

## Психологическая оценка эффективности детских программ адаптивной физической культуры

*Нарушения психического развития, адаптивная физическая культура, нейропсихологический подход*

Адаптивная физическая культура (АФК) является одной из эффективных технологий абилитации детей с нарушениями психического развития (НПР) и наиболее естественной сферой инклюзии. Движение, моторика — это ведущая форма активности ребёнка, основа формирования психических процессов, физических и социальных навыков, развития в целом.

Б.Г. Ананьев определил аспекты психомоторных свойств: локомоции, мышечный тонус, особенности статического и динамического тремора, мышечное напряжение, точность движений рук и ног. Особо выделены графические движения (Ананьев, 2001). С точки зрения детской нейропсихологии, выделяются три категории двигательной активности ребёнка: общие характеристики двигательной сферы, предметно-бытовые и предметно-игровые навыки, праксиса (Цветкова, 1998).

Методы. Нейропсихологический подход представляется надёжным методологическим основанием для оценки эффективности программ АФК в абилитации детей с НПР. АФК гармонично включает в себя базовые принципы нейропсихологической коррекции: эти две коррекционно-развивающие техники объединены учётом потенциала сенсорного и моторного опыта в развитии памяти, мышления и воображения. В отличие от психометрического, нейропсихологический подход к диагностике делает акцент на самом процессе деятельности (Глозман, 2012). Это особенно актуально в оценке уровня развития ребёнка.

В 2020–2021 г. было проведено исследование динамики показателей психомоторного и психического развития детей с НПР, принявших участие в программах АФК «Адаптивный батут» и «Адаптивный скалодром», организованных АНО «Школа героев» на базе батутно-развлекательных парков «Небо» (Москва). В исследовании приняли участие 79 детей: 6–13 лет, преимущественно мальчики (82%), с диагнозами F-84.0, F-84.1, Q-90. Задачи были сугубо прикладными — оценить эффективность этих программ АФК и определить критерии включения детей в инклюзивные группы. Дети обследовались психологами и физиологами перед началом цикла занятий и по его завершению (через 2 месяца). Физиологическое исследование моторных функций включало оценку силы мышц рук, равновесия и баланса, координации движений, способности к дифференцированию параметров движения и моторную реакцию на сигнал.

Параметры психологической диагностики: особенности контакта, проявления негативизма, критичность, удержание инструкции, нейродинамические особенности, инертность, импульсивность утомляемость, истощаемость, уровень сформированности речи, внимание, пространственные и зрительно-пространственные представления и соматогнозис, зрительно-моторная координация, разные виды праксиса, реципрокная координация, зрительная и слухо-речевая

память, понимание эмоций. Использовались стандартные и модифицированные нейропсихологические пробы (Ахутина, 2016).

Результаты. Положительная динамика наблюдалась по ряду параметров: дети значимо лучше стали поддерживать контакт, общаться, проявления негативизма сгладились, реакции стали менее острыми, выраженность негативизма стала ниже. Значимо снизился показатель инертности, дети легче включались в задания и переключались между задачами, в целом следование инструкции стало им проще. Наблюдались тенденции к снижению импульсивности и повышению показателей моторного развития.

По результатам пилотажного исследования, программы АФК представляются эффективной техникой абилитации детей с НПП, однако значимо улучшаются скорее социально-коммуникативные показатели; собственно нейропсихологические и показатели психомоторного развития требуют более продолжительной коррекции.

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания — СПб.: Питер, 2001. — 288 с.
2. Ахутина Т.В. Методы нейропсихологического обследования детей 6–9 лет. — М.: Изд-во В. Секачев, 2016. — 280 с.
3. Глоzman Ж.М. Нейропсихологическое обследование: качественная и количественная оценка данных. — М.: Смысл, 2012. — 264 с.
4. Цветкова Л.С. Методика нейропсихологической диагностики детей. Изд. 2-е, исправленное и дополненное. — М.: «Российское педагогическое агентство», «Когито-центр», 1998. — 128 с.