**Важность развития мелкой моторики у детей с РАС**

**Автор: Ганиева Нурлы Дюсенбаевна, учитель-логопед КГУ «Центр (autism-центр) поддержки детей с аутизмом (расстройством аутистического спектра)**

**«Асыл Мирас», г. Павлодар**

Мелкая моторика играет ключевую роль в физическом и когнитивном развитии детей. Для детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) этот процесс становится особенно важным, так как улучшение навыков мелкой моторики способствует не только физической адаптации, но и развитию социальных и когнитивных навыков, что в свою очередь улучшает качество жизни детей и их способность взаимодействовать с окружающим миром.

**Что такое мелкая моторика?**

Мелкая моторика включает в себя движения пальцев, кистей рук и других частей тела, которые необходимы для выполнения точных и координированных действий. Эти навыки включают в себя такие действия, как хватание, письмо, использование столовых приборов, застегивание пуговиц и многие другие. Правильное развитие мелкой моторики связано с развитием зрительно-моторной координации, внимания, памяти и способности к решению проблем.

**Особенности детей с РАС**

У детей с РАС наблюдается широкий спектр трудностей, которые могут касаться как сенсорной, так и моторной сфер. У многих детей с этим расстройством развиваются задержки в развитии моторных навыков, что делает выполнение таких простых действий, как держать ложку или писать, значительно более сложным. Такие дети могут испытывать трудности с координацией движений, а также с развитием ловкости и точности.

Кроме того, дети с РАС часто могут проявлять гиперчувствительность или наоборот, гипочувствительность к сенсорным стимулам. Это может привести к тому, что им трудно адаптироваться к обычным повседневным действиям, которые требуют мелкой моторики, как, например, застегивание молний или использование мелких игрушек. Учитывая это, важно создавать условия, которые будут стимулировать развитие этих навыков, с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Дети с РАС могут избегать или испытывать трудности в установлении контакта с другими людьми, включая физический контакт, что также влияет на развитие мелкой моторики. Например, дети могут избегать игр с другими детьми или не принимать участия в обычных действиях, которые развивают координацию, например, лепке или строительных играх. Это ограничивает их возможности для практики навыков, необходимых для развития моторики.

**Зачем развивать мелкую моторику у детей с РАС?**

* **Улучшение когнитивных функций**. Развитие мелкой моторики тесно связано с развитием когнитивных способностей. Упражнения, направленные на улучшение ловкости рук и координации движений, также способствуют улучшению памяти, внимания и способности решать задачи. Мелкая моторика помогает детям с РАС лучше воспринимать окружающий мир и делать это более осознанно.
* **Социальная адаптация**. Улучшение моторных навыков способствует лучшему взаимодействию с окружающими, что в свою очередь влияет на развитие социальных навыков. Например, умение правильно пользоваться предметами в быту, такими как ложка, ножницы или игрушки, помогает ребенку чувствовать себя более уверенно в социальных ситуациях, будь то дома или в образовательном учреждении.
* **Развитие самообслуживания**. Одним из самых важных аспектов развития мелкой моторики является возможность для ребенка стать более независимым в повседневной жизни. Умение правильно одеваться, использовать столовые приборы, чистить зубы и выполнять другие простые действия важно для формирования самостоятельности.
* **Эмоциональное благополучие**. Улучшение мелкой моторики может также оказывать положительное влияние на эмоциональное состояние ребенка. Когда ребенок чувствует, что он способен успешно выполнять задачи, которые ранее были сложными, его самооценка и уверенность в себе растут. Это способствует снижению уровня стресса и беспокойства.

**Для стимуляции развития мелкой моторики у детей с РАС важно использовать следующие методы:**

***Постепенное введение упражнений*: Начинать с простых упражнений (например, игры с мягкими игрушками, пластилином, простыми конструкторами) и постепенно увеличивать сложность заданий, чтобы не перегрузить ребенка.**

***Использование сенсорных стимулов*: Игры и занятия с текстурами, различными материалами (глина, песок, вода, ткани) могут помочь ребенку адаптироваться к сенсорным воздействиям и развить способность манипулировать предметами.**

***Применение визуальных и вербальных подсказок*: Поддержка в виде изображений, схем или пошаговых инструкций помогает детям с РАС организовать свои действия и лучше понять, что требуется.**

***Индивидуальные занятия и тренировки*: Важным элементом является работа с психологом или педагогом-дефектологом, который разработает индивидуальную программу для развития моторики в зависимости от потребностей и возможностей ребенка.**

***Поощрение самостоятельности*: Постепенно обучать ребенка самостоятельному выполнению повседневных задач, таких как застегивание молний, использование ложки и вилки, одевание, с учетом индивидуальных особенностей.**

**Как развивать мелкую моторику у детей с РАС?**

Для того чтобы эффективно развивать мелкую моторику у детей с РАС, важно использовать индивидуальный подход и адаптировать методы в зависимости от потребностей ребенка. Вот несколько рекомендаций:

* **Игры с конструкторами и пазлами**. Использование игрушек, которые требуют от ребенка точных движений и координации, таких как конструкторы или пазлы, помогает развивать зрительно-моторную координацию и ловкость.
* **Занятия с пластилином или глиной**. Лепка помогает развивать мышцы рук, а также улучшает координацию движений.
* **Рисование и письмо**. Письмо и рисование с использованием разных инструментов (карандаши, кисти) помогает развивать мелкую моторику и способствует улучшению когнитивных процессов.
* **Пальчиковые игры**. Простые упражнения с пальцами, такие как "Ку-ку", "Ручеек" или "Пальчиковая гимнастика", могут быть полезны для укрепления мышц рук и улучшения координации.
* **Игры с манипулятивными игрушками**. Использование игрушек, которые требуют от ребенка манипуляций с мелкими частями (например, застегивание пуговиц или молний), помогает развивать не только моторику, но и внимательность.

**Заключение**

Развитие мелкой моторики у детей с РАС — это важный аспект их общего развития. Улучшение этих навыков помогает детям становиться более независимыми, улучшает их когнитивные способности и способствует лучшей социальной адаптации. Индивидуально подобранные методики и регулярная практика могут существенно повлиять на повышение качества жизни ребенка и облегчить его повседневное взаимодействие с миром.