

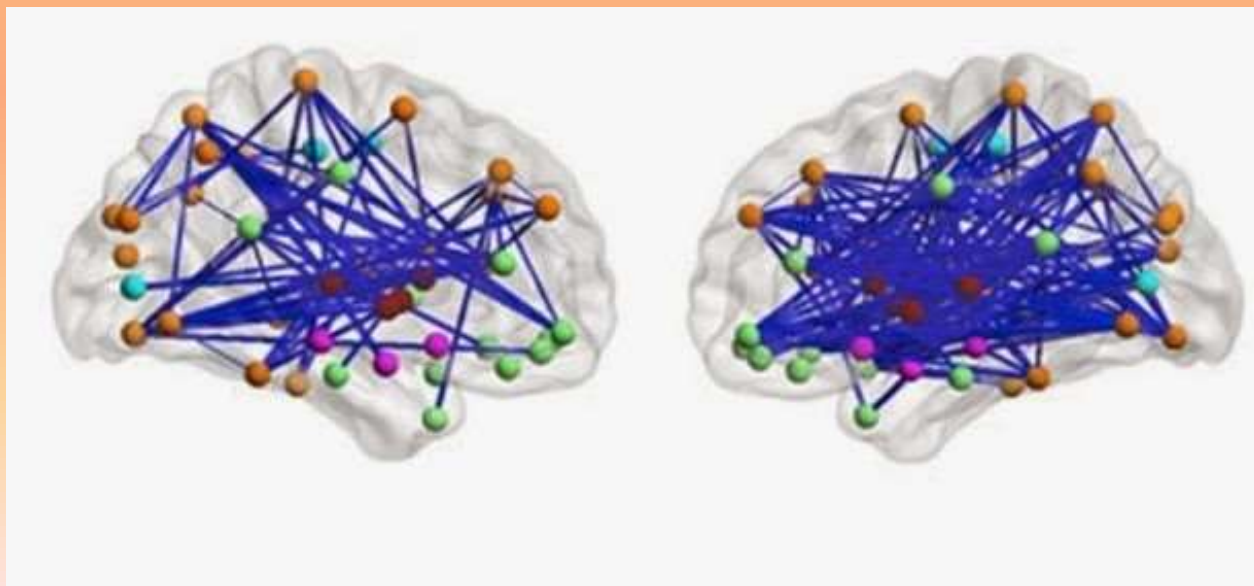


# Fizinis aktyvumas - neatsiejama geros psichologinės savijautos dalis

*Edita Kiauzarienė*

# AUTIZMAS – tai smegenų vystymosi sutrikimas

Neuromoksliniu požiūriu tai pasireiškia pernelyg dideliu neuronų jungčių skaičiumi, dėl to atsiranda autizmas.



# SMEGENŲ FUNKCIJOS:

- sensorinės informacijos apdorojimas, kurią jos gauna iš *jutimo organų*
- planavimas
- koordinacija
- judesių valdymas, planavimas
- teigiamos/neigiamos emocijos
- dėmesys
- atmintis
- mąstymas
- kalbos generacija



AUTIZMAS + FIZINIS AKTYVUMAS =  
*GERA PSICHOLOGINĖ SAVIJAUTA*

AR?

AUTIZMAS + FIZINIS AKTYVUMAS ≠  
*GERA PSICHOLOGINĖ SAVIJAUTA*

# AUTIZMAS. FIZINIO AKTYVUMO PRIVALUMAI

- ✓ padeda bendrauti darbo ir namų aplinkoje;
- ✓ ugdo socialinius, pažintinius ir fizinius įgūdžius;
- ✓ stiprina savigarbą;
- ✓ padeda integruotis;
- ✓ stiprina sveikatą ir bendrą pajėgumą.

# ŽYGIMANTO MĖGSTAMIAUSIOS FIZINĖS VEIKLOS

Kurioms pradžioje reikėjo:

- ✓ Tinkamos artimųjų, trenerių motyvacijos.
- ✓ Tinkamos aplinkos parinkimo (per didelio garso, nemėgstamų kvapų vengimo).
- ✓ Tinkamų sporto priemonių parinkimo (pvz.sporto inventorių netikdavo dėl nemėgstamos spalvos).
- ✓ Šalia esančiam kreipiantis “Žygimantai”, supykdavo ir baigdavo veiklą. Toleravo tik vadinamas “Žygučiu”.









AČIŪ UŽ DĒMESI !