

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

"Детский сад № 157"

**Советы тифлопедагога  
родителям будущих первоклассников**

Разработала:  
учитель-дефектолог  
Подоляк Марина Валерьевна

Ярославль май 2023

Следует проводить периодические осмотры у врача - офтальмолога. Если врач прописал очки для занятий, их нельзя использовать в повседневной деятельности.

Родители должны приучать ребенка следить за чистотой стекол, выработать навык ежедневно протирать очки самостоятельно мягкой фланелью.

Иметь запасную пару очков на случай, если очки окажутся неисправными. В школе, дома очки хранить в футляре, приучать класть их на стол, парту стеклами вверх. Проверяйте, чтобы очки были удобны ребенку. По мере улучшения зрения своевременно менять очки.

Желательно, чтобы ребёнок с нарушением зрения сидел за первой партой или на местах, указанных врачом - офтальмологом.

Детям, имеющим диагнозы: амблиопия, сходящееся косоглазие, миопию, книги читать и рассматривать на подставке, при расходящемся – на столе. Оптимальное расстояние от глаз ребенка до книги – 25-30 см.

Чередовать занятия с активным отдыхом.

Комната, где занимается ребенок, должна быть светлой. Рабочее место должно быть удобным, хорошо освещенным. Стол ребенка следует поставить у окна, чтобы свет падал с левой стороны равномерно на книги, тетрадь. Для детей с нарушением зрения целесообразно использовать светильник на гибкой подставке.

На подоконнике не должны стоять высокие цветы, аквариум, и другие предметы, мешающие проникновению света.



Грязные оконные стекла снижают до 40% света. поэтому, стекла следует чаще протирать.

Не рекомендуется закрывать занавесками верхнюю часть окон.

Во время выполнения любой зрительной работы нужно устраивать кратковременные паузы.

Рекомендуются карандаши с мягкими стержнями, используйте ручки, дающие четкий штрих.

Бумага для рисования должна быть достаточно плотной, иметь гладкую, матовую поверхность белого цвета.

Книги должны быть напечатаны на белой, плотной бумаге.

Родители должны помнить, что слабовидящим детям не рекомендуются игры, вызывающие согнутое положение тела, наклоны головы вниз, резкие повороты, прыжки. Если у ребенка очки, не рекомендуются игры с встречным бегом, бросанием мяча с большого расстояния.

В домашнем досуге значительное место занимают игры-занятия за столом. Они должны быть непродолжительными и заканчиваются активным отдыхом: гимнастикой для глаз, упражнениями для снятия напряжения. Не разрешайте ребенку (во время игр, рисования, чтения, сборки конструктора) низко наклоняться к столу.