

Создание условий для воспитания и обучения детей с нарушением зрения

/рекомендации для воспитателей/

Дети с нарушением зрения ограничены в непосредственном зрительном восприятии окружающего мира: они плохо видят отдаленные объекты (высотные дома, птиц на деревьях, самолеты в небе и т.д.), поэтому чтобы обеспечить детям благоприятные условия для обучения, необходимо:

1. Создавать соответствующие условия для повышения остроты зрения.
2. Оптимально использовать наглядные пособия.
3. Применять специальные методы обучения и вести коррекционную работу с учетом особенной нарушения зрения каждого ребенка.

Подходить к обучению индивидуально учитывая психофизиологические особенности детей. Для зрительного восприятия благоприятны следующие условия:

- Достаточная освещенность помещения. Понятие в достаточной освещенности входит яркость фона, равномерное распределение яркости в поле зрения, ограничение слепящего действия от источников света, устранение резких и глубоких теней, приближение спектра излучения искусственных источников к спектру дневного света.
- Правильное размещение детей за столами расположение наглядного материала на уровне глаза детей и на доступном расстоянии соответствующей длительности зрительных нагрузок, организация во время занятий, разнообразных коррекционных упражнений для зрения.
- Для обеспечения достаточного освещения рабочего места столы, за которыми сидят дети, ставят ближе к светонесущей стене, на расстоянии 0,5 метра так, чтобы свет падал слева.
- Не рекомендуется закрывать шторами верхнюю часть окна, занавески надо располагать по краям оконных проемов.
- Мебель должна быть подобрана по росту детей. Важно следить за правильной посадкой детей за столом в течение всего занятия.
- Педагог постоянно следит за тем чтобы дети не снимали очки и не подглядывали из-за очков, так как это особенно наблюдается у детей младшего дошкольного возраста.

- Доска должна быть покрашена в темно-зеленый цвет и не иметь бликов. Чтобы снять блеск доску протирают сразу после покраски и высыхания нашатырным спиртом (1 ст. ложка на 1 стакан воды), мел должен быть хорошего качества, лучше использовать желтый мел.
- Физкультминутки для снятия зрительного утомления могут проводиться уже на 5-7 минуте занятия, если работа идет для близкого зрительному восприятию расстояния.

Комплексы упражнений для глаз.

№ п/п и название упражнения	Рекомендации по выполнению
Упражнение №1 «Расслабление глаз».	Время выполнения 20-40 секунд, если в комплексе и 3-5 минут если самостоятельно. Поза сидя, лежа, стоя.
Упражнение № 2.	Направление взгляда на горизонт на удаленные предметы. Время выполнения 1-2 минуты, при любой позе при прямой спине.
Упражнение № 3 «Моргание».	От 30 до 60 секунд, любая устойчивая поза.
Упражнение № 4.	Фиксация взгляда на кончике носа, затем - вдаль, от 10 секунд до 3 минут. Сидя, стоя.
Упражнение № 5.	Фиксация взгляда на межбровные промежутки. Сидя, стоя, от 10 секунд до 3 минут.
Упражнение № 6.	Фиксация взгляда на правом плече. Сидя, стоя.
Упражнение № 7.	Фиксация взгляда на левом плече. Сидя, стоя.
Упражнение № 8.	Вращение глаз. Поза устойчивая.
Упражнение № 9.	Поворот глаз вверх – вниз, вправо – влево, по диагонали. От 3 до 5 минут. Поза устойчивая.
Упражнение № 10.	Поочередная фиксация взгляда на плече и на горизонте от 1 до 3 минут. Поза устойчивая.
Упражнение № 11 «Прятки».	1 минута, поза устойчивая.
Упражнение № 12.	Массаж век. 1 минута, поза сидя за столом, локти на столе.
Упражнение № 13.	Сильное зажмуривание и мигание - 1 минута. Удобная поза.