# **Развивающие игры для детей с РАС**

# Для детей с РАС, как и для их нейротипичных сверстников, игры становятся дорогой к внешнему окружению — с его сложными правилами и огромным количеством явлений и событий. Игры помогают укрепить связи между малышом и родителями и способствуют развитию социальных навыков. Предлагаем вашему вниманию перечень игр, которые особенно полезны и доступны для детей с аутизмом. Выберите то, что больше всего подходит вашему чаду, и разделите с ним веселье!

## Занятия для детей от 1 года до 3-х лет

### Мешок фасоли

Засыпаем в большую пластиковую ванну высушенную фасоль, рис, небольшие каштаны или бусины. Зарываем в наполнитель небольшую игрушку и просим малыша достать ее. Ощущения, испытываемые при погружении руки в бассейн из фасоли, способствуют сенсорной интеграции ребенка и дают ему возможность приобрести новый осязательный опыт.

Особое предупреждение! Играть только под присмотром взрослого в виду того, что дети с РАС часто тянут в рот самые неожиданные и несъедобные предметы.

### Выдувайте пузыри

Если ребенок не умеет дуть сам, пусть он помогает вам откручивать крышку пузырька и погружать внутрь форму. Здесь вы можете добиться первого осознания понятия «по очереди» и чуткого взаимодействия в паре с ребенком.

Показывайте пальцем на пузыри, выражайте гипертрофированную радость и восторг – это поможет развить у малыша с РАС столь важное разделенное внимание.

### Пальчиковые краски

Этой забаве самое место в ванной – вымазанными в краске пальчиками очень легко перемазать все вокруг и себя самого. Дети узнают больше о цветах, ощупают самые разные поверхности и познакомятся с новым, необычным ощущением от краски на коже.

Такая забава поначалу нравится не всем, но однозначно стоит пытаться ее привить. Для этого пробуйте ее и в более старшем возрасте. Нередко по ходу прогресса в развитии и рассеивания аутичного «тумана» ребенок начинает интересоваться теми субстанциями, которые раньше категорически отвергал (песок, пальчиковые краски, пластилин).

### Стих и песни

Детям часто нравится гладкость и стремительность речи в стихах, а также циклическое повторение куплета в песнях. Используйте рифмованные строки, чтобы научить ребенка одеваться или есть самостоятельно (или самому выполнять отдельные операции процедур самообслуживания).

Пойте малышу любимую песню, когда хотите его наградить. Используйте аккомпанемент песен и стихов, когда малыш выполняет физические упражнения: прыгает в длину или высоту, карабкается по брусьям, качается на качелях.

Вполне возможно из-за привычки к песням и стихам, у ребенка сформируется особое поощрение — прочесть ему стих и/или спеть песню. Заметьте, это поощрение будет НЕПИЩЕВЫМ, что немаловажно в процессе обучения.

**Играем с дошкольниками**

Ролевые игры

Особенно часто у детей с аутизмом наблюдается задержка в развитии навыков ролевых игр, их полное отсутствие или искажение. Чтобы помочь малышу преодолеть отставание, попробуйте играть с ним в такие игры:

* Играйте в динозавров, ревите друг на друга и ищите спрятанную в траве еду;
* Играйте с куклами и кукольным домиком и представляйте, что куклы встают, умываются, играют и ложатся спать;
* Стройте из деталей для конструктора дома, составляйте из них улицы и водите между ними автомобиль;
* Играйте в железную дорогу, загружайте поезд товарами, садите на него людей и перевозите со станции на станцию;
* Создайте больницу для мягких игрушек и лечите зверей: делайте им уколы, капайте в глаза, носы и уши капли, перевязывайте лапы, поите их лекарством;
* Используйте игрушечную еду, чтобы «приготовить» и «подать на стол» различные блюда;
* Играйте в школу, кто-то будет учителем, а другие участники игры – учениками.

Если у вашего ребенка есть какие-то особые интересы, учитывайте их в ролевой игре.

Перенесите в игру то, что ребенок любит в реальной жизни, например:

* Прогулки на площадке
* Детей, катающихся поочередно на горке
* Качели и карусель
* Голубей и кошек
* Сервировку стола
* Купание в бассейне или ванне

В помощь вам наборы сюжетных конструкторов (Лего и аналоги), самодельные игрушки из картона и пластиковые фигурки людей и животных.

В ролевых играх по факту хорошо разыгранной роли также можно награждать участников занятий наклейками, леденцами и другими особыми угощениями.

**Сенсорные игры**

У детей с РАС часто нарушена нормальная работа сенсорной сферы. Многие привычные для обычных людей раздражители (прикосновения, освещенность, вкусы, запахи, звуки) они могут воспринимать либо как слишком сильные, либо как очень слабые (тогда они начинают усиленно искать способы догрузить простаивающие каналы восприятия).

Детям с РАС важно предложить подходящую им сенсорную диету – набор ощущений, который, с одной стороны, восполнял бы нехватку, а с другой –  понемногу и исподволь помогал бы привыкнуть к слишком интенсивным сенсорным переживаниям.

Попробуйте такие занятия:

* Ванна с фасолью или рисом. Как уже говорилось ранее, пусть дети погружают в нее руки, закапывают и выкапывают зверей и другие игрушки;
* Рисование по крему для  бритья. Нанесите на столешницу немного крема для бритья и путь дети размажут его по всей крышке стола;
* Создайте «водяную стену»: расположите рядом друг с другом банки и колбы разной формы и пусть ребенок заполняет их водой из графина или пластиковой бутылки;
* Ансамбль барабанов. Расставьте по столу барабаны. Пусть ребенок стучит в них с разным темпом и скоростью;
* Предлагайте ребенку различные виды еды (но не забывайте о диете – если вы ей следуете) — с разной текстурой, хрустом, и вкусом;
* Используйте вращающийся стул, чтобы кружить ребенка;
* Купите небольшой трамплин;
* Подвесьте под потолок качели;
* Шведская стенка. Прикрепите к стене шведскую стенку и поощряйте малыша подниматься по ней вверх и вниз, свешиваться на руках и ногах;
* Кольца и перекладина. Подвесьте к потолку пару колец и перекладину. Учите ребенка свисать с них, подтягивать тело вверх, раскачиваться в висе руками, поджав ноги.
* Посещайте игровые площадки: ребенок должен освоить спуск и подъем на горки разной высоты (по лестнице, используя альтернативные маршруты карабканья), уметь преодолевать препятствия, кружиться на карусели, прыгать по пенькам и колесам.
* Детский транспорт. Учите ребенка кататься на специальных тележках в форме машин и мотоциклов, на самокатах и особых велосипедах без педалей (велобегах).

ПОМНИТЕ! Физические упражнения помогут ребенку лучше чувствовать тело, [гармонизируют равновесие](http://www.corhelp.ru/metody-korrektsii/sensornaya_integratsiya/sensornaya-integratsiya-garmoniziruem-chuvstvo-ravnovesiya/), улучшат [проприоцептивную чувствительность](http://www.corhelp.ru/metody-korrektsii/sensornaya_integratsiya/sensornaya-integratsiya-razvivaem-propriotseptivnuyu-chuvstvitelnost/) и даже могут  повлиять на развитие навыков речи.

Об этом свидетельствуют отзывы многих родителей, которые отмечают значительный прогресс в физических навыках в дошкольном возрасте, происходивший чуть ранее прорывных коммуникационных успехов, в том числе по речи.

 Взрослые люди с аутизмом также положительно отзываются о нужде в физкультуре. Например, известный блогер [Идо Кедар очень высоко оценивает роль физкультуры для преодоления многих проявлений РАС](http://www.corhelp.ru/razvitie-i-obuchenie/fizicheskie-uprazhneniya-pri-autizme-rasskazyvaet-ido-kedar-19-let-autizm/).

Не переусердствуйте: если ребенок проявляет тревожность или волнение, не давите на него слишком сильно. Постоянное медленное движение вперед предпочтительнее резких рывков.

**Умение ждать своей очереди**

Делать ходы и выполнять действия по очереди трудно каждому дошкольнику, но особенно тяжело это умение дается детям с РАС. Попробуйте такие идеи:

* Когда ваш ребенок играет с игрушкой, попросите его о своей очереди. Не дожидайтесь ответа, просто возьмите игрушку, немного с ней поиграйте и верните ее ребенку. Когда ребенок хорошо усвоит, что ему отдадут игрушку, он будет охотнее ею делиться;
* Возьмите игрушку с огоньками и музыкой, и играйте с ней сами. Передайте ее ребенку и скажите: «Твоя очередь». Включите в занятие еще нескольких детей или взрослых – пусть игрушка идет по кругу.
* Запускайте по очереди юлу, стучите в барабан, гремите кастаньетами, дуйте в дудку, выдувайте мыльные пузыри – используйте простые инструменты, длительность одного сеанса игры, с которыми мала и которые можно быстро передать партнеру.

**Совместное внимание**

Дети с РАС часто лишены разделенного внимания (общее внимание двух людей к одному и тому же объекту или синхронизация внимания между двумя и более людьми). Однако и этот недостаток можно исправить в игре:

* Когда ребенок играет с игрушкой, заберите ее и покажите пальцем какие-то ее особенности (уши у плюшевого медведя). Попросите ребенка повторить за вами.
* Просите ребенка подробно описать объект, на который он смотрит: какой высоты, какого цвета, какой формы, такой ширины.
* Дуйте в свисток, дудку или губную гармошку и просите ребенка сказать, что только что прозвучало.
* Исполняйте разные мелодии на музыкальном инструменте.
* Просите ребенка описывать предметы на улице, называть, что перед ним.

**Поощряем имитацию**

Имитация – это крайне значимый инструмент развития ребенка, и основа усвоения им множества навыков. У детей с РАС умение имитировать и повторять за другим человеком часто страдает. Попробуйте такие игры:

* Делайте жесты руками, меняйте положение ног и всего тела, и просите ребенка повторить за вами;
* Изображайте животное, и пусть ребенок повторяет повадки, которые вы демонстрируете;
* Копируйте поведение своего ребенка с РАС. Делайте это до тех пор, пока он не заметит вашего обезьянничания;
* Если у вас есть, кого поставить в пару, просите одного ребенка быть зеркалом другого – когда первый совершает движение, второй должен за ним безошибочно и вовремя повторять.

Поощряйте успехи ребенка наградами.

Литература:

1.Т.А. Басилова , Н.А. Александрова «Как помочь малышу со сложным нарушением развития» М. Изд.Просвещение, 2008

2.О.С. Рудик «Коррекционная работа с аутичным ребенком» М.: Гуманитарный центр Владос, 2014

3. Сара Ньюмен «Игры и занятия с особым ребенком» Руководство для родителей. М.: Теревинф,2019

Материал подготовила учитель-дефектолог Градова М.А.