**Современные подходы обучения детей с РАС**

**на уроках адаптивной физической культуры**

Адаптивная физическая культура – это вид физической культуры, которая, с одной стороны, адаптирована для людей с ОВЗ (с двигательными, ментальными расстройствами и пр.), а, с другой стороны, она увеличивает возможность адаптации людей с отклонениями в здоровье к жизни в обществе.

Занятия адаптивной физической культурой для детей с расстройствами аутистического спектра особенно важны, так как они способствуют снятию эмоционального напряжения, развивают имитационные способности, навыки произвольной организации движений, помогают не только физически развить ребенка с РАС, но также и развивают коммуникативные навыки, навыки взаимодействия в коллективе. Адаптивная физкультура развивает навыки адаптации ребенка с аутизмом к жизни в обществе через его социализацию.

**Основными задачами адаптивной физической культуры для детей с аутизмом являются:**

-обучение действиям с различными предметами;

- формирование двигательных умений и навыков;

-развитие двигательных способностей в процессе обучения;

- укрепление здоровья организма,

-формирование правильной осанки;

- коррекция нарушений физического развития;

В настоящее время в мире существует огромное количество подходов, направленных на коррекцию аутистических проявлений. Это связано не только с тем, что реализуемые практики основаны на различных теоретических и практических предпосылках, но и с существенной неоднородностью группы детей с РАС.

Последние время развивается теория и практика обучения, коррекции и социализации детей с расстройствами аутистического спектра на уроках адаптивной физической культуры. Сегодня активно используются современные методы.

**1**. **Комплекс наглядных методов обучения и воспитания детей с РАС.**

Наглядные пособия – рисунки, фотографии и картинки комплексов упражнений позволяют ребёнку с РАС лучше адаптироваться в учебной деятельности.

**2.Комплекс практических методов обучения и воспитания детей с РАС.**

Индивидуальная дозировка выполнения физических упражнений. Перед началом ознакомления с новой темой необходимо проводить анализ планируемых заданий с точки зрения объёма, специфики преподнесения и возможности выполнения.

Задания должны иметь чёткое начало и конец, чтобы ребёнок имел чёткое представление о том, что от него требуется и в каком объёме. Задания для выполнения должны предъявляться маленькими частями.

Аутичные дети испытывают трудности с переходами от одной деятельности к другой, что такие перемены могут быть невероятно трудными для них, вызывают стресс и чувство дезориентации. Взрослый может уменьшить чувство дискомфорта у ребёнка при смене деятельности или среды следующим образом:

– используйте стандартную «переходную деятельность» перед сменой занятия – движение, считалку, стихотворение и т. д.

**3. Арт-терапевтические методы в обучении и воспитании детей с РАС**

В обучении детей с РАС эффективно используются арт-терапевтические методы на уроках адаптивной физической культуры: музыкотерапия, игровая терапия, танцевально-двигательная терапия.

**4.** **Комплекс словесных методов обучения и воспитания детей с РАС.**

Адаптация устной речи.

Необходимо принимать во внимание трудности, связанные с нарушением развития речи и коммуникации при расстройстве аутистического спектра.

*Трудность понимания речи:*

– избегайте ироничных выражений;

– говорите ровным тоном;

– не говорите слишком быстро.

*Обучение выполнению инструкций*. Перед тем как дать инструкцию необходимо:

– привлечь внимание ребёнка, называя его по имени;

– дети расстройствами аутистического спектра не могут одновременно воспринимать визуальные и речевые сигналы, испытывают затруднения, когда необходимо воспринимать зрительно и на слух в одно и то же время, поэтому неэффективно просить их слушать информацию и выполнять какое-либо задание ещё (пробежать дистанцию, сесть на скамью, кинуть мяч.);

– избегайте длинных объяснений. Дети с расстройством аутистического спектра плохо запоминают последовательность.

**5.** **Применение информационных технологий и технических средств обучения детьми с РАС.**

Многих детей с расстройствами аутического спектра привлекают компьютеры, и это используется в терапевтических и образовательных целях.

С помощью мультимедиа устройств мы можем проводить разминку, объяснять правила игр, выстраивать наглядную картинку выполнения того или иного упражнения.

Поддержка детям с расстройствами аутистического спектра жизненно необходима. Только совместные действия специалистов – педагогов, психологов, дефектологов, логопедов и родителей помогут достичь положительных изменений, сделать окружающий мир более понятным и менее опасным для ребенка. При правильном подходе, занятия адаптивной физической культурой становятся важной частью коррекционной работы, и дарят ребёнку с РАС массу положительных эмоций.