

Рекомендации для родителей, воспитывающих ребенка с нарушением зрения

1. Не игнорируйте рекомендации врачей.
2. Следите, чтобы ребенок носил очки и окклюзию, если это назначил врач-офтальмолог.
3. Создайте благоприятный климат в семье.
4. Создайте дома офтальмо-гигиенические условия для зрительного восприятия:

- Организуйте уголки игрушек и книжек, отведите им определенное и постоянное место, чтобы ребенку было легче ориентироваться в комнате.

- По возможности повесьте на стенку несколько объемных и плоскостных игрушек, они будут служить не только эстетическим оформлением, но и способствовать развитию зрительного восприятия и ориентировки, а также снятию зрительного утомления.

- Подберите мебель (стол и стульчик) по росту ребенка.

- Лучшим видом освещения является дневной свет, при искусственном освещении комната должна быть хорошо освещена. Лампу мощностью в 60 ватт следует располагать слева и несколько спереди, так, чтобы во время письма или рисования рука не заслоняла свет.

- Помните, что при выполнении домашних заданий игрушки и иллюстрации ребенку легче рассматривать на расстоянии не менее 30-35 см, а если необходимо, то ближе.

- Для рисования лучше использовать мольберты, доска для рисования должна быть зеленого цвета без бликов. Бумага, используемая для рисования, не должна просвечивать и быть глянцевой. Рекомендуются карандаши с мягкими стержнями ручки, дающие четкий штрих.

- Помните о том, что занятия в домашних условиях не должны превышать 15-20 минут (в индивидуальном порядке).

- Позволяйте ребенку чаще заниматься любимым делом

- Соблюдайте режим дня в целом.