

Организация процесса обучения фигурному катанию на коньках детей с расстройствами аутистического спектра

В.Ф. Сопов*,
ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК),
Москва, Россия,
vladimirsopov@mail.ru

А.В. Шакирова**,
ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК),
Москва, Россия,
kidotaku@yandex.ru

Фигурное катание — вид спорта, развивающий такие психические и физические качества как внимание, самоконтроль, скорость, сила, дефицит которых наблюдается у детей с расстройствами аутистического спектра. Разработана методика обучения фигурному катанию на коньках как средство абилитации детей с расстройствами аутистического спектра и ментальными нарушениями. Пилотная апробация методики проводилась в инклюзивной секции адаптивного фигурного катания «Хрустальные пазлы», Москва. В экспериментальной работе по апробации приняли участие 15 детей — мальчики от 6 до 8 лет с аутистическими расстройствами, регулярно посещающие занятия фигурным катанием не менее 1 года. Занятия проводились в малых группах от 2 до 5 человек. Для построения тренировочного процесса выработаны рекомендации: тьюторское сопровождение на начальном этапе; учебный материал, учитывающий особенности каждого ребенка; фронтальный и сагиттальный показ; визуальные, а также частичные и полные физические подсказки; дозирование и уменьшение помощи в зависимости от степени развития умений. Результаты анкетирования 15 родителей подтвердили положительную динамику детей в развитии социальных, коммуникативных и физических навыков и умений.

Ключевые слова: расстройства аутистического спектра, адаптивный спорт, фигурное катание, аутизм, психофизическое развитие, организация обучения, ментальные нарушения.

Для цитаты:

Сопов В.Ф., Шакирова А.В. Организация процесса обучения фигурному катанию на коньках детей с расстройствами аутистического спектра // Аутизм и нарушения развития, 2019. Т. 17. № 4 (65). С. 29–34. doi: 10.17759/autdd.2019170404

* *Сопов Владимир Федорович*, кандидат психологических наук, профессор кафедры психологии Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК) (ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)), Москва, Россия. E-mail: vladimirsopov@mail.ru

** *Шакирова Анита Васильевна*, аспирант кафедры психологии Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК) (ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)), Москва, Россия. E-mail: kidotaku@yandex.ru

У детей с нарушениями психического развития существуют проблемы формирования моторных функций, что отражается на формировании двигательной сферы [1]. Развитие двигательных навыков может быть критически важным, потому что дети с расстройствами аутистического спектра часто показывают свою неспособность к простым осознанным физическим занятиям, что имеет серьезные негативные социальные последствия.

Наиболее эффективными способами решения проблемы формирования моторных навыков у детей с особенностями развития являются регулярные занятия адаптивной физической культурой и спортом [2].

Цель экспериментальной работы — пилотная апробация методики организации обучения фигурному катанию на коньках детей с расстройствами аутистического спектра и ментальными нарушениями, а также изучение динамики социальных, коммуникативных и физических навыков детей с РАС, посещающих занятия по фигурному катанию. Методика обучения фигурному катанию на коньках разработана также и для абилитации детей с расстройствами аутистического спектра.

Пилотная апробация методики была проведена на базе секции адаптивного фигурного катания АНО «Хрустальные пазлы» для детей с расстройствами аутистического спектра и ментальными нарушениями с января по май 2019 г.

Выборка. В исследовании приняли участие 15 детей — мальчики от 6 до 8 лет с расстройствами аутистического спектра, регулярно посещающие занятия фигурным катанием не менее 1 года.

Организация занятий фигурным катанием

Методическая организация обучения фигурному катанию на коньках детей с особенностями развития подразумевает:

- развитие имитационных способностей;
- стимулирование к выполнению инструкций;

- формирование навыков произвольной организации движений;
- развитие коммуникативных функций;
- коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата;
- коррекцию и компенсацию психомоторики;
- коррекцию и развитие общей моторики;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям фигурным катанием на конька.

Основные принципы построения занятий:

- непрерывность;
- индивидуальный подход;
- создание зоны успешности ребенка; воспитание чувства внутренней свободы, уверенности в своих силах и возможностях; направленность занятий на корректировку поведения и социализацию;
- использование в работе методов поощрения желательного поведения.

Занятия проводятся в *малых группах от 2 до 5 человек*. На начальном этапе необходимо наличие тьютора — персонального помощника ребенка, контролирующего исполнение заданий тренера. Распределение детей в группы осуществляется по следующим признакам:

Группа 1. Наличие задержки речевого и психоречевого развития, вокализации, активное проявление нежелательного поведения (агрессия, самоагрессия, стереотипии, стимминг), слабые академические навыки, слабое физическое развитие (грубое несоответствие физиологическому возрасту), отсутствие навыков альтернативной коммуникации, отсутствие навыков социального взаимодействия, отсутствие имитации;

Группа 2. Владение достаточным уровнем академических навыков (понимание словесных и визуальных инструкций, подсказок), владение средствами альтернативной коммуникации, понимание счета, умение читать, ограниченное понимание обращенной речи, наличие навыков имитации.

Группа 3. Понимание словесных и визуальных инструкций и подсказок, наличие развернутой речи, слабая выраженность нежелательного поведения, умение концентрироваться на выполнении задач, постав-

ленных тренером, достаточный уровень социального взаимодействия.

В зависимости от персонального прогресса каждого занимающегося и анализа промежуточных результатов тренировочного процесса осуществляется перемещение участника в другую группу в течение тренировочного сезона.

Средства для реализации тренировочного процесса:

- физические упражнения (общие и специальные);
- коррекционные подвижные игры, элементы спортивных игр;
- спортивный инвентарь;
- наглядные средства обучения.

В качестве наглядных средств обучения применяются визуальное расписание и визуальные подсказки. Они позволяют донести информацию о технике физических упражнений, создавая представления-ассоциации об изучаемом движении, и служат программой для реализации двигательных действий.

На льду в качестве визуальных подсказок используются: конусы, шины, прорисовка элементов с обозначением начала и конца упражнения. Крайне важно разграничение зон каждой тренировочной группы для систематизации пространства и снижения уровня тревожности детей.

Инструменты работы тренера с группой: фронтальный и сагиттальный показ физического упражнения, демонстрация наглядного пособия (чек-листа), звуковые ориентиры (ключи-подсказки), физическая подсказка.

Алгоритм действия при показе нового упражнения:

- 1 — показ упражнения в чек-листе;
- 2 — краткий показ упражнения фронтально по зрительным ориентирам, проговаривая ключи-подсказки.

При необходимости применяется *частичная или полная физическая подсказка* с проговариванием ключей-подсказок.

В каждой группе применяются следующие типы визуальных подсказок:

1. Использование таблиц с графическим образом и набором базовых элементов с малым количеством повторов;

2. Увеличение количества повторов, добавление элементов;

3. Переход к списочному типу (без опорных схем) в визуальном расписании с использованием дозировки и усложнение набора элементов;

4. Список без четкого указания дозировки каждого элемента (выполнение одного элемента на заданное время с использованием таймера);

5. Переход к произвольному выполнению элементов по заданию тренера (в соответствии с проведением тренировочного процесса у типично развивающихся детей).

Условия использования звуковых ориентиров:

- медленное и четкое их проговаривание;
- четкое образное описание; используется одинаковая терминология для повторяющихся движений;

- проговаривание выполняемого упражнения, в том числе и с ребенком совместно;

- сопровождение движений ритмичным стихотворением или счетом;

- использование словесных поощрений при проявлении желательного поведения.

Применение полной или частичной физической подсказки осуществляется по необходимости. Полная физическая подсказка осуществляется в случае наличия проблем с физическим аппаратом. Частичная — для снижения тревожности детей.

Методы

Тренеры составили анкету и провели анкетирование родителей с целью выявления динамики социальных, коммуникативных и физических навыков детей, посещающих занятия по фигурному катанию. В анкетировании приняли участие 15 родителей, регулярно приводящих детей на групповые занятия по фигурному катанию на коньках в течение года и более.

Анкета включала 16 вопросов, условно разделенных на три блока: 1 блок — общие вопросы (возраст, количество занятий, основной диагноз, дефициты на момент нача-

ла занятий); 2 блок — вопросы об изменениях физического, психического состояния и о развитии социального взаимодействия, 3 блок — перенос полученных навыков на другие виды деятельности.

Также использовался метод наблюдения за детьми во время тренировок.

Результаты и обсуждение

Полученные данные:

1. По мнению респондентов, с момента начала посещения групповых занятий по фигурному катанию на коньках у детей

снизилась частота проявления вокальных стереотипий, наблюдается развитие коммуникативных навыков (понимание простых и сложных инструкций); навыков имитации; улучшилась концентрация внимания, снизилась тревожность и повысился мышечный тонус, улучшилась координация движений; повысилась дисциплина (рис. 1).

2. Наблюдалась положительная динамика в развитии социального взаимодействия: большинство родителей выделили у своих детей появление навыков сотрудничества с другими детьми, улучшение понимания сложных инструкций (рис. 2).

Динамика развития психофизических качеств

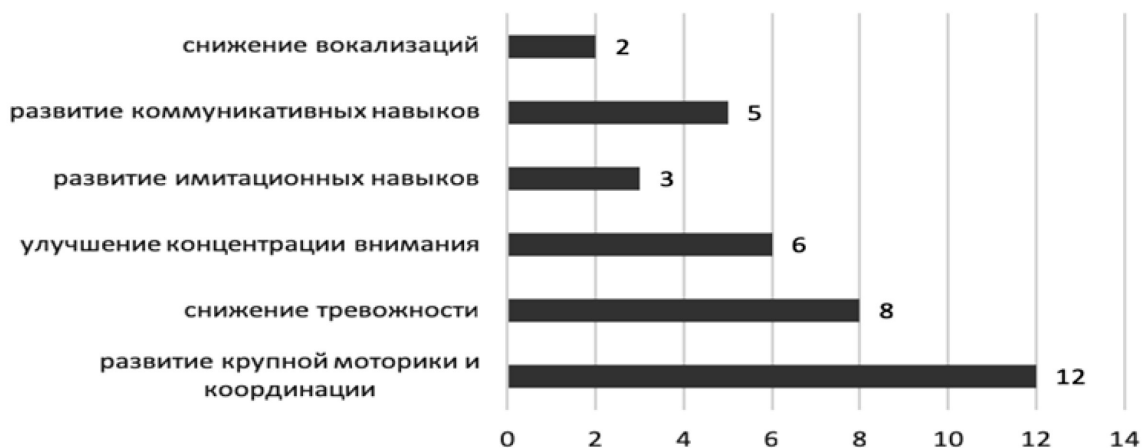


Рис. 1. Динамика развития психофизических качеств детей на основе анкетирования респондентов

Динамика развития социального взаимодействия

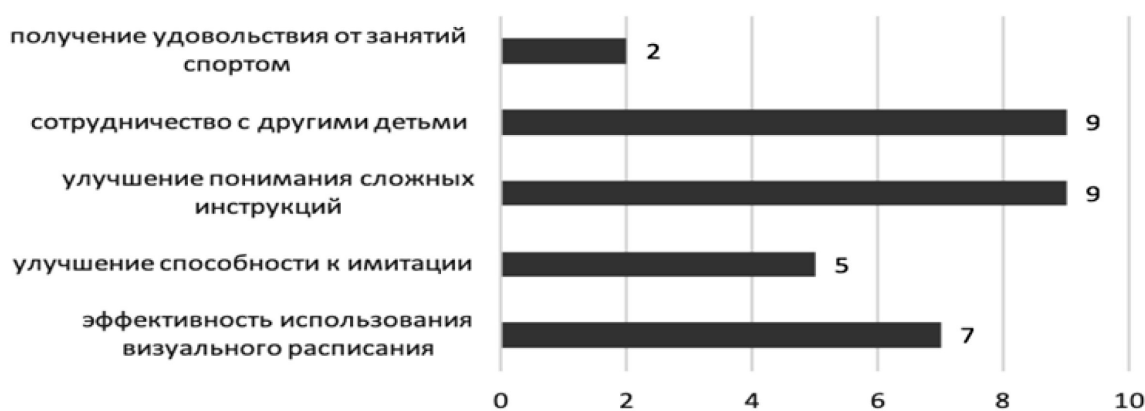


Рис. 2. Динамика развития социального взаимодействия

Заключение

В ходе экспериментальной работы была подтверждена необходимость систематизации процесса с учетом особенностей восприятия, понимания, поведения занимающихся и выработаны следующие рекомендации для улучшения взаимодействия и грамотного построения тренировочного процесса:

1. Предъявлять учебный материал, учитывая особенности развития и восприятия аутичного ребенка;
2. Соблюдать правило «от тренера к ученику»: тренер показывает новое упраж-

нение фронтально с малым количеством повторов, с проговариванием ключей-подсказок, далее сагитально с учеником, также комментируя действия;

3. Соблюдать правило от простого к сложному — от двуопорного скольжения с односложными элементами и простым чек-листом к одноопорному скольжению со сложными элементами и многосложными командами;

4. Соотносить степень оказания помощи ребенку с той степенью развития, на которой в данный момент он находится. ■

Литература

1. Бек-Авшаров А.О., Максимова С.Ю. К вопросу развития психомоторных способностей дошкольников с задержкой психического развития средствами физической культуры // Молодой ученый, 2009. № 6. С. 160—162.
2. Евсеев С.П., Шаткова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие. Москва: Советский спорт, 2000. 240 с.: ил.
3. Библиотека «золотого стандарта» методик скрининга, диагностики и оценки развития навыков у детей с расстройствами аутистического спектра и другими нарушениями развития [Электронный ресурс] // Фонд президентских грантов. URL: <https://президентскиегранты.рф/public/application/item?id=b9dc325f-ee44-46e6-bb3c-1ec2b36cdaeb> (дата обращения: 29.11.2019).

Organization of the Process of Teaching Figure Skating Classes for Children with Autism Spectrum Disorders

V.F. Sopov*,

Russian State University of Physical Education,
Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia,
vladimirsopov@mail.ru

A.V. Shakirova**,

Russian State University of Physical Education,
Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia,
kidotaku@yandex.ru

Figure skating is a sport that develops such mental and physical qualities as attention, self-control, speed, strength. Deficit of such qualities observed in children with autism spectrum disorders. A technique for

For citation:

Sopov V.F., Shakirova A.V. Organization of the Process of Teaching Figure Skating Classes for Children with Autism Spectrum Disorders. *Autizm i narusheniya razvitiya = Autism & Developmental Disorders (Russia)*. 2019. Vol. 17. No 4 (65). Pp. 29—34. doi: 10.17759/autdd.2019170404

* Sopov Vladimir Fedorovich, PhD in Psychology, Associate Professor, Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia. E-mail: vladimirsopov@mail.ru

** Shakirova Anita Vasilevna, graduate student, Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia. E-mail: kidotaku@yandex.ru

teaching figure skating has been developed as a means of habilitating of children with autism spectrum disorders and mental disorders. Pilot testing of the technique was carried out in the inclusive section of adaptive figure skating “Crystal Puzzles”, Moscow. Fifteen children took part in the experimental testing: boys from 6 to 8 years old with autism spectrum disorders who regularly attend figure skating classes for at least 1 year. Classes were held in small groups from 2 to 5 people. For the competent organization of the training process, following recommendations were developed: tutorial support at the initial stage; educational material that takes into account the characteristics of each child; frontal and sagittal presentation; visual as well as partial and complete physical cues; dosing and reducing aid depending on the degree of development of skills. A survey of 15 parents confirmed the positive dynamics of children in the development of social, communicative and physical skills.

Keywords: autism spectrum disorders, adaptive sport, figure skating, autism, psychophysical development, training organization, mental deficits.

References

1. *Bek-Avsharov A.O., Maksimova S.Yu.* K voprosu razvitiya psikhomotornykh sposobnostei doshkol'nikov s zaderzhkoi psikhicheskogo razvitiya sredstvami fizicheskoi kul'tury [On the issue of development of the psychomotor abilities in preschool children with mental retardation by means of physical education]. *Molodoi uchenyi* [Young Scientist]. 2009, no 6, pp. 160–162.
2. *Evseev S.P., Shapkova L.V.* Adaptivnaya fizicheskaya kul'tura: Uchebn. posobie [Adaptive physical education: Manual]. Moscow: Publ. Sovetskii sport, 2000. 240 p.: il.
3. Biblioteka «zolotogo standarta» metodik skringinga, diagnostiki i otsenki razvitiya navykov u detei s rasstroistvami autisticheskogo spektra i drugimi narusheniyami razvitiya [Library of the “gold standard” of methods for diagnosing, screening and evaluating the development of children with autism spectrum disorders and other developmental disabilities] [Web resource]. *Fond prezidentskikh grantov* [Presidential grants fund]. URL: <https://prezidentskiegranty.rf/public/application/item?id=b9dc325f-ee44-46e6-bb3c-1ec2b36cdaeb> (Accessed 29.11.2019).