## Что должны знать родители детей, страдающих нарушениями зрения

1. Посоветовавшись с врачом-офтальмологом, обеспечьте ребёнка очками, линзами и другими оптическими средствами.
2. Правильно организуйте работу ребёнка дома (чтение, рисование, ручной труд, рукоделие, просмотр телевизионных передач и т.д.).
3. Для обогащения представлений о предметах используйте все органы чувств ребёнка (осязательный, двигательный, обонятельный, слуховой, тактильный, кожный анализаторы).
4. Осматривая предмет, пусть ребёнок его щупает, трогает, дайте послушать, как он звучит, какой запах имеет; если предмет съедобный, то его следует дать ребёнку попробовать на вкус. Это обогащает опыт ребёнка, даёт более полное представление об окружающем мире и приучает меньше напрягать зрение при ознакомлении с предметами и явлениями при их узнавании.
5. Учите ребёнка внимательно осматривать предметы. Новую игрушку следует рассматривать вместе с ребёнком. Важно дать толчок, научить ребёнка рассматривать, ощупывать предметы и действовать с ними.
6. Совместно с ребёнком изучайте и приводите игрушки в действие. Попутно учите ребёнка играть. Словарь у ребёнка беден в связи с бедностью впечатлений и восприятия, которые тоже обогащаются в процессе совместной вашей игры.
7. Учите ребёнка последовательно, систематически, подробно рассматривать картинки, все её части, сопоставлять их, понимать ситуацию в целом. Картинки не должны быть очень большими (примерно 10 х 10 см), они должны быть яркими. Чтобы ребёнок яснее видел их очертания, обычную картинку легко можно подкрасить и сделать более отчётливой. Контуры картинки обведите чёрной линией или наколите их толстой иглой с изнанки, чтобы можно было воспринимать рисунок на ощупь. Картинку сопоставляйте с реальными предметами.
8. Полезно лепить вместе с ребёнком из глины или из пластилина. Обводя пальчиком ребёнка края своего или его изделия, учите ребёнка сравнивать. По результатам лепки вы можете судить, насколько отчётливо ваш ребёнок представляет себе форму предмета. Изображая предмет, ребёнок лучше его познаёт.
9. Используя изобразительную деятельность, привлекайте ребёнка к совместным действиям. Рисование развивает глазомер, понимание формы, укрепляет руку, при этом развивается и интеллект, упражняется наблюдательность, фантазия.
10. Развитие тонкой моторики пальцев рук старайтесь проводить в интересной для ребёнка деятельности. Предложите нанизать бусы кукле, шарики, кольца-пирамидки, выложить мозаичный узор, вдеть нитку в большое ушко иголки, застегнуть пуговицы, собирая на прогулку любимого мишку, зайку когда холодно, изготовить поделку, комбинируя пластилин с природным материалом (мох, жёлуди, ягоды, арбузные семечки, крылатки клёна, листья, шишки, каштаны).
11. Учите детей ориентироваться в пространстве на слух. Поэтому, гуляя с детьми, совершая экскурсии и походы, учите детей прислушиваться к шумам города и звучанию того или иного транспорта, упражняйте в определении расстояния до приближающихся предметов на слух. Во время прогулок, экскурсий учите детей по звучанию определить близость ручья, голоса птиц и особенности рельефа местности.
12. Полезно вместе с ребёнком собирать и засушивать гербарии, составлять коллекции злаков, насекомых.

13. Проводите на природе игры и упражнения. Это может быть бег по склону, ходьба по бревну (со страховкой), пусть ребёнок повесит на ветке, попытается обхватить ствол дерева, попробует бросить шишку через ветку дерева. Пусть ребёнок перепрыгнет через небольшой камень, подпрыгнет и дотянется до ветки.
14. Полезно детям находиться и двигаться в воде (в ванне, бассейне, реке), кататься зимой на лыжах, летом на велосипеде.
15. Для занятий, направленных на коррекцию общих моторных нарушений, очень полезно иметь дома свой небольшой спортивный комплекс. С его помощью делаются привычными трудные и, возможно, даже страшные для ребёнка упражнения: лазанье, прыганье, верчение, кувыркание, подпрыгивание, хождение по скамейке.
16. Обучайте ребёнка игре в мяч. Пусть он овладевает умением бросать мяч, катить его, ловить, бросать в корзину, сквозь обруч, расположенный на уровне рук, сбивать им со стен предметы – картонное яблоко, круг, перебрасывать мяч через верёвку, сбивать кегли.
17. Давайте детям больше настольных, печатных игр, благодаря которым дети учатся думать, рассуждать, делать выводы, при этом тренируются их внимание, память, развивается произвольное восприятие. При решении игровой задачи часто нужно объяснить свои действия, а это способствует развитию речи.
18. Для упражнений в чтении (после того, как ребёнок научился читать), берите книги с самым крупным шрифтом. Следите, чтобы зрение ребёнка при этом не переутомлялось. Для этого делайте перерывы и позаботьтесь о том, чтобы ребёнок во время этих перерывов смотрел вдаль, менял угол зрения, давал отдохнуть мышцам глаз.
19. Говорите с ребёнком всегда отчётливо, не быстро, будьте к нему ближе, чем к хорошо видящим детям, так как ребёнок, страдающий недостатками зрения, не всегда может чётко видеть движение ваших губ, языка, челюстей.
20. Не оберегайте ребёнка от всяких усилий, от движений, от труда. Без движений ребёнок слабеет, хиреет, его организм становится болезненным, легко поддающимся любому заболеванию. Его умственное развитие без усилий, без движений, без труда идёт очень замедлено и ребёнок отстаёт от своих сверстников и в физическом, и в умственном отношении. Без труда терпит большой ущерб его нравственное воспитание.
21. Старайтесь создать для ребёнка атмосферу доброжелательности, покоя, терпимости. Не высказывайте жалости к ребёнку и вместе с тем не обижайте его.
22. Чуткое, доброжелательное и разумное требовательное отношение к ребёнку – вот путь к овладению знаниями, навыками и преодолению отрицательных черт характера, которые могут возникнуть при неправильном педагогическом подходе.
23. Каждое достижение, каждый успех должны быть подчёркнуты и одобрены вами. Неудачи не должны служить поводом для упрёков. Нужно вместе ребёнком выяснить причины неудач и постепенно их преодолевать.

Н.А. Одинокова, доцент кафедры логопедии и детской речи НГПУ