

Овеян Сусанна Амбарцумовна

канд. пед. наук, профессор

Чахоян Вардануш Робертовна

соискатель

Государственный институт физической культуры и спорта

г. Ереван, Республика Армения

ОРГАНИЗАЦИЯ ПЛАВНОГО ПЕРЕХОДА К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ ДОШКОЛЬНИКОВ С АУТИЗМОМ СРЕДСТВАМИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема организации плавного перехода детей дошкольного возраста с расстройствами аутистического спектра от дошкольного образования к школьному обучению средствами адаптивной физической культуры. Анализируются основные группы факторов, препятствующих успешной адаптации ребёнка к школе: социально коммуникативные, психолого-поведенческие, сенсорные, институционально профессиональные и семейные. Обосновывается роль адаптивной физической культуры как комплексного инструмента, оказывающего системное воздействие на двигательную, познавательную, социально коммуникативную и эмоционально волевыми сферы ребёнка. Приводятся принципы построения занятий, рассматривается значение партнёрства семьи и специалистов.*

***Ключевые слова:** аутизм, дошкольный возраст, двигательные способности, школьное обучение, адаптивная физическая культура, социальная адаптация, инклюзивное образование, сенсорная интеграция.*

Современные социальные и образовательные требования всё чаще подчёркивают принцип инклюзивности образования, обязывая школу обеспечивать необходимые условия для развития каждого ребёнка – независимо от его психических или физических особенностей [7]. Переход дошкольника с аутизмом в школу не может быть просто формальным процессом: он должен

предусматривать познавательную, двигательную, социальную, поведенческую, сенсорную поддержку и поддержку саморегуляции [3; 7]. Для детей с аутизмом переход из детского сада в школу считается одним из самых важных и сложных этапов жизни и сопровождается рядом психологических, социальных и организационных проблем.

Следует выделить факторы, препятствующие успешному переходу.

Социальные и коммуникативные трудности. Главным вызовом для детей с аутизмом является социальное взаимодействие. Без надлежащей подготовки переход может вызвать изоляцию и отвержение, коммуникативные барьеры, а также риск буллинга [4; 5; 9; 12].

Психологические и поведенческие проблемы. Переходный период вызывает у ребёнка сильный стресс и тревожность, что проявляется в непереносимости неопределённости, трудностях саморегуляции и повторяющемся поведении [4; 8; 9].

Сенсорные факторы. Школьная среда может оказаться перегружающей для сенсорных систем детей с аутизмом. Громкие звуки, яркий свет и большое количество людей могут вызывать физическое и умственное истощение, что ведёт к сенсорной перегрузке. Изменение режима занятий, обусловленное структурой школьных уроков и нерегулярным характером перемен, может оказаться сбивающим с толку для ребёнка [4].

Институциональные и профессиональные барьеры. Зачастую проблемы связаны не с самим ребёнком, а с готовностью системы. Многие учителя не чувствуют себя готовыми работать с детьми с аутизмом или не обладают соответствующими знаниями об особенностях диагноза. Отсутствие обмена информацией и совместного планирования между детским садом и школой препятствует плавному переходу. В школах часто отсутствует инвентарь, необходимый для эффективной работы с ребёнком с аутизмом; вопрос особенно критичен в случае предмета «физическая культура» [7].

Семейные факторы. Социальный и финансовый статус семьи также влияет на эффективность перехода. Стресс родителей и низкий доход могут

отрицательно сказаться на адаптации ребёнка [6]. Все эти факторы могут привести к отвержению школы со стороны ребёнка или к его выпадению из учебного процесса [4].

Адаптивная физическая культура (АФК) играет ключевую роль в преодолении трудностей переходного периода, оказывая системное воздействие на имеющиеся проблемы.

Социальные и коммуникативные навыки. Доказано, что структурированное физическое воздействие значительно улучшает социальное взаимодействие, сотрудничество и зрительный контакт [4; 12].

Саморегуляция и поведение. АФК помогает развивать саморегуляцию и самоуправление, способствует эмоциональной стабильности и снижает стереотипные (повторяющиеся) движения, возникающие вследствие стресса [2; 12].

Когнитивное развитие. Физические упражнения положительно влияют на способность концентрировать внимание и следовать инструкциям, что необходимо для эффективного участия в учебном процессе [2; 11].

Адаптивность. Программы АФК, включающие сигналы, направленные на различные сенсорные системы, обучают ребёнка предсказуемости и помогают легче приспособливаться к новому школьному режиму.

Школьная готовность. АФК способствует компенсации проблем двигательной сферы ребёнка. Нарушения двигательной сферы наблюдаются более чем у 70% детей с аутизмом. Недоразвитие двигательных способностей напрямую связано с социальной изоляцией, поскольку ребёнок не может полноценно участвовать в уроках физкультуры со сверстниками. Несмотря на то, что возраст 3-6 лет считается чувствительным (сенситивным) периодом, он является лучшим временем для формирования двигательных способностей [1; 2; 5].

Исследования Е.Ю. Мельникова и других учёных подтверждают, что у дошкольников с аутизмом различия в зрительных, двигательных и сенсорных способностях могут оказывать прямое влияние на познание и поведение [3; 5; 8]. Исследования S. Chahboun и соавторов показывают, что хотя социальные и коммуникативные навыки считаются первостепенными, развитость двигательных

способностей «освобождает» ребёнка от физического напряжения, позволяя сосредоточиться на социальной стороне школы [4]. V. Eapen и соавторы отмечают, что улучшение двигательных способностей и общего адаптивного поведения положительно сказывается на самостоятельном и кооперативном участии ребёнка на уроках, а также на ощущении комфорта во взаимодействии с учителем [5].

Занятия АФК для дошкольников с аутизмом должны строиться на следующих принципах.

1. *Визуальная поддержка.* Поскольку дошкольники с аутизмом лучше воспринимают визуальную информацию, необходимо использовать визуальные карточки, отображающие последовательность упражнений [4; 9].

2. *Применение модели TEACCH.* Эта модель обеспечивает структурированную среду, в которой каждое действие имеет чёткое начало и завершение, что снижает тревожность ребёнка в новой обстановке [4; 7].

3. *Положительное подкрепление.* Поощрительные системы (например, наклейки или небольшие награды) мотивируют ребёнка участвовать в групповых играх и выполнять инструкции [8].

4. *Индивидуализированный подход.* Для каждого ребёнка должна быть разработана индивидуальная образовательная программа, в которой будут чётко определены цели АФК [4–6].

Для обеспечения плавного перехода решающее значение имеет партнёрство семьи и специалистов. Исследования подтверждают, что в группах, где родители активно вовлекались в физическую интервенцию, дети демонстрировали более высокие двигательные навыки и снижение стереотипного поведения. Родители помогают специалистам понять предпочтения ребёнка и его сенсорную чувствительность, что позволяет адаптировать среду (например, снизить яркость света или звуковые раздражители) [6].

Методология Дэвида Геслака подчёркивает принцип «Вовлекать, Просвещать, Вдохновлять и Тренировать». Это означает, что АФК не должна сводиться лишь к выполнению упражнений, а должна стать средством повышения уверенности ребёнка в себе и формирования социальных связей [1].

Адаптивная физическая культура является эффективным средством плавной организации школьного перехода дошкольников с аутизмом. Она позволяет решать не только двигательные, но и социально коммуникативные и поведенческие проблемы, которые часто препятствуют инклюзивному образованию. Посредством правильно организованных занятий АФК ребёнок приобретает функциональную самостоятельность, улучшает саморегуляцию и становится более готовым к вызовам школьной жизни. Важной предпосылкой эффективности является сотрудничество мультидисциплинарной команды (педагогов, терапевтов, родителей) и коррекционно восстановительное вмешательство, основанное на индивидуальных потребностях ребёнка. В научной литературе существует значительный пробел, связанный с долгосрочным мониторингом школьного перехода детей с аутизмом, что определяет перспективы дальнейших исследований в данной области [5; 12].

Список литературы

1. Геслак Д. Адаптивная физкультура для детей с аутизмом / Д. Геслак. – Рама Пабблишинг, 2019.
2. Лёгкая Е.Ф. Адаптивная физическая культура как инструмент развития навыков моторной и когнитивной сферы у детей с РАС / Е.Ф. Лёгкая, К.Ф. Салманова // Аутизм и нарушения развития. – 2025. – Т. 23. №2. – С. 53-62. DOI 10.17759/autdd.2025230206. EDN IOSSEW
3. Мельников Е.Ю. Двигательные нарушения у детей с расстройствами аутистического спектра: причины возникновения и возможности коррекции / Е.Ю. Мельников, Л.С. Ходасевич, А.В. Полякова, Е.Ф. Лёгкая // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. – 2023. – Т. 100. №4. – С. 54-61. DOI 10.17116/kurort202310004154. EDN BVSIAB
4. Building Bridges! Children with Autism Spectrum Disorder and Their Transition from Kindergarten to School – A Scoping Review / S. Chahboun, K.T. Lefstad, M. Pettersen [et al.] // Neuropsychiatric Disease and Treatment. – 2024. – Vol. 20. – P. 1823-1835. DOI 10.2147/ndt.s466108. EDN GKЕPAW

5. Transition from early intervention program to primary school in children with autism spectrum disorder / V. Eapen, R. Grove, E. Aylward [et al.] // World Journal of Clinical Pediatrics. – 2017. – Vol. 6. No. 4. – P. 169-175.

6. Feng X.W. Effects of Family Professional Partnerships in Adapted Physical Education on the Fundamental Motor Skills, Adaptive Behaviors, and Physical Activity Levels of Children with Autism Spectrum Disorder and on Parent Satisfaction / X.W. Feng, M. Hadizadeh, J.P.G. Cheong // Journal of Autism and Developmental Disorders. – 2025. – Vol. 55. No. 5. – P. 1697-1712.

7. Barriers to and Facilitators of Successful Early School Transitions for Children with Autism Spectrum Disorders and Other Developmental Disabilities: A Systematic Review / L. Fontil, J. Gittens, E. Beaudoin, I.E. Sladeczek // Journal of Autism and Developmental Disorders. – 2020. – Vol. 50. – P. 1866-1881. DOI 10.1007/s10803-019-03938-w. EDN JGFEFX

8. Jahromi L.B. The importance of self regulation for the school and peer engagement of children with high functioning autism / L.B. Jahromi, C.I. Bryce, J. Swanson // Research in Autism Spectrum Disorders. – 2013. – Vol. 7. – P. 235-246.

9. Marsh A. Transition to school for children with autism spectrum disorder: A systematic review / A. Marsh, V. Spagnol, R. Grove, V. Eapen // World Journal of Psychiatry. – 2017. – Vol. 7. No. 3. – P. 184-196.

10. Schmidt E. Adapting a Preschool Physical Activity Intervention to Be Inclusive of Children on the Autism Spectrum / E. Schmidt, J. Hoffman, Ch. Mulé, A. Briesch // International Journal of Disability, Development and Education. – 2023.

11. The effects of adapted physical activity on physical activity levels and social adaptive behaviors in children with autism spectrum disorders: a study using the ICF CY framework / X. Zhan, Z. Kuang, X. Li [et al.] // Frontiers in Psychiatry. – 2025. – Vol. 16. DOI 10.3389/fpsy.2025.1708901. EDN MYGFAA

12. Zhao M. The Effects of Structured Physical Activity Program on Social Interaction and Communication for Children with Autism / M. Zhao, Sh. Chen // BioMed Research International. – 2018. – Vol. 2018. – Article ID 1825046.