**По каким признакам, и в каком возрасте можно узнать, что у ребенка нарушено или отсутствует зрение?**

Естественно, что родителей интересует этот вопрос. Некоторые врожденные заболевания глаз могут быть установлены еще в роддоме и об этом сообщают родителям. Но бывает и так, что родители узнают о наличии у своего ребенка зрительной патологии, когда ему уже год-два и более.

Между тем, раньше будет выявлено и будут созданы максимально благоприятна условия для лечения, воспитания и обучения, тем меньше возникнет проблем в развитии ребенка.

Когда у ребенка нарушено или отсутствует зрение, родители могут заметить это уже в первые месяцы его жизни. Если к концу 1-го месяца жизни малыш не реагирует на яркий свет (не зажмуривается); в 2-3-и месяца не задерживает взгляд на игрушках, на лицах матери, ба­бушки (или других людей, которые постоянно находятся рядом с ним); в 3-4-и - не смотрит внимательно на склонившегося над ним взрослого (или того, кто держит его на руках), не разглядывает свои руки и игруш­ки, не прослеживает движущиеся предметы, не тянется за предметом, не реагирует (движениями, гулением, улыбкой) на увиденное; в 4-6 меся­цев не обращает внимания на удаленные предметы, не захватывает ру­ками игрушки, предметы, не реагирует на цвет окружающих предметов; в 7-10 месяцев не рассматривает и не, пытается взять кончиками пальцев мелкие предметы (например, крошки хлеба), двигаться (ползти, а позже - идти) в сторону ярких игрушек, каких-то предметов, близких людей, находящихся в поле его зрения; в 1 -2 года не узнает на расстоянии знако­мых людей, не интересуется рассматриванием книжек, картинок; в 3-4 года не узнает игрушки, предметы ближайшего окружения, картинки (вблизи и на некотором расстоянии), при рассматривании приближает игрушки, предметы, картинки очень близко к глазам - необходимо про­верить состояние зрения ребенка.

**Где можно провести диагностическое обследование и лечение зрительного заболевания ребенка?**

Если у родителей возникает тревога, но поводу состояния зрения своего ребенка, прежде всего необходимо обратиться в детскую поли­клинику по месту жительства, показать ребенка врачу - окулисту. Если ребенок нуждается в более глубоком- обследовании и наблюдении зри­тельного заболевания, то следует обратиться в детскую больницу - го­родскую, областную, где есть офтальмологическое («глаз­ное») отделение, медицинские центры.

Следует знать, что чем раньше выявлена патология зрения и постав­лен диагноз зрительного заболевания, тем успешнее может быть лече­ние, тем легче предотвратить отклонения в развитии ребенка, которые возникают из-за ограничения или полного отсутствия (при слепоте) зрительной информации об окружающем мире. Адреса названных ме­дицинских учреждений имеются в департаментах (отделах) здравоохра­нения по месту жительства ребенка с нарушением зрения.

Учитель-дефектолог Егорова Ю.В.

**Следует ли отдавать ребенка с нарушением зрения в детский сад?**

Нередко родители ребенка, имеющего патологию зрения, не могут решить, следует ли отдавать его в специальный детский сад.Родители должны знать, что ребенок с нарушением зрения, особен­но имеющий глубокую зрительную патологию, сопровождающуюся большой потерей зрения или полной слепотой, нуждается в специально организованных условиях воспитания. Они подразумевают определен­ный двигательный режим, соблюдение норм освещенности помещений, обеспечение необходимым дидактическим и игровым материалом, осу­ществление системы специальных коррекционных занятий с детьми учителей-дефектологов (тифлопедагога), логопеда и др., и общеобразовательных занятий, проводимых с детьми воспитателями.

Необходимо также систематическое наблюдение за состоянием зре­ния ребенка, назначение при необходимости ему курса лечения зрительного заболевания. Все это ребенок с нарушением зрения получает только в специальном детском саду. Необходимо помнить, что при своевременно начатом лечении возможно существенное улучшение зрительных возможностей ребенка.

К моменту поступления в школу ребенок, посещавший такой дет­ский сад, умеет рационально пользоваться своим нарушенным (или остаточным) зрением, владеет необходимыми ему навыками самооб­служивания, различными специальными (компенсаторными) приемами познания окружающего мира и предметно-практической деятельности с помощью сохранных анализаторов (осязания, слуха, двигательно-так­тильной чувствительности и т.д.). И, что особенно важно, ребенок при­обретает опыт общения, взаимодействия со сверстниками и взрослыми (чего он часто бывает лишен в условиях семейного воспитания). Это позволяет ему быть активным и самостоятельным в быту, в играх, на за­нятиях, облегчает его адаптацию к условиям школьного обучения. Вот почему желательно, чтобы ребенок е нарушением зрения посещал спе­циальный (коррекционный) детский сад.

Кроме того, родители должны знать, что у большинства детей с диа­гнозами косоглазие и амблиопия в результате проведенного в детском саду лечения функции зрения полностью восстанавливаются и дети по­ступают в массовую школу. Дети же с **глубокой** зрительной патологией поступают в школу для слепых и слабовидящих, имея необходимую для этого подготовку.

В некоторых случаях в силу ряда причин родители не хотят или не могут отдать своего ребенка в детский сад. Например, из-за большой удаленности от дома, из-за физической ослабленности ребенка, из-за бо­язни родителей доверить своего незрячего или слабовидящего ребенка чужим людям и т.д. Но, если вы все-таки решились на то, чтобы отдать своего ребенка в специальный дет­ский сад, но очень волнуетесь, как ваш домашний ребенок будет там себя чувствовать, можно забирать его первое время из детского сада после обеда. Через какое-то время наступает такой момент, когда ребенок начинает чувствовать себя в группе спокойно, у него появляется интерес к окружающим людям, к тому, что происходит вокруг. Тогда можно уже «оторвать» ребенка от ро­дителей, так как он готов к контакту с воспитателями, тифлопедагогом и другими специалистами, со сверстниками.

**Правила организации домашней среды ребенка с нарушением зрения**

Очень важно правильно организовать жизнь ребенка с нарушенным зрением в семье. Необходимо тщательно продумать, как сделать так, чтобы невидящему или плохо видящему малышу было удобно, спокой­но, безопасно в своем доме. Благоприятные условия внешней среды снижают утомляемость ребенка.

Особое значение для ребенка с низким зрением имеет рациональ­ное освещение. Лучшим видом освещения считается дневной свет. В помещении, где ребенок находится постоянно, использование дневного света должно быть максимальным, так как он наиболее комфортен для зрения. Кроме того, дневной свет оказывает положительное общебио­логическое воздействие на организм, положительно влияет на психику и эмоциональное состояние ребенка. Необходимо использовать и до­полнительное искусственное освещение (например, в игровом уголке ребенка, на столе, где он играет, рассматривает картинки). Причем, не следует бояться смешения дневного и искусственного освещения, это не вредит зрению. В хорошо освещенном помещении ребенок чувствует себя увереннее, бодрее.

Большое значение также имеет правильный выбор родителями ме­бели и ее расположения. По возможности следует приобретать мебель с закругленными углами, либо закрывать их и другие выступы толстой мягкой тканью. Вся мебель должна быть расставлена в квартире, в ком­нате ребенка максимально удобно для него. Постарайтесь расставить мебель так, чтобы оставалось как можно больше свободного места, по­зволяющего ребенку самостоятельно и без страха передвигаться и ори­ентироваться.

У ребенка должна быть своя комната или свой уголок, где стоят его кровать, детские стол и стул, шкаф или ящик для игрушек, шкаф для белья и одежды. Все эти предметы должны быть легко доступными для ребенка, удобными и безопасными для его самостоятельного пользова­ния. Например, низкая и достаточно широкая кровать или кушетка, лег­ко открывающиеся и закрывающиеся дверцы шкафа, полки - на уровне роста ребенка и т.д.

Стол ребенка ставится около окна так, чтобы свет падал слева. До­полнительное освещение (настольная лампа или светильник, закреплен­ный на стене) тоже располагается слева. Свет должен падать на поверх­ность стола, а не попадать ребенку в глаза. Для ребенка с остаточным зрением или слабовидящем, который при рисовании, рассматривании картинкинизко наклоняется, лучше использовать светильники на гиб­ких подставках. Это позволяет изменять высоту источника света с уче­том комфортности для ребенка. Нужна также подставка для рассматри­вания картинок.

Родители должны знать, что при некоторых заболеваниях органа зре­ния яркий свет, напротив, противопоказан. Рекомендации по поводу не­обходимого для их ребенка уровня освещенности помещений родители могут получить от врача-офтальмолога (окулиста).

Полированную поверхность стола рекомендуется закрыть листом зеленой матовой бумаги или не блестящим пластиком. С подоконника рядом со столом ребенка надо убрать все предметы, мешающие прохождению дневного света (аквариум, горшки с большими комнатными цветами, стопки книг, игрушки и др.). Не рекомендуется закрывать окна темными, плотными занавесками. Чтобы устранить слепящее воздействие света в солнечные дни, следует занавесить окна светлыми шторами, расположенными по бокам оконных проемов, или использовать жалюзи. Необходимо сле­дить за чистотой стекол в окнах, т.к. запыленные стекла задерживают проникновение световых лучей, снижая уровень освещенности до 40%.

Большое значение для зрительного комфорта ребенка с нарушением зрения имеет и окрашенность стен, и цвет мебели, и внутреннее оформ­ление помещения, в котором он находится. Так, для лучшего отражения света стены следует окрашивать в светлые тона, мебель предпочтитель­на цвета натурального дерева и не полированная.

Не следует развешивать на стенах слишком яркие, пестрые картины, репродукции с большим количеством изображенных объектов, множе­ство разных безделушек, украшений. Это затрудняет узнавание ребен­ком этих предметов, перегружает его зрительное восприятие. Украше­нием стен могут служить картины, репродукции хорошего исполнения, с четко выписанными и легко зрительно воспринимаемыми изображе­ниями; яркие, красивые и также легко узнаваемые безделушки (напри­мер, фигурки животных). Расположить их следует на доступной для ребенка высоте (необходимо сделать так, чтобы квартира была безопасной для ребен­ка. Так, все розетки, электропровода должны быть закрыты или недося­гаемы для него. Электроприборы и бытовая техника должны включаться и использоваться только взрослыми членами семьи, а после окончания их использования выключаться и убираться в недоступные для ребенка места. Стеклянная посуда и все бьющиеся предметы, а также колющие, режущие предметы, лекарства, различные химические, моющие и чи­стящие средства и т.и. также должны убираться после их использования на свои места, недоступные для ребенка. Постепенно, по мере взрос­ления ребенка его необходимо знакомить с электроприборами, бытовой техникой и другими опасными предметами, показывать и объяснять, для чего они нужны, учить правильно и безопасно ими пользоваться под контролем взрослых.

Еще одно правило, которое надо соблюдать, если в семье есть ребе­нок с нарушенным зрением: все предметы в доме должны иметь опре­деленные места. Так, не следует переставлять мебель, ставить посере­дине комнаты, на кухне, в коридоре, прихожей сумки, коробки и т.п., разбрасывать одежду, обувь и т. д. Соблюдать это правило важно, особенно, если ребенок совсем не видит или имеет очень низкое зрение. Наткнувшись неоднократно на эти предметы, ударившись о них, спот­кнувшись о лежащий не на своем месте предмет, упав, маленький ребе­нок начинает бояться ходить по комнате, по квартире самостоятельно. Перестановку мебели, если в этом есть необходимость, следует делать в присутствии ребенка, показывая ему, куда какие предметы перестав­лены. Позаботьтесь о том, чтобы ребенок не смог удариться об углы ме­бели, о выступы стен или подоконников, всех предметов, находящихся на уровне глаз или головы ребенка. Для этого закройте их, как и углы мебели, мягкой тканью (наклеив ее).

Двери (из комнат в коридор, на кухню) должны быть либо всегда от­крыты, либо всегда закрыты и открываться, когда необходимо. Обо всех изменениях, которые происходят в расположении предметов в вашем доме, ребенка необходимо предупреждать и показывать эти изменения

Учитель-дефектолог Егорова Ю.В.

**Если у ребенка СДВГ (рекомендации для родителей)**

СДВГ (синдром дефицита внимания с гиперактивностью) - является самой частой причиной нарушений поведения и трудностей обучения в дошкольном и школьном возрасте, проблем во взаимоотношениях с окружающими.

В своих отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Подчеркивайте его успехи и поощряйте его усилия, особенно там, где требуется концентрация внимания, даже если результаты далеки от совершенства. Это укрепляет уверенность ребёнка в собственных силах и повышает его самооценку. Поощрение желательного поведения может быть не только словесным, но и материально ощутимым: можно поощрять ребёнка наклейками, вырезанными из бумаги звёздочками, нарисованными смеющимися мордочками и т.п., а при наборе определённого их количества - вознаграждать.

Приучайте ребенка доделывать все до конца. Если это вызывает затруднения, начните сами, а ребенок пусть продолжит. Давайте ребёнку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить. Старайтесь реже говорить "нет" и "нельзя" - лучше попробуйте переключить его внимание. Разговаривайте с ребёнком всегда сдержанно, спокойно, мягко. Будьте терпеливы и последовательны в своих требованиях. Не давайте ребёнку длинных указаний и не читайте долгих нотаций - он вас просто не выслушает до конца.

Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

Поддерживайте дома четкий распорядок дня.

Избегайте, по возможности, скопления людей. Пребывание в оживлённых местах оказывает на такого ребёнка чрезмерно возбуждающее воздействие.

Во время игр ограничивайте ребёнка одним партнером. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.

Оберегайте ребёнка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

Невозможно и не следует подавлять повышенную двигательную активность - направьте её в нужное русло. Полезны ежедневная физическая активность на свежем воздухе, длительные прогулки, бег, спортивные занятия, игры, особенно такие, которые одновременно развивают внимание (например, физические упражнения, когда вы показываете одно, а говорите другое, и ребёнок должен следовать только указаниям).

Поощряйте сильные стороны ребенка. Помогите ребенку стать знатоком и виртуозом в каком-либо деле (музыка, шахматы и т.д.), которое ему интересно и лучше даётся. Любые знания, умения и увлечения поднимут его самооценку и рейтинг в глазах других детей. Больше играйте с ребёнком: через эту самую близкую и понятную ему деятельность вы многому сможете его научить.

Учитель-дефектолог Егорова Ю.В.