

Советы тифлопедагога: как улучшить зрение ребенку.

Роль зрения в жизни ребенка трудно переоценить. Все, что видит ребенок оказывает большое влияние не только на его самочувствие, но и на его существование и взаимодействие в обществе. Психологи определяют зрение как ведущий сенсорный анализатор.

Актуальность проблемы ставит задачу научить ребенка беречь глаза, приучить носить очки и правильно с ними обращаться, понять уже в дошкольном возрасте значимость зрения для жизни человека.

Улучшение зрения требует:

- соблюдения режима;
- выполнения специального комплекса упражнений;
- здорового питания,
- своевременного отдыха для глаз.



Для ребенка с нарушением зрения необходимо создать дома специальные условия для игр и занятий:

- Везде, где находится ребенок, должна быть достаточная освещенность.
- Неустанно следить за осанкой ребенка во время занятий. Дети не должны низко наклоняться: расстояние от глаз до рабочей поверхности должно быть не менее расстояния от локтя до пальчиков ребенка.
- В целях создания лучшей контрастности следует подкладывать под рабочий материал лист однотонной бумаги.
- Всегда стоит помнить о вреде, который наносит просмотр телевизионных передач, на ослабленный, не сформированный зрительный анализатор ребенка.
- Укрепляйте здоровье ребенка, закаливайте его, побольше бывайте на свежем воздухе, так как болезни сдерживают положительный результат в лечении.
- Будьте чрезвычайно внимательны к своему ребенку, будьте спокойны и терпеливы.

Играя с ребёнком необходимо помнить!

- Играя с ребенком, соотносите свою позу и расстояние со зрительными возможностями Ребенка.
- При нарушении зрения игрушки должны быть более яркими за счет увеличения контрастности и подбора цветов в зависимости от нарушения зрения.
- Не забывайте, что человек - лучшая и самая любимая игрушка ребенка. Не оставляйте малыша надолго одного, находитесь на таком расстоянии, чтобы он мог видеть и слышать вас.
- Параллельно с работой над зрительным восприятием развивайте слуховое и тактильное восприятие. Для этого вам помогут пальчиковые игры, игры с природным материалом, крупами и т. д.

Существует множество интересных занятий, которые вы можете проводить дома с пользой для ребёнка, например

✓ **«Помоги мне, пожалуйста»** Существует множество домашних дел, в которых малыш может принять непосредственное участие:

- Помочь вам на кухне, собрать ложки, одновременно развивая ловкость и сноровку пальцев.
- Сложить кастрюли одну в одну, закрыть их подходящими по размеру. Крышками.
- Помыть стол. Почистить, банан, или разложить салфетки около приборов. Развернуть пачку маргарина и т. д.
- Пока вы занимаетесь приготовлением обеда, дайте ребенку различные баночки и крышки. Пусть подбирает подходящие и закручивает их на баночки.

В чем бы ни помогал ребенок, обязательно попросите его *«Помоги мне, пожалуйста»*.

✓ **«Учимся различать формы»**

- Походите по квартире и поищите только одну форму, например квадрат. Также можно открыть журнал и поискать там, например круги. В эту игру можно играть где угодно. Малыши от такой игры приходят в неопиcуемый восторг.

✓ **«Развитие координации. Пальчиковая гимнастика»**

- Мамины прикосновения, ласковые поглаживания, улыбка, мягкий дружелюбный голос приносят малышам большую радость, возникает эмоциональная привязанность. Настроение ребенка поднимается, он понимает мама (папа) его любит. Ни телевизор, ни прослушивание аудиозаписи не позволят установить тесную эмоциональную связь между ребенком и мамой, папой.

- Указательным пальцем одной руки по очереди дотрагивайтесь до пальцев другой.

Начинайте с мизинца. Одновременно проговариваете:

«Этот маленький котенок потерял свой свитерок.

Этой маленький котенок теплый потерял носок.

Этот маленький котенок мерзнет в стужу и в мороз.

Этот маленький котенок отморозил себе нос.

Этот маленький котенок заболел: «апхчи», «апхчи».

«Лучше посижу я дома и свяжу себе носки».

(Спрячьте большой палец в кулачок).

Поощряйте малыша повторять за вами те же действия.

✓ **«Волшебные превращения»**

- Для малыша смешивание красок — это не только возможность закрепить названия знакомых цветов, но и самое настоящее волшебство! Расскажите ему, почему называют основными цветами. Все дело в том, что, имея всего три краски (красный, желтый и синий), мы можем получить любой другой необходимый цвет (кроме белого и черного). А вот сами эти цвета невозможно получить путем смешивания. Попробуем? Для пущей наглядности будем использовать не палитру, а стеклянные баночки (например, от детского питания) или стаканы. В пять из них нальем воды и растворим акриловые или гуашевые краски пяти цветов: красного, синего, желтого, черного и белого. Пусть малыш назовет их. Теперь возьмите пустую баночку и скажите ребенку таинственным голосом, что сейчас у вас получится настоящий фокус: в баночке появится оранжевая вода. Налейте в нее немного жидкости красного и

желтого цветов, и у вас получится замечательный оранжевый раствор! Вот так фокус! Спросите у малыша, что можно раскрасить оранжевым цветом. Апельсин и мандарин, солнышко и цветок...

- Продолжим наши эксперименты. Смешаем синий и желтый растворы — получим зеленый. Добавим немного красной воды в синюю — получим фиолетовую. А если еще долить красной, выйдет бордовая. Всякий раз решайте вместе с малышом, какие предметы могут быть такого цвета, как получившийся в баночке. Оказывается, голубой цвет легко получить, смешав синий и белый, а розовый выйдет, если смешать белый с красным. А что получится, если в баночку с белой водой влить чуть-чуть черной? В банке будет серая вода. Причем чем больше мы будем лить черной краски, тем темнее будет наш серый цвет.

Пусть малыш под вашим руководством поэкспериментирует с цветной водой. Это так увлекательно, что провозиться можно долго.

Уважаемые родители, надеюсь, что данный материал интересен и полезен вам!

Составитель: тифлопедагог: Татьяна Валерьевна Сорокина

По материалам: <http://www.maam.ru>; vk.com/zaykinaskazka.