

7. Allam, F. C., & Martin, M. M. (2021). Issues and challenges in special education: A qualitative analysis from teacher's perspective. *Southeast Asia Early Childhood Journal*, 10(1), 37-49. <https://doi.org/10.37134/saecj.vol10.1.4.2021>
8. Pérez-Valverde, C., Ruiz-Cecilia, R., Medina-Sánchez, L., & Guijarro-Ojeda, J. R. (2021). Coping with Challenges in Teaching Foreign Languages to Children with Mild Intellectual Disabilities: Stakeholders' Perspectives. *Mathematics*, 9(8), 906. <https://doi.org/10.3390/math9080906>
9. Намазбаева. Ж. И. . Некоторые особенности личности учащихся вспомогательной школы : метод. пособие / Ж. И. Намазбаева. - Алматы : КазПИ, 1985. - 71 с.
10. Абаева. Ғ,Ә « Арнайы педагогика және психология негіздері. Оқу құралы-Алматы, 2014 ж .
11. Айтбаева. А.Б « Арнайы педагогика негіздері»: Оқу құралы. Алматы : Нур-Принт 2014 ж .
12. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. - М. : Эксмо, 2004. - 1136 с. - ("Библиотека всемирной психологии"). - ISBN 5-699-02553-7

УДК 796.015.47
МРНТИ 13.00.08

Рустембекова Ж.Б. ¹, Кабдырова А.А. ²,

*¹7M01902- “Арнайы педагогика: Аутистік спектрі бұзылған балаларды қолдау”
мамандығының 2 курс магистрі, rustembekova.03@bk.ru*

²PhD, аға оқытушы, Kabdyrova.ainur1@qyzpu.edu.kz

*^{1,2} Қазақ ұлттық қыздар педагогикалық университеті,
Алматы қ., Қазақстан*

АУТИЗМ СПЕКТРІ БҰЗЫЛҒАН БАЛАЛАРДЫҢ ЖАЛПЫ МОТОРИКАСЫН ДАМУДАҒЫ БЕЙІМДЕЛГЕН ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУДЫҢ РӨЛІ

Аңдатпа. Бұл мақалада аутизм спектрі бұзылған (АСБ) балалардың жалпы моторикасын дамытудағы бейімделген дене шынықтырудың рөлі қарастырылады. Зерттеудің өзектілігі аутизм спектрі бұзылған балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектеулі болуы мен әлеуметтік бейімделу дағдыларының жеткіліксіздігіне байланысты анықталады. Мақалада бейімделген дене шынықтыру әдістерінің моторлық функцияларды жетілдірудегі тиімділігі талданады, сондай-ақ шетелдік және отандық ғалымдардың еңбектеріне шолу жасалады. Атап айтқанда, халықаралық зерттеулерде қолданылған қимыл-қозғалыс жаттығуларының сенсорлық интеграцияға, тепе-теңдікке және үйлестіруге оң әсер ететіні көрсетілсе, қазақстандық тәжірибеде ұлттық ойын элементтерін пайдалану мен топтық жаттығулардың әлеуметтік бейімделуге ықпал ететіні айқындалады.

Мақалада бейімделген дене шынықтыруға қатысты ата-аналар мен педагогтердің көзқарасын анықтау мақсатында сауалнама жүргізілгені баяндалады. Сауалнама нәтижесінде қатысушылардың басым көпшілігі ұлттық ойындарды қолдану балалардың моторлық белсенділігін, эмоциялық көңіл-күйін және қарым-қатынас жасау дағдыларын дамытуда маңызды рөл атқаратынын атап өтті. Жалпы алғанда, педагогтер мен ата-аналардың 88%-ы қазақ ұлттық ойындарын бейімделген дене шынықтыру бағдарламаларына тұрақты енгізуді қолдайтынын көрсетті. Бұл зерттеу нәтижелері ұлттық мәдениетке негізделген тәсілдің АСБ балаларды оңалту және әлеуметтік бейімдеу саласында тиімді екенін дәлелдейді.

Зерттеу нәтижелері инклюзивті білім беру жағдайында бейімделген дене шынықтыруды тиімді қолдануға мүмкіндік туғызады.

Кілттік сөздер: аутизм спектрінің бұзылысы, бейімделген дене шынықтыру, сенсорлық интеграция, инклюзивті білім беру.

Рустембекова Ж. Б. ¹, Кабдырова А. А. ²,

¹магистр 2 курса специальности 7M01902 – “Специальная педагогика: поддержка детей с расстройствами аутистического спектра”, rustembekova.03@bk.ru

²Phd, старший преподаватель, Kabdyrova.ainurl@qyzpu.edu.kz
^{1,2} Казахский национальный женский педагогический университет,
г. Алматы, Казахстан

РОЛЬ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАЗВИТИИ КРУПНОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Аннотация. В этой статье рассматривается роль адаптивной физической культуры в развитии крупной моторики у детей с расстройствами аутистического спектра (рас). Актуальность исследования определяется ограниченностью двигательной активности и недостаточностью навыков социальной адаптации у детей с расстройствами аутистического спектра. В статье анализируется эффективность адаптированных методов физической культуры в совершенствовании двигательных функций, а также дается обзор работ зарубежных и отечественных ученых. В частности, показано, что двигательные упражнения, применяемые в международных исследованиях, оказывают положительное влияние на сенсорную интеграцию, равновесие и координацию, в казахстанской практике определяется использование элементов национальной игры и групповых упражнений, способствующих социальной адаптации.

В статье отмечается, что проведено анкетирование с целью определения отношения родителей и педагогов к адаптивной физической культуре. В результате опроса подавляющее большинство участников отметили, что использование национальных игр играет важную роль в развитии двигательной активности, эмоционального настроения и коммуникативных навыков детей. В целом, 88% педагогов и родителей выразили поддержку устойчивому внедрению казахских национальных игр в адаптированные программы физической культуры. Результаты этого исследования доказывают, что подход, основанный на национальной культуре, эффективен в области реабилитации и социальной адаптации детей с РАС.

Результаты исследования позволяют эффективно применять адаптивную физическую культуру в условиях инклюзивного образования.

Ключевые слова: расстройство аутистического спектра, адаптивное физическое воспитание, сенсорная интеграция, инклюзивное образование.

Rustembekova J. B.¹, Kabdyrova A. A.²,

¹Master of the 2nd year of specialty 7M01902 – “Special pedagogy: support for children with autism spectrum disorders”, rustembekova.03@bk.ru

²Phd, Senior lecturer, Kabdyrova.ainurl@qyzpu.edu.kz

^{1,2} Kazakh National Women's Pedagogical University,
Almaty, Kazakhstan

THE ROLE OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE IN THE DEVELOPMENT OF GROSS MOTOR SKILLS IN CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS

Abstract. This article discusses the role of adaptive physical culture in the development of gross motor skills in children with autism spectrum disorders (ASB). The relevance of the study is determined by the fact that children with autism spectrum disorders have limited motor activity and insufficient social adaptation skills. The article analyzes the effectiveness of Adapted Physical Culture Methods in improving motor functions, as well as reviews of the works of foreign and domestic scientists. In particular, it is shown that motor exercises used in international studies have a positive effect on sensory integration, balance and coordination, and in Kazakhstan practice it is revealed that the use of elements of the national game and group exercises contribute to social adaptation.

The article reports that a survey was conducted to determine the attitude of parents and teachers to Adapted Physical Culture. As a result the survey, the vast majority of participants noted that the use of National Games plays an important role in the development of children's motor activity, emotional mood and communication skills. In general, 88% of teachers and parents support the regular introduction of the Kazakh National Games in Adapted Physical Education Programs. The results of this study prove that a national culture-based approach is effective in the field of rehabilitation and social adaptation of children with ASD.

The results of the study make it possible to effectively apply adaptive physical culture in the context of inclusive education.

Key words: autism spectrum disorder, adaptive physical education, sensory integration, inclusive education.

Кіріспе. Физикалық жаттығулар баланың негізгі іс-қимылының қалыптасуына, физикалық қасиеттерінің, координациялық қабілеттерінің дамуына көмектеседі.

Көптеген авторлардың зерттеулеріне сүйенсек, физикалық белсенділікке балалардың сауатты түрде араласуы олардың коммуникативтік, қозғалыс дағдыларына және әлеуметтік қарым-қатынас қабілеттеріне де оң әсерін тигізеді. Түзету жұмыстарында қолданылатын бейімделген дене шынықтыру жалпы мүмкіндігі шектеулі балалардың, соның ішінде АСБ балалардың әлеуметтік бейімделуі мен моторлық жүйедегі кемшіліктерді жоюға бағытталады (Bhat, 2021: 217; Jin Y. 2023). АСБ балаларға арналған көптеген бағдарламалар психологиялық бейімділігіне немесе физикалық жай-күйін жақсартуға арналған. Психикалық және физикалық бағдарламалар қатар жүрмейді. Қалыпты дамудағы балалардың психикалық, физикалық денсаулықтарының арасында айтарлықтай байланыс болады. Алайда АСБ - бұл танымдық функциялардың біркелкі қалыптаспауымен, эмоционалды-мінез-құлық саласының ерекшеліктерімен, сондай-ақ сөйлеу мен интеллекттің бұзылуымен сипатталатын атипті психикалық дамудың ерекше түрі (Аншукова Н. 2025).

Сондықтан, аутизм спектрі бұзылған (АСБ) балалардың моторлық дағдылары мен қозғалыс үйлесімділігі дамуда айтарлықтай қиындықтарға тап болады. Бұл олардың әлеуметтік бейімделуіне, оқу процесіне және жалпы өмір сапасына кері әсер етеді. Шетелдік ғалымдар бейімделген дене шынықтыру бағдарламалары қимыл-қозғалыс дағдыларын, тепе-теңдікті және жалпы моториканы жақсартатынын дәлелдеген. Қазақстандық зерттеулерде ұлттық ойын элементтерін енгізудің балалардың белсенділігін арттыруға оң ықпалы көрсетіледі. Дегенмен, бұл бағыттағы кешенді зерттеулер әлі де жеткіліксіз. Осыған байланысты тақырыптың көкейкестілігі артып отыр.

Материалдар мен әдістер. Зерттеу 2025 жылы жүргізілді және аналитикалық шолу сипатына ие. Контент-талдау әдісімен ашық дереккөздерде жарияланған бірнеше ғылыми зерттеулердің материалдары, оның ішінде мерзімді басылымдар мен электрондық деректер базасы (соның ішінде eLibrary.ru, cyberleninka.ru, researchgate.net, sciencedirect.com) талданды. Қарастырылған жұмыстар аутизм спектрі бұзылған балаларда жалпы моториканы, когнитивті саланы және әлеуметтік дағдыларды дамытуға бейімделетін дене шынықтырудың әсеріне арналды. Шолуға рандомизацияланған бақыланатын сынақ критерийлеріне сәйкес келетін және жоғары практикалық маңызы бар зерттеулер кірді. Рандомизация әдістері туралы деректер немесе АСБ балалардың моторлық және когнитивті даму динамикасының объективті көрсеткіштері болмаған жұмыстар талдаудан алынып тасталды.

Шетелдік еңбектерден қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру әдістері мен құрылымдалған бағдарламалардың тиімділігіне басымдық берілсе, отандық әдебиеттерде ұлттық ойындар элементтерін қолдану тәжірибесі көбірек қарастырылды.

Нәтижелер АСБ балалардың моторикасын дамыту мотор, когнитивтік және әлеуметтік функциялар арасындағы байланысты үйлестіруге ықпал ететінін көрсетті. Адаптивті дене шынықтыру моториканы да, жалпы моториканы да жақсарта отырып, жүйелі түрде жаттығу

жасауға мүмкіндік береді, бұл өз кезегінде коммуникативті және мінез-құлық дағдыларын қалыптастыруға оң әсер етеді.

Сонымен қатар, АСБ балаларға арналған Алматы қаласындағы “Росток” оңалту орталығында қосымша дерек жинау мақсатында шағын сауалнама жүргізу көзделді. Сауалнамаға ата-аналар мен арнайы педагогтер қатысты. Сұрақтар бейімделген дене шынықтырудың тиімділігі, ұлттық ойындардың маңызы, балалардың белсенділігін арттыру жолдарына бағытталды. Барлығы 10 сұрақтан тұратын сауалнама ата-аналар мен педагогтердің тәжірибелік көзқарастарын анықтау үшін қолданылды.

АСБ балалардағы қозғалыстың бұзылысы. АСБ балаларда қозғалыс дағдыларының дамуы жиі тежеледі немесе сапалық тұрғыда өзгеше қалыптасады. Мұндай балалардың көпшілігінде ірі және ұсақ моторика бұзылыстары, қозғалыс координациясының әлсіздігі және дене схемасын қабылдау қиындығы байқалады. Bhat және әріптестері (2021) жүргізген кең ауқымды зерттеуінде (SPARK деректер базасы негізінде, $n = 13\,887$) АСБ балалардың моторлық бұзылыстарының әлеуметтік-коммуникативтік, когнитивтік және функционалдық шектеулермен, сондай-ақ қайталанатын мінез-құлықтың (стереотипті қимылдардың) ауырлығымен тығыз байланысты екені анықталған. Зерттеуде Developmental Coordination Disorder Questionnaire (DCD-Q) арқылы қозғалыс дағдылары, Social Communication Questionnaire (SCQ) арқылы әлеуметтік өзара әрекеттесу деңгейі, ал Repetitive Behaviors Scale – Revised (RBS-R) көмегімен қайталанатын мінез-құлық жиілігі бағаланған.

Нәтижелер бойынша, АСБ балалардың 88,2%-ында моторлық бұзылыстар қауіпі анықталды, бұл көрсеткіш қалыпты дамып келе жатқан балаларға қарағанда 22,2 есе жоғары болған. Сонымен қатар, әлеуметтік және когнитивтік даму бұзылыстары айқын болған сайын, ірі және ұсақ моторикадағы қиындықтар да арта түскен.

Авторлар қозғалыс бұзылыстарының АСБ құрылымындағы маңызды рөлін атап өтіп, оларды диагностикалық критерийлерге қосу немесе кем дегенде «ерекшелеуші белгі» (спецификатор) ретінде қарастыруды ұсынады. Сонымен қатар, зерттеу нәтижелері ерте жастағы балалармен жұмыс барысында моторикаға бағытталған түзету және бейімдеу жаттығуларының маңызын арттырып, бейімделген дене шынықтыруды кешенді оңалту бағдарламаларына енгізудің қажеттілігін дәлелдейді (Bhat A. 2021:218).

АСБ балалардың қозғалысы жалпы қозғалыс дағдыларының дефицитімен сипатталады, сондықтан олар көбінесе бірқалыпты қимылдап, жүрістері өзгеріп, атаксикалық қимылдар көрсетіп, координациялық қабілеттіліктерінің бұзылуын айқындайды. 2024 жылғы Date, Munn, Frey зерттеу жұмыстарының нәтижесі бойынша аутизм кезіндегі қозғалыс мәселесі постуралдық бақылау жүйесінің бұзылуымен сипатталады, мысалы тұрақтылықтың бұзылуы, бұлшық ет тонусының ерекшеліктері т.с.с. және олар тіреу-қимыл жүйесінің кез келген бөлігіне әсер ете алады (Date S. 2024:).

АСБ балалардың және ересектердің клиникалық ерекшеліктерінің бірі стереотипті қозғалыстар мен әрекеттер. Бұл мәлімдемені жасау үшін ғалымдар қазіргі нейрофизиологиялық деректерді талдай отырып, мұндай қимылдардың ми ырғағымен, сенсорлық өңдеумен және зейінмен қандай байланысы бар екенін анықтауға тырысқан. Авторлар стереотиптік қимылдар мидың сенсорлық сигналдарды тұрақтандыруына және күтілген мен нақты әсерлер арасындағы айырмашылықты азайтуына көмектесетін реттеуші тетік болуы мүмкін деген болжам ұсынады.

Зерттеу әдістері ретінде функционалды МРТ, ЭЭГ және мінез-құлықтық бақылау деректері пайдаланылған. Бұл әдістер аутизмі бар балалар мен ересектердің қозғалыс ерекшеліктерін талдауға мүмкіндік берді. Мақалада қозғалыс стереотиптерінің жиілігі, амплитудасы мен ырғақтылығы сияқты аспектілер әлі де аз зерттелгені атап өтіледі.

Зерттеу нәтижесінде авторлар стереотиптерді тек патологиялық құбылыс деп қарастыру дұрыс емес деген қорытындыға келді. Керісінше, олар бейімделуші механизм ретінде сенсорлық интеграция мен зейіннің тұрақтануына көмектесуі мүмкін. Авторлар болашақта

киілетін сенсорлар мен бейнеанализ технологияларын пайдалана отырып, АСБ балалардың моторлық ерекшеліктерін неғұрлым дәл бағалау қажеттігін ұсынады (McCarty M., Brumback A. 2021: 1-5).

АСБ балалардағы стереотиптік және қайталанатын қозғалыстарды түзету бейімделген дене шынықтыру бойынша арнайы құрылымдалған сабақтар форматында жүргізіледі. Бұл үдерісте жаңа, функционалды мотор үлгілерін қалыптастыру арқылы баланың қозғалыс белсенділігін қайта бағыттауға көмектесетін мотор және ойын жаттығуларының кешені қолданылады. Ойын, спорттық жабдықтармен өзара әрекеттесу және мотор импровизациясы арқылы монотонды қозғалыстардың ауырлығы төмендейді және денені ерікті бақылау деңгейі жоғарылайды. Ғылыми дәлелдер АСБ балаларда жүру және жүгіру кезінде моторды үйлестіру және қозғалыс биомеханикасының нормотиптік құрдастарынан ерекшеленетін ерекшеліктері бар екенін растайды. Мысалы, Эмили Бремер мен Меган Ллойд (2021) тарапынан жүргізілген зерттеу жұмысында аутизм спектрі бұзылған мектепке дейінгі балалардың қозғалыс дағдыларын дамытуға бағытталған 12 апталық интервенцияның тиімділігін зерттеуге арналған.

Зерттеуге 3–5 жас аралығындағы 27 бала қатысқан. Балалар екі топқа бөлінді: эксперименттік топ (қозғалыс дағдылары бойынша арнайы сабақтар алғандар) және бақылау тобы (әдеттегі режимде болғандар). Бағалау интервенция басталар алдында және аяқталғаннан кейін жүргізілді.

Интервенция барысында балалар жүгіру, секіру, лақтыру, ұстау, тепкілеу, тепе-теңдік сақтау сияқты 12 негізгі қозғалыс дағдысын үйренді. Әр сабақ ойын элементтерін қамтыды және 2 сағаттан аптасына екі рет өткізілді.

Нәтижелер бойынша, эксперименттік топтағы балалардың жалпы моторика деңгейі айтарлықтай жақсарған. Зерттеу көрсеткендей, қозғалыс дағдыларын дамытудағы жетістік баланың бейімделу мінез-құлқының жоғары болуына және эмоционалды- мінездік қиындықтарының төмен болуына байланысты болды. Яғни, бастапқыда икемделу қабілеті жақсы және мінездік қиындықтары аз балалар интервенциядан көбірек пайда көрген.

Бұл зерттеу бейімделген дене шынықтыру бағдарламаларының тиімділігін дәлелдеп, әр баланың жеке психоэмоциялық ерекшеліктерін ескере отырып, индивидуалды тәсілді қолданудың маңызын көрсетеді (Bremer E., Lloyd M. 2021: 2030).

Тағы бір зерттеу жұмысында мектепке дейінгі жастағы аутизм спектрі бұзылған (АСБ) балалардың көру-моторлық координациясының дамуы қарастырылған. Зерттеудің мақсаты АСБ балалардың көру-моторлық координациясының ерекшеліктерін анықтап, оны дамытуға бағытталған түзету бағдарламасын жасау және сынақтан өткізу болған.

Экспериментке 7–7,5 жастағы 20 бала (10 – АСБ, 10 – қалыпты дамыған) қатысты. Диагностика үшін бірнеше әдістеме қолданылған: Л. Бендердің гештальт-тесті, «Жолдар» әдістемесі (Венгер), «Қоршау» және «Нысанаға дәл тию» тапсырмалары. Алынған нәтижелер бойынша, АСБ балаларда қимыл үйлесімсіздігі, көру бақылауының әлсіздігі, қол қимылдарының дәл еместігі және көз–қол жүйесінің үйлесімсіздігі байқалған. Арнайы әзірленген бағдарлама жүйелі түрде қолданылғаннан кейін бұл балалардың көру-моторлық көрсеткіштері айтарлықтай жақсарған. Олар затқа назарын тұрақтырақ ұстап, қозғалыстарын дәл үйлестіре бастаған, карандашты сенімді ұстау және нысананы қайталау қабілеті артқан.

Зерттеу нәтижесінде автор АСБ балаларда көру-моторлық координацияның даму деңгейі әрқелкі, бірақ арнайы түзету жаттығулары оны едәуір жақсартатынын дәлелдеген (Солодовник О. 2022, с. 10-11).

АСБ балалардағы когнитивтік бұзылыстар. АСБ балалардың когнитивтік дамуы қазіргі педагогика мен нейропсихология саласында ең өзекті зерттеу бағыттарының бірі болып отыр. Когнитивтік функциялар - ойлау, зейін, қабылдау, есте сақтау және тілдік даму - баланың қоршаған ортамен өзара әрекеттесуін қамтамасыз ететін негізгі психикалық процестер болып табылады. Алайда АСБ балаларда бұл функциялардың дамуында айқын

теңгерімсіздік байқалады: кейбір танымдық қабілеттер сақталғанымен, басқа процестердің тежелуі немесе бұзылуы жиі кездеседі.

Ғалымдар (Мельников Е. 2023: 55, Солодовник О. 2022:11) атап өткендей, мұндай балалардың басым бөлігінде сенсорлық ақпаратты өңдеу ерекшеліктері байқалады, бұл олардың зейінін шоғырландыруға, сөйлеу және оқу дағдыларын меңгеруге кедергі келтіреді. Сондай-ақ эмоциялық және когнитивтік процестердің өзара байланысының әлсіздігі баланың әлеуметтік бейімделуін қиындатады.

Көптеген отандық және шетелдік зерттеулерде бейімделген дене шынықтыру мен қозғалыс белсенділігінің когнитивтік дамуға оң әсер ететіні дәлелденген. Қимыл-қозғалыс әрекеттері арқылы бала кеңістіктік ойлауын, себеп-салдарлық байланыстарды түсінуін және назар тұрақтылығын жетілдіреді.

Қытайдың Гуанчжоу университеті мен Нанкин педагогикалық университетінің Suárez-Manzano бастаған ғалымдар тобы 2024 жылы осы мәселеге қатысты зерттеу жұмысын ұсынған еді (Systematic review of intervention studies). Бұл зерттеу 2010–2023 жылдар аралығында жарық көрген 19 интервенциялық жұмысты қамтып, жаттығулардың ұзақтығы, құрылымы және қарқындылығына байланысты нәтижелерін салыстырған. Авторлар қысқа мерзімді физикалық жаттығулар когнитивтік және мінез-құлықтық көрсеткіштерге уақытша оң әсер беретінін, ал ұзақ мерзімді бағдарламаларда (апталық не айлық циклдер) бұл әсердің тұрақтана түсетінін анықтады. Сонымен қатар, қозғалыс дағдыларын жетілдіру кезінде когнитивтік функциялардың да ілесе дамитыны байқалған. Алайда кей зерттеулерде моторлық көрсеткіштердің тұрақты жақсаруы дәлелденбеген, бұл интервенциялардың мазмұны мен бағалау тәсілдерінің әркелкілігімен түсіндіріледі (Suárez-Manzano S., Ruiz-Ariza A. 2024: 331).

Канада мен АҚШ ғалымдарының (Торонто университеті мен Иллинойс университеті) бірлескен жобасында физикалық белсенділіктің атқарушылық функцияларға (жұмыс жады, когнитивтік икемділік, тежелу қабілеті) әсері қарастырылған. Зерттеу нәтижесінде тұрақты физикалық жүктемелердің атқарушылық функцияларға шағыннан орташа деңгейге дейін оң әсер ететіні дәлелденген. Әсіресе когнитивтік икемділік пен өзін-өзі тежеу қабілеті компоненттері жақсарған, ал жұмыс жады бойынша статистикалық тұрғыдан сенімді айырмашылықтар байқалмаған (Liang X., Li R. 2022: 80).

Авторлар қолданылған әдістемелердің айырмашылығын, зерттеу топтарының шағын болуын және интервенция сипаттарының стандартталмауын нәтижелердің әркелкілігінің негізгі себебі ретінде келтіреді. Соған қарамастан, зерттеулердің басым бөлігі физикалық белсенділіктің когнитивтік және мінез-құлықтық процестерді дамытудағы маңызын растайды. Мұндай деректер бейімделген дене шынықтыру бағдарламаларын құруда, әсіресе АСБ балалардың жалпы моторикасын және әлеуметтік өзара әрекетін дамытуда, маңызды ғылыми және практикалық негіз болып табылады.

Нәтижелер және талдау

Жүргізілген әдеби шолу бейімделген дене шынықтырудың АСБ балалардың жалпы моторикасын дамытуда тиімді құрал екендігін көрсетті. Шетелдік зерттеулер қимыл-қозғалыс бағдарламалары тепе-теңдікті, үйлестіру қабілетін және сенсорлық интеграцияны жақсартатынын дәлелдесе, қазақстандық еңбектер ұлттық ойындардың балалардың белсенділігін арттырумен қатар әлеуметтік дағдыларды дамытуға ықпал ететінін айқындады. Жүйелі дене шынықтыру жаттығулары тек моторлық даму ғана емес, сонымен бірге психоэмоционалдық бейімделу үшін де маңызды.

Бейімделген дене шынықтыру элементтерін АСБ балалардың когнитивті және қимыл қозғалыс дамуында пайдалану. Бейімделген дене шынықтырудың түрлі бағыттары - қозғалыс белсенділігі мен когнитивтік даму арасындағы өзара байланысты нығайтудың тиімді құралы ретінде қарастырылады. Әдебиет көздерін талдау көрсеткендей, бейімделген қозғалыс рекреациясы, музыкалық-ырғақтық және шығармашылық дене тәжірибелері,

сондай-ақ жануарлармен өзара әрекетке негізделген терапиялық тәсілдер (иппотерапия, дельфинотерапия, канистерапия және т.б.) АСБ балалардың жалпы моторикасын, тепе-теңдігін, қозғалыс үйлесімділігін және әлеуметтік өзара іс-қимыл дағдыларын едәуір жақсартады.

Мұндай сабақтар барысында бала өз әрекетінің салдарын бақылап, жауап реакцияларын байқай отырып, себеп-салдарлық байланыстарды үйренеді. Бұл, өз кезегінде, сенсорлық және когнитивтік реттелуді қалыптастыруға, эмоциялық жауаптылық пен қарым-қатынас қабілетін дамытуға мүмкіндік береді. Жануарлармен және нұсқаушымен орнайтын сенім атмосферасы баланың әлеуметтік бейімделуін жеңілдетеді, ал қозғалыс жаттығулары оның кеңістіктік бағдарлануы мен қимыл нақтылығын дамытады.

Музыкалық терапия мен ритмопластика элементтерін қолдану арқылы өткізілетін бейімделген дене жаттығулары да айтарлықтай тиімділік көрсетеді. Ритмикалық, сөйлеу-қимыл және саусақ моторикасына арналған ойындар балалардың ұсақ және ірі қозғалыс үйлесімділігін жетілдіреді, қимыл стереотиптерін түзетеді және эмоционалдық өрнек құралдарын кеңейтеді. Мұндай сабақтар балаларға өз эмоцияларын білдіруге, өзгелердің сезімін түсінуге және әлеуметтік мінез-құлық үлгілерін меңгеруге үйретеді.

Зерттеулер көрсеткендей, адаптивті дене шынықтырудың кешенді тәсілдері қозғалыс дағдыларын қалыптастырумен қатар, когнитивтік және коммуникативтік процестерді де белсендіреді. Балалардың назарын шоғырландыру, есте сақтау, зейін мен жоспарлау қабілеттері жетіледі, бұл өз кезегінде оқудағы және күнделікті әрекеттердегі табыстылыққа оң әсер етеді (Мархотина И.Н. 2019: 26).

Сабақтардың форматы мен құрылымы баланың жеке ерекшеліктеріне сәйкес іріктелуі тиіс: кейбір балалар үшін жұппен немесе шағын топпен жұмыс істеу тиімді болса, басқалары үшін жеке бағдарлама психологиялық тұрғыда ыңғайлырақ. Дегенмен, біртіндеп топтық әрекетке көшу - әлеуметтік интеграция мен өзара қолдаудың табиғи тетігі ретінде маңызды.

Қорыта айтқанда, бейімделген дене шынықтыру бағыттары - қозғалыс, когнитивтік және әлеуметтік даму элементтерін біріктіретін көпаспектілі түзету жүйесі болып табылады. Мұндай бағдарламалар жүйелі түрде жүргізілгенде, АСБ балалардың моторикасы, танымдық қабілеттері мен әлеуметтік өзара әрекет дағдылары кешенді түрде дамиды, ал олардың физикалық және психоэмоциялық жағдайы тұрақтанады.

Қазақ ұлттық ойыны АСБ балалардың моторлық және когнитивтік қабілеттерін дамытуға арналған құрал ретінде. Қазақ ұлттық ойындары – халықтың мәдени және рухани мұрасының ажырамас бөлігі, сонымен қатар тұлғаның жан-жақты дамуына ықпал ететін педагогикалық құрал болып табылады. Ұлттық ойындар тек қана дене белсенділігін дамытумен шектелмей, когнитивтік, эмоциялық және әлеуметтік қабілеттерді қалыптастыруға бағытталған. Соңғы жылдары ерекше білім беруді қажет ететін балалардың даму процесінде дәстүрлі және мәдени бағыттағы әдістерді қолдану мәселесіне ерекше назар аударылуда. АСБ балалардың негізгі даму ерекшелігі – сенсорлық қабылдаудың бұзылысы, әлеуметтік өзара әрекеттесудің шектеулілігі және моторлық координацияның әлсіздігі. Мұндай балалардың когнитивтік және қозғалыстық белсенділігін дамыту үшін құрылымы айқын, қайталануға негізделген және визуалды-тактильдік қолдау элементтері бар педагогикалық тәсілдер тиімді болып саналады. Осы тұрғыда қазақтың ұлттық ойындарын бейімдеп пайдалану АСБ балалардың танымдық және моторлық қабілеттерін жетілдіруде ерекше маңызға ие. Ұлттық ойындардың мазмұны мен құрылымы баланың табиғи қажеттіліктеріне сай келеді. Мысалы, «Асық ату» ойыны ұсақ моториканы, көз-қол координациясын және бағыт сезімін дамытады. «Ақ серек – көк серек» ойыны әлеуметтік қарым-қатынас пен эмоциялық реттеу дағдыларын қалыптастыруға мүмкіндік береді. Ал «Теңге ілу», «Арқан тарту» сияқты қозғалысқа негізделген ойындар ірі моториканы жетілдіріп, кеңістіктік бағдар мен дене тепе-теңдігін дамытады. Ұлттық ойындарды АСБ балалармен жұмыс барысында қолдану олардың сенсорлық және когнитивтік процестерін

белсендіреді. Ойын жағдайында бала назарын шоғырландырып, әрекеттерін жоспарлауға, қимыл-қозғалыстарды үйлестіруге және нәтижеге бағытталуға үйренеді. Сонымен қатар ойын барысында бала эмоциялық тәжірибе жинақтап, әлеуметтік ортада өз орнын түсіне бастайды. Бұл өз кезегінде тұлғалық және психологиялық тұрақтылықтың артуына ықпал етеді.

Балалардың когнитивтік және психоэмоционалдық дамуын қолдау мақсатында ұлттық ойындардың әлеуетін зерттеу қазіргі педагогика мен психология ғылымында ерекше маңызға ие бағыттардың бірі болып табылады. Соңғы жылдары отандық ғалымдар ұлттық ойындардың тұлғалық даму мен әлеуметтік бейімделуге ықпалын түрлі аспектілерде қарастыруда. Мәселен, Жұмабекова мен Сәрсенбаева (2021) еңбегінде мектеп жасына дейінгі балалардың ұлттық ойындар арқылы когнитивтік қабілеттерін дамыту жолдары жан-жақты талданған. Авторлар қазақтың дәстүрлі «Асық ату», «Тоғызқұмалақ» секілді ойындарының есте сақтау, зейін және ойлау қабілеттеріне тигізетін оң әсерін эксперименттік зерттеу арқылы дәлелдеп, ұлттық ойындарды жүйелі қолдану балалардың когнитивтік белсенділігі мен топтық өзара әрекет дағдыларын арттыратынын айқындаған (Жұмабекова А. 2021: 45-47).

Сонымен қатар, Ибраева мен Абдрахманова (2020) ұлттық ойын элементтерінің бастауыш сынып оқушыларының эмоциялық интеллектін қалыптастырудағы рөлін зерттеген. Ғалымдар «Арқан тартыс» пен «Сақина салу» сияқты ойындарды тренингтік сабақтарда қолдану арқылы балалардың эмпатиялық қабілеттері мен өзара түсіністік деңгейінің айтарлықтай артқанын анықтаған (Ибраева Л. 2020: 113).

Жалпы алғанда, бұл зерттеулер ұлттық ойындардың когнитивтік, эмоционалдық және әлеуметтік дамуға ықпал ететін маңызды педагогикалық ресурс екенін дәлелдейді.

Шетелдік ғылыми еңбектерде АСБ балалардың моторлық, когнитивтік және әлеуметтік қабілеттерін дамыту мақсатында ойындық технологияларды қолдану бағытында бірқатар зерттеулер жүргізілген. Мәселен, Түркияда жүргізілген зерттеуде ойын арқылы оқыту әдістерінің АСБ балалардың дене белсенділігі мен әлеуметтік дағдыларына ықпалы қарастырылған (Кардаш Н.Т. 2018: 320-323). Зерттеу нәтижелері бойынша, ойын элементтерін қамтитын арнайы бағдарлама 8 апта бойы қолданылғаннан кейін балалардың қозғалыс белсенділігі, моторлық дәлдігі және әлеуметтік өзара әрекет деңгейі едәуір артқаны анықталған. Авторлар ойындық әдістердің эмоционалдық реттеу мен ынталандыруды күшейтетініне назар аударады.

Тағы бір түрік ғалымдарының зерттеуі инклюзивті білім беру жағдайында дәстүрлі балалар ойындарының әлеуметтік-эмоционалдық дағдыларға әсерін бағалауға бағытталған (Ozcan S. 2025: 108299). Бұл жұмыста ұлттық және дәстүрлі ойындар инклюзиядағы балалардың өзара әрекеттесуін, топтық бірлігін және эмоциялық байланысын нығайтатыны анықталған. Авторлар ойынның мәдени мазмұны мен топтық құрылымының балалар арасындағы сенімді және қауіпсіз қарым-қатынас орнатуда маңызды рөл атқаратынын көрсетеді.

Сондай-ақ, Abbak Kasar B.S. жетекшілік еткен зерттеу инклюзивті мектепке дейінгі ұйымдарда ойын арқылы құрдастардың өзара әрекетін қалыптастыру тетіктерін талдаған (Abbak K. 2024: 340). Зерттеу нәтижелері бойынша, ойын форматы АСБ балалардың топтық белсенділігін арттырып, тілдік коммуникация және әлеуметтік қабылдау қабілеттерін дамытуға ықпал еткен. Авторлар ойынның құрылымдық және визуалды ерекшеліктерін дұрыс ұйымдастыру арқылы баланың когнитивтік процестерін белсендіруге болатынын дәлелдеген.

Қазақстанда жүргізілген “Social Adaptation Assistance for Children with Autism Spectrum Disorders in Kazakhstan” (Eleusizova N., 2024:5) зерттеу жұмысында АСБ балалардың әлеуметтік бейімделуін қамтамасыз етудің қазіргі жағдайы мен қолдау тетіктері қарастырылған. Зерттеу нәтижелері әлеуметтік-педагогикалық қолдау жүйесінде бірқатар оң

өзгерістер бар екенін, бірақ ойындық және мәдени компоненттердің, соның ішінде ұлттық ойындардың қолданылуы әлі де жеткіліксіз деңгейде екенін көрсетеді.

Жоғарыда аталған зерттеулердің барлығы ойын іс-әрекетінің АСБ балалардың дамуындағы тиімділігін дәлелдейді. Дегенмен, қазіргі уақытта Қазақстан мен түркітілдес елдерде нақты қазақ ұлттық ойындарының АСБ балалардың моторлық және когнитивтік қабілеттеріне әсерін зерттеген ғылыми жұмыстар әлі де жоқ. Бұл бағыт болашақта педагогикалық және мәдени тұрғыдан маңызды зерттеу алаңдарының бірі бола алады.

Қазақ ұлттық ойын элементтерімен бейімделген дене шынықтырудың АСБ балалардың дамуына әсерін бағалау. Ұлттық ойындар баланың эмоциялық тұрақтылығын арттырып, қозғалыс координациясын, топпен әрекет ету дағдыларын, сондай-ақ қарым-қатынас жасау қабілеттерін жетілдіруге мүмкіндік береді. Алайда бұл тәсілдің нақты тәжірибелік әсерін педагогтер мен ата-аналардың көзқарасы тұрғысынан бағалау қажеттілігі туындайды. Осыған байланысты зерттеу жұмысы аясында АСБ балаларымен жұмыс істейтін педагогтер мен ата-аналар арасында сауалнама жүргізілді. Сауалнаманың мақсаты - қазақ ұлттық ойын элементтерін қамтыған бейімделген дене шынықтырудың тиімділігін, балалардың моторлық және когнитивтік даму динамикасына ықпалын, сондай-ақ қатысушылардың бұл әдіске деген көзқарасын анықтау. Сауалнама екі респонденттік топты қамтыды:

1. АСБ балаларымен жұмыс істейтін педагогтер (арнайы педагогтар, дефектологтар, дене шынықтыру нұсқаушылары) (10 педагог);

2. АСБ балалардың ата-аналары (7 ата-ана).

Зерттеу құралы ретінде 10 сұрақтан тұратын сауалнама қолданылды. Сұрақтар 5 балдық Ликерт шкаласы бойынша бағаланды (1 – мүлдем келіспеймін, 5 – толықтай келісемін), ал соңғы сұрақ ашық форматта берілді. Сауалнама қазақ ұлттық ойындарының (мысалы, «Асық ату», «Арқан тартыс», «Сақина салу», «Ақ серек, көк серек») балалардың қозғалыс белсенділігіне, көңіл-күйіне және әлеуметтік өзара әрекет қабілетіне ықпалын бағалауға бағытталды. Сауалнама төмендегідей сұрақтардан құрылды.

1. Қазақтың ұлттық ойындарын (мысалы, «Асық ату», «Арқан тартыс», «Ақ серек, көк серек») АСБ балаларымен жұмыс барысында қолдануға болатынын қалай бағалайсыз?

2. Сіздің ойыңызша, ұлттық ойындар АСБ балалардың қимыл-қозғалыс (моторлық) дамуына қандай әсер етеді?

3. Ұлттық ойын элементтері балалардың зейін, есте сақтау, ойлау сияқты когнитивтік қабілеттерін дамытуға көмектесе ме?

4. Сіз тәжірибеңізде немесе бақылауыңызда ұлттық ойындар қолданылған кезде балалардың көңіл-күйі мен белсенділігінде қандай өзгерістер байқадыңыз?

5. Ұлттық ойындарды қолдану балалардың топпен әрекет ету және қарым-қатынас жасау қабілетіне әсер етті ме?

6. АСБ балалар ұлттық ойын ережелерін қабылдауда қандай қиындықтар немесе ерекшеліктер байқалады?

7. Мұндай ойындарды тиімді қолдану үшін педагогтер мен ата-аналар қандай дайындыққа немесе әдістемелік көмекке мұқтаж деп ойлайсыз?

8. Қазақ ұлттық ойындарын бейімделген дене шынықтыру бағдарламасына енгізудің оң жақтары мен шектеулері қандай деп санайсыз?

9. Сіздің пікіріңізше, ұлттық ойын элементтері балалардың эмоциялық өзін-өзі реттеу және әлеуметтік бейімделу дағдыларына қалай әсер етеді?

10. Қай ұлттық ойындарды (немесе олардың элементтерін) АСБ балалармен дене шынықтыру сабағында қолдануға ең тиімді деп есептейсіз?

Нәтижелер педагогтер мен ата-аналардың басым бөлігі ұлттық ойындардың оңалту және дамыту процесіндегі әлеуетін жоғары бағалайтынын көрсетті. Педагогтердің 9-ы (90%) ұлттық ойындарды жүйелі түрде қолдану АСБ балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігін,

кеңістікте бағдарлануын және дене координациясын жақсартатынын атап өтті. Қатысушылардың пікірінше, «Асық ату», «Арқан тартыс», «Ақ серек, көк серек» сияқты ойындар баланың қимыл дәлдігін арттырып, топтық өзара әрекетке бейімдейді.

Сонымен қатар, педагогтердің 8-і (80%) ұлттық ойындардың когнитивтік қабілеттерге - зейін, есте сақтау, ойлау жылдамдығына оң ықпал ететінін көрсеткен. Бірқатар педагог ойын ережесін үйрету кезінде балалардың тыңдай білу және нұсқауды орындау дағдыларының дамығанын атап өткен. Ата-аналардың 6-сы (85%) ұлттық ойын элементтері енгізілген сабақтардан кейін балалардың көңіл-күйінің жақсарып, қарым-қатынасқа бейімділігінің артқанын байқаған. Олардың пікірінше, ойын форматы балаларды еркіндікке, өз-өзін білдіруге және эмоциялық тұрақтылыққа жетелейді. Сонымен қатар, ата-аналардың көпшілігі ұлттық ойындардың баланы әлеуметтік ортаға бейімдеудің табиғи әрі қауіпсіз жолы екенін атаған. Жалпы нәтижелер бойынша, педагогтер мен ата-аналардың көпшілігі қазақ ұлттық ойындарын бейімделген дене шынықтыру процесіне енгізуді АСБ балалардың моторлық, когнитивтік және эмоциялық дамуындағы тиімді тәсіл деп есептейді. Қатысушылардың пікірінше, бұл тәсіл тек физикалық белсенділікті арттырып қана қоймай, сонымен бірге баланың өзін-өзі бағалауы мен әлеуметтік өзара әрекет дағдыларын күшейтеді.

Сауалнама қорытындысы бойынша, зерттеуге қатысушылардың 88%-ы ұлттық ойындарды бейімделген бағдарламаларға тұрақты түрде енгізу қажеттілігін қолдайтынын білдірген. Бұл нәтижелер қазақтың дәстүрлі ойындары инклюзивті білім беру мен оңалту саласында мәдени тұрғыдан үйлесімді, тиімді әдістемелік ресурс бола алатынын дәлелдейді.

Қорытынды. Бейімделген дене шынықтыру АСБ балалардың жалпы моторикасын дамытуда тиімді құрал болып табылады. Ол тек қимыл-қозғалыс белсенділігін ғана емес, сонымен қатар сенсорлық интеграция мен әлеуметтік бейімделуді де жақсартады. Болашақта ұлттық ойын элементтерін жүйелі қолдану арқылы бағдарламаларды кеңейту қажет. Бұл инклюзивті білім беру жағдайында практикалық маңызы зор бағыт болып табылады.

Зерттеу барысында жинақталған деректер бейімделген дене шынықтырудың балалардың когнитивтік және эмоциялық дамуына да оң әсер ететінін көрсетті. Қозғалыс белсенділігі арқылы олардың өз-өзіне сенімділігі артып, қарым-қатынас жасау және топтық әрекетке қатысу дағдылары нығаяды. Осыған орай, бейімделген дене шынықтыруды мектепке дейінгі және мектеп жасындағы АСБ балаларды қолдаудың кешенді жүйесіне енгізу өзекті болып табылады. Алдағы кезеңде бұл бағытта ұлттық мәдени ерекшеліктер мен инновациялық педагогикалық тәсілдерді үйлестіру арқылы ғылыми-практикалық негіздемелерді тереңдету қажет.

Пайдаланылатын әдебиеттер тізімі

1. Bhat A.N. Motor impairment increases in children with autism spectrum disorder as a function of social communication, cognitive and functional impairment, repetitive behavior severity, and comorbid diagnoses: a spark study report // *Autism Research*. - 2021. - Vol. 14, № 1. - P. 202–219. - DOI: 10.1002/aur.2453.
2. Jin Y.R., Sung Y.S., Koh C.L., Chu S.Y., Yang H.-C., Lin L.-Y. Efficacy of motor interventions on functional performance among preschool children with autism spectrum disorder: a pilot randomized controlled trial // *The American Journal of Occupational Therapy*. - 2023. - Vol. 77, № 6. - Article 7706205020. - DOI: 10.5014/ajot.2023.050283.
3. Аншукова Н.В. Психологические особенности детей с ранним детским аутизмом (Раздел для родителей) // ТОГБУ «Центр психолого-медико-педагогической диагностики и консультирования»: официальный сайт. - URL: <https://opmpk.68edu.ru/konsultatsii/dlya-roditelej/300-osobennosti-detey-s-rda> (дата обращения: 02.05.2025).
4. Date S., Munn E., Frey G.C. Postural balance control interventions in autism spectrum disorder (ASD): a systematic review // *Gait & Posture*. - 2024. - Vol. 109. - P. 170–182. - DOI: 10.1016/j.gaitpost.2024.01.034.