

Корепанова Варвара Александровна, студентка 4 курса
ФГБОУ ВО «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА СРЕДСТВАМИ ГОРНОЛЫЖНОГО СПОРТА НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ

Аннотация. Статья посвящена анализу возможностей использования горнолыжной подготовки для развития координационных способностей у детей с расстройствами аутистического спектра. На основе анализа научной литературы рассмотрены особенности моторного развития детей с РАС и потенциал средств адаптивной физической культуры. Установлено, что занятия горными лыжами способствуют совершенствованию равновесия, пространственной ориентировки, сенсомоторного контроля и координации движений. Полученные данные позволяют рассматривать адаптивный горнолыжный спорт как перспективное средство координационной подготовки детей с РАС.

Ключевые слова: Расстройства аутистического спектра, дети с РАС, координационные способности, адаптивная физическая культура, горнолыжный спорт, двигательное развитие, сенсомоторная координация, равновесие, начальный этап подготовки, физическая реабилитация.

Рост распространенности расстройств аутистического спектра среди детей актуализирует поиск эффективных средств их физического развития и социальной адаптации. Для детей с РАС характерны нарушения моторного развития, проявляющиеся в снижении координации движений, способности удерживать равновесие и ориентироваться в пространстве [1, 2].

Координационные способности обеспечивают точность и адаптивность движений, поэтому их развитие является одной из важных задач физического воспитания детей с РАС [3]. В связи с этим адаптивная физическая культура рассматривается как эффективное средство совершенствования двигательных функций и повышения адаптационных возможностей ребенка [2, 5, 6].

Одним из перспективных направлений адаптивной физической культуры является горнолыжная подготовка. Поддержание равновесия, контроль движений и необходимость их постоянной коррекции в изменяющихся условиях способствуют развитию координации и двигательного контроля, что делает данный вид деятельности перспективным для работы с детьми с РАС [6].

Исследования Л.В. Харченко и Э.Ш. Шамшуалеевой подтверждают положительное влияние лыжной подготовки на двигательную сферу детей с РАС. Вместе с тем потенциал именно горнолыжного спорта как средства развития координационных способностей на начальном этапе обучения остается недостаточно изученным [6].

Согласно концепции Н.А. Бернштейна, координация представляет собой процесс организации движений для достижения поставленной цели [1]. У детей с РАС особенности сенсомоторного развития могут затруднять данный процесс, что проявляется в снижении точности движений, их контроля и темпов освоения новых двигательных навыков.

Координационные способности включают умение сохранять равновесие, ориентироваться в пространстве, точно регулировать движения и адаптировать их к изменяющимся условиям деятельности [4]. Их развитие требует выполнения двигательных задач, предполагающих постоянную оценку ситуации и выбор оптимального способа действия.

Анализ научной литературы свидетельствует о значительном потенциале горнолыжного спорта в развитии координационных способностей детей с РАС. Особенности горнолыжной подготовки способствуют совершенствованию равновесия, пространственной ориентировки, двигательного контроля и сенсомоторного взаимодействия. Основные характеристики горнолыжной подготовки и их предполагаемое влияние на развитие координационных способностей детей с РАС представлены в таблице 1.



Таблица 1

Потенциал средств горнолыжного спорта
для развития координационных способностей детей
с расстройствами аутистического спектра

Особенность горнолыжного спорта	Воздействие на координационные способности	Значение для детей с РАС
Контроль положения тела при движении	Развитие равновесия и двигательного контроля	Совершенствование постурального контроля
Одновременная работа различных анализаторов	Развитие сенсомоторной координации	Улучшение сенсорной интеграции
Изменяющиеся условия движения	Развитие способности к перестроению движений	Повышение адаптивности двигательного поведения
Выполнение поворотов и изменения направления движения	Развитие пространственной ориентировки	Формирование навыков контроля движений в пространстве
Наглядный результат двигательной деятельности	Улучшение двигательного контроля через обратную связь	Повышение понимания двигательных задач и мотивации
Передвижение на скользящей опоре	Развитие статического и динамического равновесия	Коррекция нарушений постуральной устойчивости
Поэтапное освоение техники	Последовательное развитие координационных навыков	Учет индивидуальных особенностей обучения
Специальные координационные упражнения	Целенаправленное развитие координационных способностей	Облегчение освоения техники и адаптации к занятиям

Результаты анализа свидетельствуют о значительном потенциале горнолыжной подготовки в развитии координационных способностей детей с расстройствами аутистического спектра. Особенности данного вида деятельности способствуют совершенствованию равновесия, пространственной ориентировки, двигательного контроля и сенсомоторного взаимодействия.

Важным преимуществом горнолыжного спорта является комплексный характер воздействия, обусловленный необходимостью одновременного использования зрительной, вестибулярной и проприоцептивной информации при выполнении двигательных действий. Это создает условия для развития механизмов сенсомоторной интеграции и формирования более устойчивых двигательных навыков у детей с РАС.

Полученные данные позволяют рассматривать горнолыжную подготовку как перспективное средство адаптивной физической культуры, способствующее совершенствованию координационной подготовленности детей с РАС.

Заключение. Проведенный анализ научной литературы показал, что развитие координационных способностей является важной задачей физического воспитания детей с расстройствами аутистического спектра. Особенности горнолыжной подготовки создают условия для совершенствования равновесия, пространственной ориентировки, двигательного контроля и сенсомоторного взаимодействия. Полученные данные позволяют рассматривать горнолыжный спорт как перспективное средство адаптивной физической культуры для детей с РАС. Вместе с тем необходимы дальнейшие исследования, направленные на уточнение особенностей его применения у детей с различным уровнем выраженности аутистических проявлений



Список литературы:

1. Бернштейн Н. А. О ловкости и ее развитии. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 288 с.
2. Каленкин А. А., Колтыгина Е. В. Специфика двигательной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья посредством занятий адаптивными горными лыжами // Вестник Алтайского государственного педагогического университета. 2019. № 3 (40). С. 53–58.
3. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
4. Репина А. И., Тимофеева И. В., Салимов М. И. Развитие моторных функций у детей с расстройством аутистического спектра // Теория и практика физической культуры. 2021. № 11. С. 70–72.
5. Рябова А. Н., Овсянникова Е. Ю. Методика развития координационных способностей детей с расстройством аутистического спектра средствами плавания // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2022. № 2 (54). С. 120–125.
6. Харченко Л. В., Шамшуалеева Э. Ш. Формирование двигательных действий у детей с расстройствами аутистического спектра на занятиях адаптивной физической культурой // Аутизм и нарушения развития. 2024. Т. 22, № 3. С. 40–46. DOI: 10.17759/autdd.2024220305

