

Создание условий для зрительного комфорта детям с нарушениями зрения в домашней среде.

(Консультация тифлопедагога для родителей)

Играя или занимаясь с ребенком обязательно необходимо учитывать его зрительные возможности. Первоначально надо продумать место для игрового или школьного уголка. Объективно для большинства детей с нарушением зрения это может быть угол между окном с левой стороны и стеной. Если же по назначению врача ребенку показана окклюзия левого глаза (наклейка на лучше видящий глаз), то для его зрения будет благоприятным то же место, но с разворотом стола ближе к окну, и желательно, чтобы на его поверхность не светило солнце. В обоих случаях максимально используются разные источники света – естественный из окна и искусственный от настольной лампы.



Лампы для освещения рабочего места как дополнительный источник света следует располагать слева от ребенка на высоте 30 – 35 см от поверхности стола. Оптимальное для глаз расстояние до предмета должно быть не менее 25-30 см. Сильное приближение объекта к глазам ведет к зрительному утомлению и затемнению рабочей поверхности.

Детская мебель должна соответствовать санитарно-гигиеническим нормам и ростовым категориям. Что поможет сохранить правильную осанку и предотвратить характерный для слабовидящих детей «рефлекс склоненной головы».

В комнате детей должна преобладать яркая цветовая гамма, это поможет развитию недостаточного цветовосприятия, фиксации взора, различительной способности глаза. Нагрузка для глаза в виде аппликаций на стенах, цветных шаров, различных игрушек на диванчике даже полезна. Но во всем нужна мера. Чтобы ребенок не перегружался зрительной информацией во время выполнения уроков, игр, занятий с ним надо провести через определенное время специальные упражнения для расслабления глазных мышц (моргание, слушание музыки с закрытыми глазами, рассматривание у окна дальнего пейзажа). Время зрительной нагрузки определяется остротой зрения, после нее проводится расслабление: для детей с остротой зрения до 0,1 – через 7 – 10 минут непрерывной зрительной работы; с остротой зрения до 0,6 – через 12 – 15 минут; с остротой зрения от 0,6 – 0,7 – через 20 минут.

Покупая детям игрушки, книги, занимаясь с ними необходимо учитывать не только остроту зрения, но и зрительный диагноз. Так как для детей с **близорукостью (миопией)** предпочтительны игрушки, иллюстрации, картины на стенах с крупными хорошо различимыми деталями, а для **дальнозорких (с гиперметропией)** детей наоборот. Детям со **сходящимся косоглазием** надо рисовать, конструировать, писать читать на поверхности стола приподнятой вверх под углом 30 – 90 градусов, а для детей с **расходящимся косоглазием** все виды зрительной работы следует выполнять на ровной горизонтальной плоскости. Во время игр, занятий надо приучать детей контролировать положение тела – следить за осанкой. Снять напряжение поможет чередование малоподвижных занятий и подвижных игр. Чтобы дети не сидели в полусогнутом состоянии с целью лучше рассмотреть, рекомендуются специальные приспособления для чтения, рассматривания – подставки, а для рисования, аппликации – мольберты (если у ребенка **расходящееся косоглазие**, их вертикальный угол невысок).

Приобретение игрушек и настольно-печатных игр должно происходить с позиции значимости для



стимулирования зрения и различных видов чувствительности – слуха, осязания, обоняния, мышечно-двигательных ощущений. Поэтому желательны игрушки и игры, выполненные из различного материала, звучащие, мягкие, твердые, с пористой или иной поверхностью, теплые и холодные, легкие и тяжелые, с разными запахами.

В то же время, игрушка, игра должна доносить до ребенка достоверную информацию или дублировать оригинал (животные, птицы, люди, предметы быта и др.). С их помощью дети познают окружающий мир, у них развивается мышление, внимание, память, речь, а также отрабатываются модели бытовых ситуаций.

Материал подготовила:
учитель – дефектолог подготовительной к школе группы
МДОУ №28 «Хрусталик» Решетова Г.В.