**Реализация образовательной области «Физическое развитие» для детей дошкольного возраста с РАС**

***А.В. Кряжев, специалист по адаптивной физкультуре, ГБУ «Центр помощи детям»***

Физическое воспитание детей дошкольного возраста с РАС - это систематическое воздействие на организм ребенка с целью его морфологического и функционального совершенствования, укрепления здоровья, формирования двигательных навыков и физических качеств, повышение уровня адаптационных возможностей организма является основой всестороннего развития ребенка.

**Уровень 1. Двигательная активность на уровне элементарных ощущений**

Показатели успешного развития детей:

Обладает различными формами активных проявлений, имеет сложившиеся предпосылки сенсомоторной координации.

Задачи

Образовательные:

- Формировать навыки схватывать предметы разной величины и формы и рассматривать их;

- Формировать сенсомоторный опыт.

Коррекционные:

- Корректировать сенсомоторные ощущения;

- Расширять ограниченный спектр движений, которые выполняют только роль аутостимуляции.

Так как в первые месяцы ребенок проявляет хаотическую двигательную активность, но унего появляется слуховое и зрительное сосредоточение уже на второй неделе жизни, в первоеполугодие жизни первоочередной задачей для ребенка становится приобретение сенсорного опыта.

Для работы по уравновешиванию тонической организации ребенка можно использовать следующие упражнения:

• Произвольное напряжение и расслабление мышц;

• Релаксационный массаж;

• Глубинный массаж - нажатие и сжатия частей тела (особенно при гипертонусе). Например,крепкие объятия.

• Подъем, подбрасывание ребенка вверх (ребенок напрягает мышцы).

**Уровень 2. Долокомоторный (двигательная активность на уровне восприятия)**

Показатели успешного развития детей:Имеет тоническое приспособления близко к норме, согласованную работу мышц тела,сформированные автоматизмы.

Задачи

Образовательные:

- Формировать долокомоторные навыки (прежде позы тела).

Коррекционные:

- Налаживать тоническую организацию и равновесие

- Продолжать формирование сенсомоторных функций.

Формирование способности к занятию поз тела (сидение, стояние на коленях, опираясь на руки или без опоры, стояние на ногах, опираясь на руки или самостоятельно и т.п.) должно в разнообразном образе стимулироваться взрослым. Например, класть ребенка в неудобное длянего положение. Другим стимулом может быть, например, интересный объект, к которому какможно дотянуться, но для этого нужно встать, вытянуть руки, опереться на ручки. Для детей интересны предметы, звуки, которых контрастируют с привычной средой.

**Уровень 3. Локомоторный (двигательная активность на уровне пространственного поля)**

Показатели успешного развития детей:

Обладает несколькими основными локомоторными движениями (ходьба, лазание, различныевиды бега и т.д.), обладает способностью к подражанию движений.

Задачи:

Образовательные:

Формировать основные локомоторные движения (бег, метание, прыжки, ползание, лазание).

Коррекционные:

- Корректировать развитие автоматизма;

- Повышать психофизическую устойчивость;

- Налаживать связи с другими органами чувств (например, зрительно-пространственнаякоординация при беге);

- Расширять двигательный репертуар.

Начиная со 2-го года жизни, если ребенок психически, а не только физически созрел достадии локомоторного развития, следует развивать все возможные перемещения собственноготела и движения его частей с учетом пространственного контекста

**Уровень 4. Двигательная активность на уровне предметных действий**

Показатели успешного развития детей:

Умеет применять движения по назначению

Задачи:

Образовательные:

- Формировать навыки владения предметами и предметными действиями;

- Формирование целенаправленной двигательной активности.

Коррекционные:

- Совершенствовать автоматизмы в согласованности с органами чувств;

- Формировать способность к произвольным действиям и одновременным разноплановым движениям;

- Развивать способность к усвоению двигательных алгоритмов (через имитацию).

Начиная с третьего года жизни, в различных движениях с предметами ребенку

открывается возможность применять их по назначению. Поэтому упражнения по физическому развитию должны постепенно включать использование предметов по назначению. В таком случае одной из задач психомоторного развития становится формирование целеустремленности двигательной активности. Ребенок должен использовать усвоенные навыки на локомоторном этапе для достижения определенного результата, который требует произвольной регуляции. Инструкция предоставляется в словесной форме, а слово начинает функционировать как средство развития произвольности (средство самоконтроля, саморегуляции). В общем, все движения должны иметь причину: внутренний стимул - потребность вдвижении, раздражители внешней среды

**Уровень 5. Двигательная активность на уровне деятельности**

Показатели успешного развития детей:

Умеет соблюдать организационные моменты, имеет позицию участника, имеет соревновательный мотив, умеет выполнять сложные произвольные движения.

Задачи:

Образовательные:

- Формировать способность выполнять сложные произвольные движения;

- Формировать умение действовать по правилам поочередно;

- Развивать чувство взаимности в группе.

Коррекционные:

- Формировать позицию участника и ответственности за группу;

- Формировать способность соблюдать организационные моменты (построение, соблюдения строя и инструкций).

Последний уровень психомоторного развития в дошкольном возрасте характеризуется овладением ребенком сложными произвольными движениями, которые осуществляются всоответствии с осознанной ребенком определенной совокупности норм, правил, идеально представленных (ментальных) образцов поведения. Кроме этого, ребенок на этом уровне характеризуется наличием соревновательного мотива. Играм, в которые вовлекается ребенок этого возраста, свойственна общность действий ее участников. Такие игры предусматривают сложное взаимодействие между игроками, от которого зависит конечный результат игры. Для развития совместной деятельности следует начинать не с непосредственно изсложных игр, а с упражнений, которые приучают ребенка учитывать другого.