

Уличные игры для детей с РАС на лето



От: 2G. <gg130783@mail.ru>

Кому: gg130783 <gg130783@mail.ru>

Для детей с РАС уличные игры требуют особого подхода: четкой структуры, визуальной поддержки, предсказуемости и минимума сенсорной перегрузки. Вот несколько подходящих вариантов:

1. «Мыльные пузыри»

Отлично подходит для наблюдения, коммуникации (просьба «ещё», «дай») и зрительного контакта. Ребёнок может ловить, лопать или просто смотреть. Безопасно и успокаивает.

2. «Песочница с заданиями»

Спрячьте в песок не много, а 1–2 знакомых предмета (формочки, машинку). Дайте визуальную карточку: «Найди красную формочку». Это снижает тревожность и учит следовать инструкции.

3. «Бег по линии»

Нарисуйте мелом прямую линию, дорожку или круг. Попросите пройти точно по ней, потом прибавить хлопок в конце. Помогает развивать крупную моторику и чувство границ.

4. «Сенсорная тропа»

Разложите на траве разные поверхности: мешок с фасолью, ребристый коврик, лист картона. Ребёнок идёт босиком или в носках. Снимает напряжение и даёт понятные тактильные ощущения.

5. «Парашют» (адаптированный)

Если есть тканевый парашют или большой платок, поднимайте его на счёт «раз-два-три». Сначала без беготни. Для детей с аутизмом это может быть слишком шумно, поэтому делайте медленно и предупредите звуком или карточкой.

6. «Карусель» (в паре)

Взрослый и ребёнок берутся за руки, кружатся медленно, проговаривая: «Кру-гом, сто-оп». Очень успокаивает вестибулярный аппарат.

Важные правила для улицы:

- Визуальное расписание (карточки: горка → песок → качели → домой).
- Предупреждать о смене активности за 2 минуты («Сейчас закончим, потом звонок»).
- Избегать криков, свистков, резких прикосновений (сенсорная безопасность).
- Оставлять возможность уйти в «тихий уголок» (например, складной домик-палатка на участке).

Отправлено из Mail для Android