпения участников процесса подготовки.

Список литературы

1. Башкирова М.М. Физическая активность и спорт среди инвалидов: реальность и перспективы / М.М. Башкирова // Спорт для всех. – 2021.
2. Виноградов П.А. Основы физической культуры и здорового образа жизни / П.А. Виноградов, А.П. Душанин, В.И. Жолдак. – М., 2022. – 79 с.
3. Мусаева М.О. Формирование навыков сотрудничества у ребенка с РАС / М.О. Мусаева // Аутизм и нарушения развития. – 2021 – №1. – С. 44–47.
4. Никольская О.С. Проблемы обучения аутичных детей / О.С. Никольская // Дефектология. – 2021. – №2. – С. 5–32.