

## «Бережіть зір з дитинства»



Так сталося, що ваша дитина має порушення зору – вроджене або набуте. Незважаючи на це, вона повинна рости і розвиватися так само, як будь-яка інша дитина. Пам'ятайте, що здоров'я і розвиток вашої дитини залежить лише від вас, від вашої любові і терпіння, віри у можливості дитини.

Щоб запобігти очним захворюванням і забезпечити нормальний розвиток зорових функцій, щодня оглядайте очі дитини, дотримуйтеся правил гігієни

догляду за ними, оберігайте від травмування!

Будьте особливо уважними у період коли дитина почала цікавитися дрібними предметами. Подбайте, щоб у зоні її досяжності не було потенційно небезпечних речей.

Потрібно мати на увазі, що деякі діти з вадами зору можуть використовувати периферичне бачення. У таких випадках навіть якщо голова дитини відвернута вбік, це не означає, що вона на вас не дивиться.

В Україні функціонує розгалужена система дошкільних навчальних закладів для дітей з різними порушеннями зору. Зокрема, спеціалізовані дошкільні заклади і групи для цієї категорії дітей при масових дошкільних закладах, навчально-реабілітаційні центри. Всі ці заклади працюють за спеціальними загальноосвітніми та корекційними програмами, розробленими з урахуванням зорового діагнозу, віку дітей та особливостей їхнього психофізичного розвитку.

Окрім загальноосвітнього розвитку і навчання, яке здійснює в спеціалізованому дошкільному закладі вихователь, вкрай необхідну корекційну роботу проводить тифлопедагог: з розвитку у дітей зорового сприймання, пізнавальної діяльності, просторового та соціально-побутового орієнтування, формування компенсаторних способів пізнавальної, предметно-практичної, ігрової діяльності. Логопед виправляє наявні у дітей порушення мовлення, розвиває зв'язне усне мовлення. Інструктор з лікувально-фізичної культури (ЛФК) – можливі порушення опорно-рухового апарата, які можуть негативно впливати на функціонування зорової системи дитини.

Батькам дошкільників з порушеннями зору особливо важливо знати, що в спеціалізованих дошкільних навчальних закладах їхня дитина щоденно отримуватиме саме ту офтальмологічну допомогу, якої вона потребує згідно зі своїм зоровим діагнозом.

Рання діагностика порушень зору в дітей дає змогу вчасно надати їм необхідну допомогу. Сучасні технології (комп'ютери, спеціальні оптичні відео пристрої) дають можливість багатьом дітям з поганим зором навчатися у звичайних класах.

Якщо дитина не відвідувала спеціальний дошкільний заклад, підготовка до шкільного навчання повністю покладається на батьків. Ця підготовка має відбуватися за наступними напрямками.

**Розвиток мислення.**

Практично-дійове мислення дітей з порушеннями зору формується в дошкільний період у процесі ігрової діяльності, яка має бути спеціально організованою і відбуватися за участю дорослого та під його керівництвом. Ефективним засобом розвитку цього виду мислення є конструювання. Тому бажано, щоб батьки сліпої або слабозорої дитини придбали найрізноманітніші конструктори (дерев'яні, пластмасові), різні предмети, макети, які спочатку збираються разом із дорослим, при цьому кожна дія супроводжується словесним поясненням. Потім дитині пропонується зробити це самостійно за зразком, по пам'яті, нарешті, за словесною інструкцією. Коли дитина спробує сконструювати об'єкт за власним задумом, це свідчитиме про появу в неї словесно-образного мислення.

**Розвиток моторики та координації рухів.**

Першим етапом формування графічних навичок та підготовки руки до письма є аналіз зразка.

Робота з конструктором, мозаїкою, аплікацією, а також ліплення, вирізування (не відриваючи ножиці від паперу) тощо розвиває дрібні рухи. Розвиткові моторики і координації рухів сприяють також доступні дітям спортивні ігри, фізичні вправи, танці, заняття ритмікою, аеробікою.

**Розвиток збережених відчуттів.**

Дитину зі значними порушеннями зору варто навчити обстежувати предмети за допомогою дотику.

Для ознайомлення з довкіллям важливо розвивати у дитини слухове сприймання, вміння слухати, прислуховуватися і розуміти те, що діється навколо неї.

Допоможіть дитині користуватися всіма збереженими відчуттями – дотиковими, звуковими, температурними, смаковими!

**Формування уявлень.**

Обов'язково навчайте дітей з порушеннями зору порівнювати предмети між собою за їхніми якостями, особливостями, почергово обстежуючи їх.

Дитину з проблемами зору вчити сприймати простір кількома інформаційними каналами одночасно.

**Розвиток зв'язного усного мовлення і навичок спілкування.**

Для запобігання характерних для дітей із порушеним зором аграматизмів і розвитку граматичного ладу мовлення доцільно тренувати їх у розумінні зв'язків слів у словосполученнях і реченнях різних конструкцій.

З раннього віку формувати та збагачувати досвід спілкування дитини. Не обмежувати коло спілкування тими, хто проживає разом з дитиною. Надавати можливість для постійних контактів та співпраці з нормально зрячими однолітками та дорослими.

Використовувати прийоми для активізації спілкування: «А що ти про це думаєш?», «А тепер ти спробуй знайти вихід з даної ситуації». Крім того, спілкування сприяє розвиткові пізнавальних процесів, становленню емоційно-вольової сфери особистості.

Виховання самооцінки.

Вчити адекватно оцінювати себе та свої можливості.

Запобігати формуванню комплексу неповноцінності або долати його: фіксувати реальні успіхи; дитина має усвідомлювати, що вона не особа другого сорту, а рівноправний член суспільства.

Дитину необхідно весь час залучати до самообслуговування, давати посильні доручення та обов'язки.

Опанування читання, письма та лічби.

Насамперед, слід навчити дитину орієнтуватися на аркуші паперу: знаходити верх та низ, а потім лівий і правий бік аркуша; правий верхній, лівий верхній, правий нижній, лівий нижній кути а також середину (центр) аркуша.

Щоб опанування письма у школі було успішним, необхідно спеціально підготувати до цього руку дитини. Для розвитку дрібних рухів пальців рук скористайтеся мозаїкою. Спочатку навчіть дитину викладати мозаїку з країв поля, а потім спробуйте перейти до простих орнаментів.

Розвиткові рухів пальців та їхньої чутливості сприяють нанизування намистинок, розфасовка гороху і квасолі.

Щоденно вправляйте м'язи пальців і рук дитини (3-5 хвилин).

Зусилля батьків, у сім'ї яких виховується дитина з вадами зору, повинні спрямовуватися на те, щоб не перешкоджати їй у задоволенні природного бажання дивитися на те, що їй цікаво.

Початок навчання у школі для дитини пов'язаний зі значними навантаженнями на зір. Щоб запобігти перевтоми зору, варто скористатися такими рекомендаціями:

Якщо ви помітили ознаки втомлюваності зору у своєї дитини, потрібно:

- забезпечити дитині зручне місце і правильне його освітлення, стежити за правильною посадкою за столом. Яскраві особисті речі, відповідно освітлене робоче місце допоможуть вашій дитині краще орієнтуватися у власній домівці, почуватися затишно. Час від часу їй корисно дивитися у вікно.

- упорядкувати режим зорової роботи: 33-45 хв. занять – 15 хв. відпочинку (але не біля телевізора чи комп'ютера).

\* Для розвитку рухливості очей корисні будь-які механічні іграшки, що рухаються, ігри з м'ячем.

\* Вчіть дітей кліпати повіками, не горбитися, частіше переводити погляд з ближнього об'єкта на віддалений і навпаки.

\* Щоб слабозора дитина гармонійно фізично і психічно розвивалася, вона має багато рухатися.

Пам'ятайте! Дитина, яка неспроможна повноцінно користуватися ушкодженим зором, прагне вашої любові, вашої мудрої допомоги, щоб самій стати особистістю, незалежною (наскільки це можливо) від вас та інших людей. Повага у сім'ї до дитини, її найменших успіхів – фундамент шанобливого ставлення до вас тепер і в майбутньому.

