**Заботливым родителям.**

**Рекомендации для родителей детей с нарушениями зрения.**

Первый раз посетить офтальмолога необходимо еще с новорожденным. Это поможет определить наличие таких серьёзных дефектов, как глаукома, катаракта, нистагм и врожденное косоглазие. В два-три года, как правило, впервые проверяют остроту зрения ребёнка, диагностируют косоглазие и амблиопию.

С трех до семи лет у детей развивается способность чётко видеть на разных расстояниях, так называемая аккомодация. В этот период особенно важно, чтобы у ребёнка во время занятий было хорошее освещение, чтобы он излишне не переутомлял глаза, использовал книжки с крупным шрифтом. Детям, у которых плохо развита аккомодация, а зрительные нагрузки чрезвычайно велики, грозит близорукость.

Затем зрение проверяют непосредственно перед поступлением в школу, а далее - в 11-12 и в 14-15 лет.

Очень важно при этом обследовать детей у офтальмолога в полном объёме: проверить бинокулярные функции, цветовое зрение, определить и уточнить рефракции. Ранняя диагностика позволяет не только выявить заболевание, но и предотвратить с помощью психологов и педагогов отклонения в развитии. Ведь резкое снижение остроты зрения ограничивает процесс познания окружающего мира, влияет на развитие речи, памяти, воображения.

Плохое зрение сказывается на понимании и осмыслении детьми окружающего, они не видят вообще, или очень плохо высотные здания, птиц, деревья, мир насекомых и многое другое, плохо ориентируются в пространстве. Двигательная активность таких детей также ограниченна, поэтому большинство из них страдает гиподинамией, нарушениями осанки, плоскостопием, снижением функциональной деятельности дыхания и сердечно-сосудистой системы.

Подобная ситуация порождает серьёзные психологические проблемы как у детей, так и у их родителей. Очень часто родители стремятся максимально облегчить ребёнку жизнь, ограничивая детскую самостоятельность и предлагая свою помощь. Другая крайность - родители как бы не обращают внимания на заболевание ребёнка, требуя от него слишком многого. И в том и в другом случае у детей развиваются психологические комплексы, которые усугубляются длительностью лечения. Поэтому очень важно помочь ребёнку эффективно использовать осязание, слух, двигательно-тактильную чувствительность, что в какой-то мере компенсирует недостаток зрения.

А как же подготовить к школе ребёнка с нарушением зрения?

Общий девиз специализированных детских садов - Играя лечимся. Занятия в них проводятся по специальной методике, позволяющей развивать зрительное восприятие детей, при этом специальные игры и упражнения стимулируют и активизируют зрение. К тому же все дидактические игры и задания подбираются индивидуально, в зависимости от зрения ребенка. Параллельно с детьми занимаются коррекцией нарушений речи, осязания, а также развивают движения пальцев и кистей рук.

Педагоги учат детей специальным навыкам, которые облегчают их повседневную жизнь. Дети приобретают и особые навыки безопасности.

Родителям необходимо постоянно поддерживать интерес ребёнка к лечению, которое весьма продолжительно.

Дети с патологией зрения неправильно понимают слова, так как слабо соотносят их с реальными объектами, поэтому им необходима квалифицированная логопедическая помощь.

Нужно обращать внимание детей на разнообразные звуки: как шумит машина, работает холодильник, течет вода, шумит ветер и т. п.

Обучая ребёнка какому-либо действию, необходимо многократно повторять его рука в руку, вырабатывая автоматизм. Особенно это важно для слепых и слабовидящих детей.

Полученные навыки важно поддерживать постоянно.

Для детей с косоглазием и амблиопией огромное значение имеет развитие стереоскопического зрения. Весьма эффективны в этом случае такие игры, как настольный теннис, бадминтон, баскетбол, волейбол, городки. Эти игры требуют от детей оценки глубины пространства, удаленности предметов и расстояния между ними.

Для слабовидящих детей больше подойдут настольные игры: Бильярд, Футбол, Хоккей, с помощью которых дети смогут тренироваться в определении удалённости объектов в пространстве относительно себя и других объектов, расстояния между ними.

Катание на велосипеде также вполне доступно детям с нарушениями зрения и весьма полезно, - естественно, под контролем взрослых.

Всем детям с нарушением зрения полезно играть с различными крупными конструкторами для закрепления бинокулярного и развития стереоскопического зрения.

*Материал подготовила*

*учитель-дефектолог МБДОУ №46 Парахина И.Н.*