

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Республики
Адыгея «Адыгейская республиканская школа-интернат
для детей с нарушениями слуха и зрения»

**Если у вас в семье ребенок
с тяжелыми нарушениями зрения**
(рекомендации для родителей)

Учитель-дефектолог (тифлопедагог) Бричева А.Н.

Майкоп

Для вас, родители.
Если у вас в семье ребенок
с тяжелыми нарушениями зрения.

Разговаривая с ребенком...

- Рассказывайте, кто с ним говорит.
- Обращаясь к ребенку, называйте его по имени.
- Говорите с ребенком перед тем, как прикасаетесь к нему рукой. Ребенку может быть неприятно, если кто-нибудь неожиданно прикоснется к нему.
- Если Вы намерены отойти от ребенка, предупредите его об этом.

Рассказывая что-либо...

- Описывайте ребенку ближайшую окружающую среду.
- Давайте ему возможность ощупывать предметы руками, нюхать, пробовать на вкус, слушать, и таким образом получать информацию с помощью разных анализаторов.
- Чтобы ребенок не путал разные понятия, объясняйте ему, что щупать можно не все, что видно, и видно не все, что можно осязать.
- По возможности применяйте наглядные пособия (настоящие предметы, макеты и т. п.)
- Называя разные направления в пространстве и расположение предметов в нем, употребляйте слова и определения как можно более конкретные. Ребенок не может понимать такие неопределенные понятия, как “там”, “далеко”, “тут” и т.п. Употребляйте слова “смотреть” и “видеть”. Когда определяете размеры, исходите из размеров собственного тела ребенка.

Учите ребенка осязанию.

- Стимулируйте желание ребенка использовать свои руки для обследования различных предметов и материалов.
- Когда вы показываете ребенку что-либо, управляйте его руками, накладывая на них ваши руки. Одновременно рассказывайте, какого цвета предмет, какова его форма, для чего он служит и как им пользоваться.
- Приучайте ребенка обследовать предметы систематически, с применением способа “вспомогательной и активной руки” (одна рука, например, держит посуду, а другая отыскивает на столе игрушку и кладет ее в посуду).
- Предупреждайте желание ребенка дотронуться до чего-то теплого, холодного или липкого. Он может испугаться неожиданного незнакомого ощущения и начать побаиваться использовать свои руки для рассматривания окружающего мира.
- Стойте за ребенком, когда учите его какому-то движению. Делайте движение вместе с ребенком. Если Вы стоите напротив него, движение получается зеркальным и ребенку трудно воспринять его.
- Постоянно рассказывайте ребенку, чем вы занимаетесь, что происходит вокруг. Употребляйте знакомые ему слова, постепенно расширяя его словарный запас.
- Не оставляйте ребенка-инвалида по зрению одного в незнакомом месте.

Стимулируйте самостоятельность ребенка.

- Разрешайте ребенку действовать самостоятельно, укрепляя усвоенные им навыки, по возможности создавая при этом безопасные ситуации.
- Держите предметы на строго определенных местах. Разрешайте ребенку самостоятельно ходить за вещами и возвращать их на свои места. Рассказывайте ему, если вы переставили что-либо на другое место.
- Давайте ребенку возможность самостоятельно отыскивать вещи, упавшие на пол. Говорите, где они находятся. Например, мел справа, рядом с твоей ногой.
- Обучайте ребенка такому способу отыскивания, как изогнутое движение руки от себя.
- Когда Вы занимаетесь с ребенком за столом, используйте устойчивые подставки, например, подносы и миски. Когда ребенок “рассматривает” руками, что находится на столе, он легко разбрасывает и перемешивает вещи.
- Рисуйте для слепого ребенка выпуклые контуры картинок, например, клеим.
- Если у ребенка есть остаток зрения, используйте его, применяя цветные контрасты, увеличенные изображения, усиленное освещение и т.д.
- Давайте ребенку возможность и время на то, чтобы он добивался положительных результатов и укреплял усвоенные им навыки. Хвалите и поощряйте ребенка.
- Главное средство коммуникации - это речь. Однако во многом на ее восприятие влияют неречевые средства: мимика и жесты. Поведение окружающих людей имеют большое значение для развития коммуникативной деятельности незрячего ребенка.

Оно либо стимулирует ребенка к общению, либо заглушает его желание общаться.

- Эмоции родителей, вызванные зрительной аномалией ребенка, могут повлиять на взаимоотношение между ними. На попытки ребенка общаться (он неподвижно прислушивается, делает движения, издает звуки и т. д.) следует отвечать, доброжелательно откликаться.
- Побуждайте ребенка к диалогу.
- С одной стороны, запас слов ребенка может быть меньше, чем у зрячих ровесников, а с другой стороны, ребенок может употреблять какое-либо слово или предложение в неправильном контексте.
- Ребенок может употреблять слова и выражения, которые слышал, не понимая, какое значение они в действительности имеют.
- Ребенку бывает трудно понимать значение местоимений, на какие разряды они делятся, например “я”, “ты”, “он” “она”.
- В описании последовательных событий следует употреблять простые, точные выражения. Нужно учитывать возраст и стадию развития ребенка.

Рекомендации родителям для развития осязательного восприятия и мелкой моторики кистей рук.

Рекомендуются следующие средства деятельности:

- наборы пористых губок (для тренировки мускулатуры кисти руки);
- наборы колец различной величины для нанизывания их на стержень,
- цветные клубочки ниток для перематывания;
- деревянные игрушки (собрать пирамиду, матрешку, сложить из кубиков поезд, дом);
- мозаика по возрастающей сложности;
- нанизывание бус, бисера, пуговиц;
- пособия по застегиванию пуговиц различной величины, кнопок, крючков;

- наборы веревочек различной толщины для завязывания и развязывания узелков;
- наборы мелких игрушек для развития тактильного восприятия (узнавание предметов на ощупь);
- дощечки с накатанным слоем пластилина для выкладывания узоров из мелких камешков, круп;
- пластмассовые или деревянные палочки для выкладывания узоров;
- вязание, шитье, вышивание;
- лепка из глины или пластилина;
- вышивка «изонить»;
- оригами;
- папье-маше;
- макраме;
- рамки Монтессори;
- развивающие игры «Собери квадрат» по возрастающей степени сложности;
- круги-гео и др.

Зрительная гимнастика для слабовидящих и частичновидящих.

Комплекс упражнений для профилактики зрительного утомления.

Вариант 1.

1. Взгляд направлен влево – прямо, вправо – прямо, вниз – прямо, без задержки в отдельном положении 1 – 10 раз.
2. Взгляд смещать по диагонали влево – вниз – прямо, право – вверх – прямо, вправо – вниз – прямо, влево – влево – вверх – прямо и постепенно увеличивать задержки в отдельном положении, дыхание произвольное. Выполнить 1-10 раз.

3. Круговые движения глаз от 1 до 10 кругов влево и вправо, вначале быстрее, затем медленнее.
4. Изменение фокусного расстояния - смотреть на кончик носа, затем в даль несколько раз.
5. Смотреть на кончик пальца или карандаша, удерживаемого на расстоянии 30 см от глаз, а затем вдаль - несколько раз.
6. Массировать веки глаз, мягко их указательным и средним пальцем в направлении от носа к виску или глаза закрыть и подушечками ладони, очень нежно касаясь, проводить по верхним векам от висков к переносице.
7. Потереть ладони друг о друга без усилий, прикрыть глаза на 1 мин., представить погружение в полную темноту, открыть глаза.

Вариант 2.

1. При счёте 1-2 - фиксация глаз на близком (расстояние 15-20 см) объекте, при счёте 3-7 взгляд переводится на дальний объект, при счёте 8 - снова переводится на ближний объект.
2. При неподвижной голове на счёт 1- поворот глаз по вертикали вверх, при счёте 2-вниз, затем снова вверх. Выполнить 15-20 раз.
3. Закрывать глаза на 10-15 секунд, открыть и проделать движения глазами вправо и влево, затем вверх и вниз 5 раз. Свободно, без напряжения направить взгляд вдаль.

Вариант 3.

Выполняется в положении сидя, откинувшись на спинку стула.

1. Смотреть прямо перед собой в течение 2-3 секунд, затем на 3-4 секунды опустить глаза. Повторить 10 раз.
2. Поднять глаза, опустить, отвести в стороны. Повторить 3-4 раза.
3. Поднять глаза, сделать ими круговые движения по часовой стрелке. Повторить 3-4 раза.

4. Крепко зажмурить глаза на 3-5 секунд, открыть на 3-5 секунд.
Повторить 4-5 раз.

**Рекомендации родителям по развитию мимики и пантомимики
у слабовидящих и незрячих детей.**

Практика работы тифлопедагогов показывает, что научить детей с нарушенным зрением правильной мимике, жесту, позе — задача трудная, но осуществимая. Эффективность ее решения зависит и от того, на сколько подключена к этой работе семья.

Сделайте лицо человека предметом специального изучения для ребенка. Лучше всего, если ребенок подробно осмотрит (при помощи осязания, остаточного зрения) лица своих близких: мамы, папы, бабушки, брата, сестры. Обратите внимание на подвижные зоны лица: брови, рот. Покажите ребенку на своем лице разнообразные мимические проявления: радость, удивление, огорчение и пр. Поупражняйтесь вместе с ребенком в моделировании на лице различных выражений. Например, читая сказку «Коза и семеро козлят», можно предложить ребенку изобразить с помощью мимики и голоса злого Волка, испуганных козлят, горящую, а потом радостную Козу.

Рассматривая с детьми иллюстрации книг, картины, скульптуру, обращайтесь внимание на мимику и позу изображенных людей.

Важно научить ребенка наиболее распространенным жестам:

- «До свидания» — помахать рукой.
- «Иди сюда» — поманить рукой.
- «Тише» — приложить палец к губам.
- «Согласен» — кивок головой.
- «Не знаю» — пожать плечами.
- «Очень плохо» — погрозить пальцем и т. д.

Учите детей правильному употреблению этих жестов. Для закрепления предварите их сначала в детскую игру и только затем - в более широкое общение.

Рекомендации для родителей: «Как помочь ребенку учиться»

Одна из причин низкой эффективности учебного процесса – пассивность, отсутствие самостоятельности у ребенка с нарушением зрения в освоении окружающего мира. Часто такая позиция ребенка является результатом неправильного отношения к ребенку в семье и в школе. Чрезмерное сочувствие, опека, создание щадящего режима, ограничение деятельности таких детей приводят их к неверию в свои силы, осознанию себя инвалидом, отсутствию интереса и активности к познанию, без чего успешное обучение невозможно. Относитесь к ребенку как к равному, поощряйте его самостоятельность, формируйте у него активную жизненную позицию, веру в себя и свои силы.

Часто у детей с нарушением зрения наблюдается низкий уровень физического развития. Следует отметить, что нарушение осанки у слепых и слабовидящих школьников составляет 59 %, тогда как у детей с нормальным зрением – 18 %. Значительно больше у первых и число простудных заболеваний.

Исследования врачей и физиологов давно доказали, что общее развитие детей и подростков, правильное функционирование у них всех систем и органов происходит лишь при достаточном количестве движений. Те школьники, в режиме которых большое место занимает физическое развитие, обладают более высоким умственным развитием, сопротивляемостью к утомлению и простудным заболеванием, высокой работоспособностью, что не может не сказаться на повышении эффективности учебного процесса.

Поощряйте и стимулируйте двигательную активность вашего ребенка, приучайте его к обязательному выполнению утренней гимнастики, физических упражнений.

Обязательно посоветуйтесь с врачом о возможной физической нагрузке вашего ребенка, совместно определите характер и объем упражнений, исходя из особенностей патологии зрения.

Еще одной из причин снижения успешности учебного процесса является низкий уровень развития мышления у слепых и слабовидящих школьников.

Исследования педагогов и психологов доказали, что низкий уровень развития мышления таких детей чаще всего не зависит от дефекта зрения. Это результат педагогической запущенности, неправильной организации процессов обучения и воспитания. А мышление, как один из познавательных процессов школьников, играет важнейшую роль в успешном овладении учащимися школьными знаниями.

Используйте различные упражнения для развития мышления вашего ребенка. Вот некоторые из них.

При работе с текстом, для облегчения его понимания, осмысления и последующего запоминания, ребенок должен освоить смысловое деление текста на части и озаглавливание частей.

После прочтения (прослушивания) текста обязательно задайте ребенку вопросы на проверку правильности его восприятия, а также вопросы, требующие проявления собственного отношения к прочитанному. Больше включайте таких вопросов: «Почему?», «Зачем?», «Как ты думаешь?». Играйте с ребенком в игру «Кто лишний?». Такая игра ведет к активному развитию мышления и логики. Например: кто лишний – автобус, автомобиль, грузовик, трамвай? Почему?

Чаще задавайте ребенку загадки, придумывайте новые вместе с ним.

Поиграйте: «Обозначь одним словом». Например, «Стул, стол, шкаф,

кровать – это...». И наоборот, «Подбери слова к данному определению». Например, «Хвойные деревья - ...».

Возьмите за правило: никогда не давать ребенку готовые знания, лучше помочь ему «открыть» их самому.

Существует зависимость уровня развития мышления и речи от развития мелкой моторики рук, поэтому пусть ваш ребенок чаще лепит из глины и пластилина, вырезает из бумаги, закрашивает фигуры, делает поделки и т.д.

В познании окружающего мира человек пользуется не только своим чувственным опытом, но и словом. При нарушении зрения деятельность самого механизма речи не изменяется. Но слепота и слабовидение затрудняют подражание и наблюдение за движением речевых органов собеседника, из-за чего часто страдает произношение. Кроме того, речевое развитие ребенка характеризуется и его словарем, а у детей с дефектами зрения довольно часто нарушается отнесенность слова к определенному предмету, достаточно беден словарный запас и наблюдается отставание в понимании значений слов. Все это затрудняет овладение детьми с дефектами зрения школьными знаниями. Поэтому здесь нужна интенсивная совместная работа по развитию речи логопеда, педагогов и родителей.

Развивайте речь вашего ребенка.

Вводите в словарь ребенка новые слова, выражения с пояснением их значения и (по возможности) на основе наблюдения. Уточняйте представления вашего ребенка о том или ином предмете и явлении.

Поощряйте ребенка составлять рассказы, делиться своими впечатлениями, пересказывать тексты. Дефект зрения при отсутствии правильного руководства ведет к ограниченному, неполному, отрывочному восприятию, что выражается в бедности, неточности представлений о предметах и явлениях окружающей действительности. А это в значительной мере осложняет процесс обучения.

Для того чтобы ребенок правильно и адекватно воспринимал окружающий мир, нужно больше использовать наглядные и технические средства. Исследования доказали положительное влияние наглядности при её правильном использовании на речевое, интеллектуальное развитие слепых и слабовидящих детей.

Используйте «золотое» правило Я.А. Коменского: «Все, что только можно, представить ребенку наглядно».

Шире используйте рисунки, макеты, диафильмы, совершайте мини-экскурсии с вашим ребенком, при этом обязательно стимулируйте активность ребенка на ознакомление с предметами, восполняйте недостаток зрительной информации с помощью осязания, слуха, обоняния.

Еще одной из причин недостаточной эффективности учебного процесса является низкий уровень развития памяти.

Для слепых и слабовидящих детей память имеет особенно важное значение, так как большое количество информации им приходится хранить в памяти. Дети с нормальным зрением могут довольно легко восполнить недостающие или исчезнувшие из памяти образы и представления, что сделать детям с нарушением зрения намного сложнее.

Поэтому для повышения эффективности процесса обучения необходимо интенсивно вести работу над развитием памяти.

Для этого в работе рекомендуем использовать следующее: для облегчения запоминания материала необходима установка на запоминание, чтобы у ребенка было желание запомнить. Смысловая работа над материалом также способствует более прочному сохранению его в памяти. Например, такая работа над грамматическим правилом, как разбивка его на составные части, составление опорной схемы, значительно облегчает его запоминание и воспроизведение в дальнейшем.

Должна быть установка на время, в течение которого должен храниться в памяти этот материал, так как результаты исследований показали, что в

зависимости от того, на какой срок ребенок ставил установку на запоминание, данный материал и хранился в его памяти.

Необходимо правильно организовывать повторение. Психологами и физиологами был определен наиболее благоприятный режим повторений: через 20 минут, затем через 3 часа, далее через 8 часов, а затем на следующий день.

У детей еще достаточно слабо развит самоконтроль, они еще не понимают, усвоили они материал или нет. Для преодоления этой особенности необходимо объяснить детям, что, «если хочешь себя проверить, – расскажи текст, правило себе, бабушке или маме, не заглядывая в книгу. В крайнем случае – загляни в книгу еще раз и затем вновь попытайся его пересказать».

Нарисуйте на листе бумаги различные фигуры в произвольном порядке, дайте посмотреть вашему ребенку на них в течение 10 секунд, после чего предложите ему полностью восстановить увиденное. Такое упражнение ведет к развитию зрительной памяти.

Ошибки в воспитании (по В. Петелиной)

Никакие заботы не должны мешать полноценному общению с детьми в семье. Лишенные родительского участия, дети иногда ведут себя плохо с одной лишь целью — привлечь к себе внимание отца или матери. Чем лучше вы будете знать и понимать своего ребенка, тем меньше проблем будет у вас с ним в дальнейшем.

Если в семье растет несколько детей, для каждого из них надо находить время, которое будет целиком посвящено ему одному. Только тогда он не будет ощущать себя одиноким.

Учитесь слушать своего ребенка, разговаривайте с ним на равных и относитесь к его словам и заботам всерьез. Так вы сможете завоевать его доверие и добиться взаимопонимания.

Иногда родители хвалят или ругают детей, не задумываясь над тем, что формируют у них неверное отношение к жизни. Например, хвалят ребенка, что он не делает чего-либо плохого: «Молодец, что не пожалел конфету! Ты не жадина!» или «Я так рада, что ты не обижаешь кошку!» Не надо благодарить ребенка за норму поведения. Это лишает похвалу смысла, поскольку подразумевает, что обычно ребенок ведет себя намного хуже. Вместо этого лучше сказать: «Молодец! Ты делишься с другими ребятами!» или «Ты так хорошо заботишься о кошке! Это просто замечательно!».

Обсуждая с родителями трудные ситуации в воспитании ребенка, мы часто предлагаем им познакомиться с составленными памятками – результатом общения с детьми и взрослыми в процессе работы. Многие из родителей, прочитав их, коренным образом меняют свои отношения с детьми и, начинают замечать то, на что раньше не обращали внимания.

Познакомьтесь с ними и вы. Надеемся, они помогут вам избежать ошибок в воспитании детей.

Помните это! (Чему учиться ребенок у родителей)

- Если ребенок растет в дружелюбной обстановке — он учится доброжелательно относиться к окружающим.
- Если ребенка подбадривают— учится верить в себя.
- Если к мнению ребенка прислушиваются — он учится уважать себя.
- Если добрые дела ребенка замечают — он учится быть благородным.
- Если ребенка хвалят и ругают за дело — он учится быть справедливым.
- Если ребенок живет в безопасности — он учится верить в людей.
- Если ребенка постоянно критикуют — он привыкает жить с чувством вины.
- Если ребенок живет во вражде – он учится агрессивности.

- Если ребенка высмеивают и упрекают — он становится замкнутым и нелюдимым.

Не делайте этого! (Чему учатся родители у ребенка)

- Не балуйте меня. Я знаю, что совсем не обязательно давать мне все, что я прошу. Я просто испытываю вас.
- Не бойтесь проявлять со мной твердость. Я предпочитаю именно такой подход. Это помогает мне определить свое положение в жизни.
- Не полагайтесь только на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Больше предлагайте, чем заставляйте.
- Не будьте непоследовательными — это сбивает меня с толку. Я буду всегда стремиться оставить последнее слово за собой.
- Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить — я перестану верить вам.
- Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только затем, чтобы проверить вашу реакцию. Иначе я попытаюсь достичь еще больших побед.
- Не приходите в ужас, когда я говорю, что ненавижу вас. Я не это имею в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что нанесли мне обиду.
- Не заставляйте меня чувствовать себя маленьким и беспомощным — я вырасту плаксой и нытиком.
- Не делайте за меня то, что я в состоянии сделать сам, — я буду использовать вас в качестве прислуги.
- Не допускайте, чтобы я становился предметом вашего внимания, только когда совершаю дурные поступки. Это вдохновит меня на следующие «подвиги».

- Не делайте мне замечаний в присутствии посторонних. Я все пойму, если мы поговорим спокойно с глазу на глаз.
- Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. В это время мой слух притупляется, а мое желание общаться с вами пропадает. Будет лучше, если вы дадите мне немного остыть, а потом расскажете, в чем я был не прав.
- Не читайте мне бесконечные нотации. Вы даже не представляете, как хорошо я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.

- Не заставляйте меня чувствовать, что все мои проступки — смертный грех. Я должен научиться совершать ошибки, не ощущая при этом, что ни на что не годен.
- Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня, иначе я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.
- Не требуйте от меня всегда объяснений, зачем я сделал что-то. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.
- Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность — я могу превратиться в лжеца.
- Не запрещайте мне экспериментировать — именно так я познаю мир. Пожалуйста, смириться с этим.
- Не защищайте меня от последствий моих ошибок — я учусь на собственном опыте.
- Никогда не намекайте на свое совершенство и непогрешимость. Мне будет казаться, что все мои попытки последовать вашему примеру тщетны.
- Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Гораздо важнее то, как мы его проводим.

- Не выражайте излишнего беспокойства из-за моих страхов. Иначе я буду бояться еще больше. Проявите мне, что такое мужество.
- Не нарушайте равновесия между одобрением и недовольством. Заслуженная похвала может забыться, но незаслуженный нагоняй — никогда.
- Не воспринимайте меня только объектом воспитания. Относитесь ко мне так, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом.
- Я вас так люблю! Пожалуйста, ответьте мне любовью.