

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

СЕНСОМОТОРНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ АДАПТИВНОГО ГОРНОЛЫЖНОГО СПОРТА В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Аннотация. В статье рассматривается сенсомоторный потенциал адаптивного горнолыжного спорта в работе с детьми с расстройствами аутистического спектра. Проанализированы особенности влияния занятий горными лыжами на развитие вестибулярной функции, динамического равновесия, пространственной ориентировки, координации движений и сенсорной интеграции. Отмечается, что условия горнолыжной деятельности создают естественную среду для формирования двигательных навыков и совершенствования механизмов сенсомоторного контроля. Сделан вывод о перспективности использования адаптивного горнолыжного спорта в качестве средства физической реабилитации и повышения двигательной активности детей с расстройствами аутистического спектра.

Ключевые слова: Адаптивная физическая культура, адаптивный спорт, горнолыжный спорт, расстройства аутистического спектра, дети с РАС, сенсомоторное развитие, координационные способности, равновесие, сенсорная интеграция, двигательная активность.

В системе адаптивной физической культуры особое значение имеют средства, обеспечивающие комплексное воздействие на двигательную и сенсорную сферы ребенка. Для детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) характерны нарушения координации движений, пространственной ориентировки и сенсорной обработки информации [2].

Одним из перспективных средств адаптивной физической культуры является горнолыжный спорт. Необходимость поддержания равновесия, контроля движений и адаптации к изменяющимся условиям создает предпосылки для сенсомоторного развития детей с РАС.

Цель работы – проанализировать возможности адаптивного горнолыжного спорта как средства сенсомоторного развития детей с расстройствами аутистического спектра.

Во время движения по склону ребенок получает разнообразную вестибулярную и проприоцептивную информацию, связанную с изменением скорости, направления движения и положения тела в пространстве. Учитывая характерные для детей с РАС трудности сенсорной обработки информации [4], подобное воздействие способствует развитию механизмов сенсорной адаптации, интеграции и двигательного контроля.

Способность сохранять устойчивое положение тела является важным компонентом двигательной подготовленности. Исследования показывают, что дети с РАС нередко демонстрируют более низкие показатели статического и динамического равновесия по сравнению со сверстниками без нарушений развития [4].

В горнолыжном спорте поддержание равновесия является необходимым условием выполнения двигательных действий. Во время движения по склону ребенок контролирует положение тела и направление движения, а постоянная коррекция действий способствует совершенствованию механизмов постурального контроля [2]. При этом равновесие развивается в условиях решения практических двигательных задач, связанных с управлением скоростью и траекторией движения [1].

Для детей с РАС характерны трудности пространственной ориентировки, которые могут проявляться в затруднениях при выборе направления движения и оценке расстояния до объектов. Во время занятий горными лыжами ребенок анализирует рельеф склона, определяет траекторию движения и корректирует свои действия в соответствии с изменяющимися условиями, что способствует развитию зрительно-пространственного восприятия и навыков ориентировки [3].



Координационные способности имеют особое значение для детей с расстройствами аутистического спектра, поскольку нарушения координации могут затруднять освоение новых двигательных действий. По мнению Л.В. Харченко и Е.Ф. Шамшуалеевой, их развитие наиболее эффективно происходит в условиях разнообразной двигательной деятельности, требующей постоянной коррекции движений [5]. Данные условия реализуются в горнолыжном спорте, где необходимость адаптации к изменению скорости и рельефа способствует совершенствованию механизмов управления движением. Основные направления влияния занятий горными лыжами на детей с РАС представлены в таблице 1.

Таблица 1

Сенсомоторные эффекты адаптивного горнолыжного спорта
у детей с расстройствами аутистического спектра

Компонент	Особенности детей с РАС	Воздействие горнолыжного спорта	Результат
Вестибулярная функция	Трудности обработки вестибулярной информации	Изменение скорости и направления движения	Улучшение постурального контроля
Динамическое равновесие	Снижение устойчивости при движении	Удержание центра тяжести во время спуска	Повышение устойчивости
Пространственная ориентировка	Трудности оценки расстояния и направления	Выбор траектории движения на склоне	Развитие пространственного восприятия
Координация движений	Трудности выполнения и переключения двигательных действий	Постоянная коррекция движений	Совершенствование координации
Сенсорная интеграция	Недостаточная согласованность сенсорных систем	Одновременная работа различных анализаторов	Улучшение сенсорной обработки
Двигательное планирование	Трудности построения двигательных программ	Освоение техники спуска и поворотов	Развитие двигательного планирования

Эффективность адаптивного горнолыжного спорта зависит от индивидуальных особенностей ребенка, уровня его двигательной подготовленности и выраженности сенсорных нарушений. Организация занятий требует квалифицированных специалистов, соответствующей материально-технической базы и соблюдения требований безопасности. Несмотря на существующие ограничения, адаптивный горнолыжный спорт является перспективным средством сенсомоторного развития детей с РАС, однако его эффективность требует дальнейшего изучения.

Заключение.

Адаптивный горнолыжный спорт обладает значительным потенциалом в системе физического воспитания детей с расстройствами аутистического спектра. Его особенностью является комплексное воздействие на сенсорные и двигательные механизмы, обеспечивающее формирование навыков, необходимых для эффективного взаимодействия с окружающей средой. Анализ научной литературы показывает перспективность использования данного вида двигательной активности в практике адаптивной физической культуры, однако дальнейшие исследования необходимы для уточнения условий его наиболее эффективного применения у детей с различными проявлениями РАС.



Список литературы:

1. Воробьев С. А., Набойченко Е. С. Адаптивный спорт как способ социализации детей с расстройством аутистического спектра и интеллектуальными нарушениями // Теория и практика физической культуры. 2023. № 10. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptivnyy-sport-kak-sposob-sotsializatsii-detey-s-rasstroystvom-autisticheskogo-spektra-i-intellektualnymi-narusheniyami> (дата обращения: 28.06.2026).
2. Кувшинова И. А., Выборнова Д. А., Мицан Е. Л. Социализация детей с расстройством аутистического спектра посредством горнолыжного спорта // Проблемы современного педагогического образования. 2020. № 69-4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsializatsiya-detey-s-rasstroystvom-autisticheskogo-spektra-posredstvom-gornolyzhnogo-sporta> (дата обращения: 28.06.2026).
3. Мельников Е. Ю., Легкая Е. Ф., Ходасевич Л. С., Полякова А. В. Особенности адаптивного физического воспитания детей с расстройством аутистического спектра // Современные вопросы биомедицины. 2024. Т. 8, № 1. DOI: 10.24412/2588-0500-2024_08_01_38.
4. 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. 138–143. DOI: 10.52772/25420291_2022_2_138.
5. Харченко Л. В., Шамшуалеева Е. Ф. 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

