

## **ДІТИ З КОГНІТИВНИМИ ПОРУШЕННЯМИ**

Сукупність уроджених, спадкових або рано набутих стійких рис психічних розладів унаслідок затримки розвитку визначають як розумову відсталість (РВ). У дітей цієї нозології спостерігається зниження інтелектуальної спроможності як наслідок органічного ураження кори головного мозку, не прогресуючого характеру. Такі діти мають особливий розвиток, і більшість їх потенційних можливостей залишаються невичерпними.

Різний ступінь зниження інтелекту є провідною клінічною ознакою патології.

Легка розумова відсталість (РВ) з коефіцієнтом інтелекту (IQ) 50-69. Хоч зовні такі діти не відрізняються від однолітків, але навчатися їм складно внаслідок зниженої концентрації уваги. Інколи відбуваються зміни у поведінці, дитина стає замкнутою, уникає спілкування.

Середня РВ з IQ – вище 35. Такі діти дуже прив'язані до рідних, батьків, учителів, розрізняють емоції, звернення до них як негативні, так і позитивні. Вони можуть навчитися читанню, письму, лічбі. Але такі діти потребують постійного контролю, нагляду та допомоги.

Важка РВ IQ – вище 20. Діти не здатні навчатися, не розмовляють, рухаються некоординовано та незграбно. Використовують дві емоційні форми: невдоволення і задоволення.

Вкрай важка РВ IQ – нижче 20. Діти потребують постійного нагляду, сторонньої допомоги і повинні перебувати в установах спеціалізованого спрямування.

У дітей дошкільного віку розумова відсталість проявляється затримкою розвитку мови, проблемами з адаптацією в колективі. Таким чином, розумова відсталість – це така атипія розвитку, при якій страждає не тільки інтелект, але й емоції, воля, поведінка, фізичний

розвиток. На фізичний розвиток, рухові здібності, здібності до навчання, пристосованість до фізичного навантаження впливає важкість інтелектуального дефекту, супутні захворювання, вторинні порушення, особливості психічної та емоційно-вольової сфери дітей.

Психомоторний недорозвиток дітей з легкою розумовою відсталістю виявляється в повільному темпі розвитку рухових функцій, незграбності, некоординованості та непродуктивності рухів, порушенні темпу та ритму рухів. Особливо погано сформовані тонкі й точні рухи рук, жестикуляція і міміка. У дітей з помірною розумовою відсталістю моторна недостатність виявляється у 90-100% випадків. Діти з РВ швидше втомлюються, особливо при монотонній роботі, в них спадаюча працездатність та менш розвинена загальна витривалість. У багатьох дітей, що мають когнітивні розлади, зустрічаються порушення серцево-судинної системи (ССС), дихальної, ендокринної систем, внутрішніх органів, зору, слуху, вроджені структурні аномалії, готичне піднебіння, вроджений вивих стегна, а також множинні поєднані дефекти. Серед вторинних порушень опорно-рухового апарату відмічають деформацію стопи, порушення постави (сколіоз, кіфосколіоз), диспропорцію тілобудови, функціональну недостатність черевного пресу, парези, кривошию.

**Фізичне виховання дітей з РВ повинно розв'язувати такі завдання:**

- зміцнення здоров'я і загартування організму, корекція їх фізичного розвитку та підвищення працездатності;
- формування та корекція рухових навичок і вмінь учнів;
- корекція недоліків моторики, просторової орієнтації, координації рухів;
- розвиток і корекція основних рухових якостей, зокрема, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності;

- формування звички та стійкого інтересу до систематичних занять фізичними вправами;
- виховання гігієнічних навичок, засвоєння знань про фізичні вправи та загартування.

На початковому етапі навчання закладається фундамент для подальшого розвитку дітей, вироблення у них навичок основних рухів та формування постави. Дошкільний вік є досить сприятливим для корекції недоліків розвитку, і чим скоріше почнеться виправлення дефекту, тим скоріше та успішніше його буде усунуто.

Засобами адаптивної та лікувальної фізичної культури є фізичні вправи, сили природи і гігієнічні фактори.

**Фізичні вправи можна об'єднати в наступні групи:**

- Вправи, пов'язані з пересуванням тіла в просторі: ходьба, стрибки, повзання, плавання, катання на велосипеді, самокаті, роликівих ковзанах тощо;
- Загальнорозвиваючі вправи:
  - Без предметів; з предметами (прапорцями, гімнастичними палицями, обручами, малими і великими м'ячами, стрічками та інші); на снарядах (гімнастичній стінці, лавиці, драбині, тренажерах).
  - Вправи на розвиток сили, швидкості, гнучкості, витривалості, спритності.
  - Вправи на розвиток та корекцію координаційних здібностей: взаємодія рухів рук, ніг, голови, тулуба; взаємодія рухів з диханням, орієнтуванням у просторі, рівноваги, диференціювання зусиль, часу та простору, ритмічності рухів, розслаблення.
  - Вправи на корекцію постави, склепіння стопи, статури, зміцнення спинних м'язів, черева, рук та плечового поясу, ніг.
  - Вправи на розвиток дрібної моторики кистей та пальців рук.
  - Художньо-музичні вправи: ритміка, танець, елементи хореографії та ритмопластики.