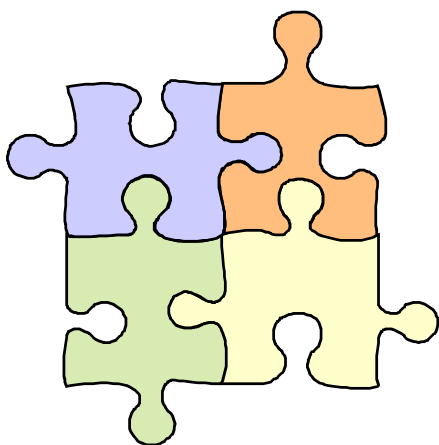


СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПО РАЗВИТИЮ И ОХРАНЕ ЗРЕНИЯ СВОЕГО РЕБЕНКА.

Ребенок с диагнозами косоглазие и амблиопия нуждается в проведении специальных игр и упражнений, способствующих повышению у него остроты зрения, устранению косоглазия и восстановлению бинокулярного зрения. Так, для развития зрения у такого ребенка полезно рассматривание предметов с мелкими деталями, игры и упражнения с мелкой мозаикой, конструкторами, игры со сборно-разборными игрушками, «пазлы», упражнения на шнуровку, нанизывание бус и т.п. Рекомендуется также рассматривание ярких картинок с мелкими деталями, обводка и раскрашивание картинок по контуру.



Эффективные игры и упражнения с использованием электрифицированных игрушек (например, «Сколько раз зажегся фонарик?», «Где горит огонек?» и т.д.). Такие упражнения ребенок должен выполнять под контролем взрослых, которые направляют его зрительное восприятие вопросами инструкциями: «Что это?», «Что нарисовано на этой картинке?», «Назови части этой игрушки» и т.п.

С ребенком, имеющим диагноз косоглазие рекомендуется также проводить игры и упражнения на прослеживание взглядом движущихся игрушек, сбивать мячом кегли, играть в «Футбол», «Попади в цель». Многие из этих игр можно проводить во время прогулки во дворе, на спортивной площадке.

Стоит напомнить родителям то, что у ребенка, имеющего зрительную патологию, с раннего дошкольного возраста необходимо воспитывать понимание роли зрения в его жизни и умение рационально им пользоваться.

Взрослые могут продемонстрировать своему ребенку, что зрение нужно не только для узнавания игрушек, предметов, людей и т.д., но и для того, чтобы правильно выбрать направление своего движения, сохранять и менять его в процессе передвижения. В этом помогут такие игровые

упражнения: «Проследи взглядом путь до игрушки», «Выбери самый короткий путь от скамейки до качелей» и т.п.

Необходимо научить ребенка использовать зрение для контроля за своими действиями с игрушками, предметами, во время приема пищи, одевания и раздевания и т.д. С этой целью рекомендуется родителям проводить такие игровые упражнения: «Надень одежду с открытыми и закрытыми глазами», «Накрой на стол» и т.д.

Установка родителей на использование ребенком зрительного контроля активизирует его зрительное восприятие, а даваемые им словесные описания своих действий закрепляют зрительные образы, делают их конкретными и запоминающимися.

Родители должны объяснить ребенку, что зрение имеет значение и в общении и между людьми. Так, глаза помогают узнать, как выглядят окружающие люди и ты сам (какого цвета глаза и волосы, какой формы нос, какая одежда и т.д.). Надо объяснить также ребенку, что с помощью зрения можно догадаться, если посмотреть на другого человека внимательно, какое у него настроение (веселое, грустное, задумчивое и т.д.), понять отношение взрослых (мамы, папы, бабушки и других людей) к тебе, к тому, что ты делаешь, как себя ведешь. Родители демонстрируют ребенку, что об этом свидетельствует ласковый, сердитый или удивленный взгляд, приподнятые брови или нахмуренное лицо.

В результате такой целенаправленной работы родителей ребенок постепенно начинает осознавать, что глаза – очень важный орган, который помогает многое узнать об окружающем мире, увидеть его красоту и многообразие, понять окружающих людей и то, что они делают; глаза помогают быстрее, точнее и красивее выполнять различные действия с игрушками и предметами, быстро и аккуратно одеваться и т.д.



Необходимо воспитание родителями у ребенка привычки выполнения основных правил охраны зрения:

- Соблюдение правильной позы (сидеть прямо, обе руки на столе, ноги стоят прямо либо на подставке);
- Умение правильно пользоваться дополнительным искусственным освещением (следить за тем, чтобы свет лампы падал на поверхность стола, книги, листа бумаги и не попадал в глаза);
- Умение пользоваться вспомогательными средствами (лупами, подставками для книг);
- Соблюдение правил чередования зрительной работы с расслаблением зрения (ребенок должен знать, что через некоторое время необходимо сделать зрительную гимнастику для глаз, чтобы снять зрительное напряжение).

Родители ребенка с нарушением зрения должны сформировать у него представление о том, что является вредным для его зрения. Так, стоит объяснить, что недопустимо рассматривание иллюстраций, книг, выполнение графических заданий и т.п. при плохом освещении, рассматривание их лежа, вредно также это делать в движущемся транспорте.



Ребенок должен знать, что длительное зрительное напряжение (долгое рассматривание и чтение книг, картинок, просмотр телепередач, игры за компьютером и т.п.) приводит к переутомлению зрения, к снижению умственной работоспособности.

Уже в младшем дошкольном возрасте ребенок должен понять, насколько нарушено его зрение, почему ему нужно носить очки, наклейку, заниматься на офтальмологических аппаратах. Это необходимо для воспитания у него осознанного отношения к лечению зрительного заболевания. Внимание ребенка обращается на то, что в очках он может увидеть, различать больше, чем без очков.

В таких ситуациях у ребенка появляется понимание назначения очков и необходимости их носить. Таким образом, ребенок начинает осознанно относиться к процессу лечения, старается выполнить все требования взрослых.