

РОЗВИТОК ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЯК КОМПОНЕНТ РАННЬОГО ВТРУЧАННЯ

Розвиток фізичного здоров'я є фундаментальним та невід'ємним компонентом програм раннього втручання, оскільки він закладає основу для позитивного розвитку в усіх інших сферах дитини – когнітивній, соціальній та емоційній.

ВАЖЛИВІСТЬ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я В РАННЬОМУ ВТРУЧАННІ

- **Основа для іншого розвитку:** Фізичний розвиток (включаючи загальну фізичну форму, дозрівання та відсутність фізичних вад) забезпечує базу, на якій будуються всі інші навички. Міцні фізичні навички дозволяють дітям гратися, будувати стосунки, ставати більш незалежними та залучатися до широкого спектру діяльності.
- **Покращення когнітивних функцій:** Фізична активність стимулює інтелектуальну діяльність, покращує концентрацію уваги, пам'ять, навички вирішення проблем та академічну успішність. Вона також сприяє креативності та уяві, дозволяючи дітям досліджувати світ навколо себе.
- **Соціальний та емоційний розвиток:** Заняття фізичними вправами та активні ігри (наприклад, групові ігри) допомагають дітям вчитися співпраці, спілкуванню, вмінню ділитися та працювати в команді. Це зміцнює їхню впевненість у собі та самооцінку, коли вони долають фізичні виклики та досягають нових цілей.
- **Зміцнення здоров'я:** Регулярна фізична активність у ранньому віці сприяє формуванню здорової статури, зміцненню кісток та м'язів, покращенню роботи серцево-судинної системи та зниженню ризику хронічних захворювань у майбутньому.

СТРАТЕГІЇ ІНТЕГРАЦІЇ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я В ПРОГРАМИ РАНЬОГО ВТРУЧАННЯ

ПРОГРАМИ РАНЬОГО ВТРУЧАННЯ ВИКОРИСТОВУЮТЬ МІЖДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД, ЯКИЙ ВКЛЮЧАЄ РОБОТУ ФАХІВЦІВ (НАПРИКЛАД, ФІЗИЧНИХ ТЕРАПЕВТІВ), ЩО СПІВПРАЦЮЮТЬ З СІМ'ЄЮ:

- **Фізична терапія:** Допомагає дітям розвивати та вдосконалювати велику та дрібну моторику, силу, гнучкість, координацію та рівновагу, що дозволяє їм впевненіше та безпечніше рухатися.
- **Активна гра:** Є найкращою формою фізичної активності для дітей раннього віку. Вона включає біг, стрибки, лазіння та ігри з м'ячем, які сприяють розвитку моторики, координації та соціальних навичок.
- **Залучення сім'ї:** Батьки та опікуни відіграють ключову роль. Навчання батьків та надання їм інструментів і знань для підтримки фізичної активності дитини вдома значно підвищує ефективність втручання.
- **Створення сприятливого середовища:** Забезпечення доступу до безпечних місць для ігор (як у приміщенні, так і на свіжому повітрі), а також використання різноманітних ресурсів та обладнання заохочує дітей до руху та досліджень.
- **Дотримання режиму:** Встановлення режиму дня, який включає достатній час для сну, регулярне харчування та чергування активності й відпочинку, є критичним для підтримки фізичного та нервового здоров'я.

ТАКИМ ЧИНОМ, ЦІЛЕСПРЯМОВАНА УВАГА ДО ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я В РАМКАХ РАНЬОГО ВТРУЧАННЯ НЕ ЛИШЕ ПОКРАЩУЄ ФІЗИЧНІ МОЖЛИВОСТІ ДИТИНИ, АЛЕ Й ЗАБЕЗПЕЧУЄ МІЦНИЙ ФУНДАМЕНТ ДЛЯ ЇЇ ВСЕБІЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ДОВГОСТРОКОВОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ.