

Навчально – методичний центр

Дошкільний навчальний заклад №1 «Ромашка» м. Березне

Особливості корекційно-виховної та навчальної роботи в спеціалізованих групах для дітей з вадами зору

З досвіду роботи вчителя – дефектолога ДНЗ №1 «Ромашка»

м. Березне Лопуги Ольги Сергіївни.

**Лопуга Ольга Сергіївна – вчитель – дефектолог дошкільного
навчального закладу №1 «Ромашка»**

**Тема. Особливості корекційно-виховної та навчальної
роботи в спеціалізованих групах для дітей з вадами зору.**

Методичний посібник

Матеріали зібрала і підготувала Лопуга О.С.

Відповідальний за випуск: Мельничук Л. С., завідувачка НМЦ

З досвіду роботи вчителя – дефектолога Лопуги Ольги Сергіївни.

Методичний посібник для вчителів – дефектологів, вихователів, батьків з рекомендаціями, спрямованими на спеціальне організоване виховання та навчання дітей з вадами зору, яке попереджує та корегує вторинні відхилення в їхньому фізичному та психічному розвитку, формує та стимулює соціально-компенсаторні процеси, готує їх до шкільного навчання, до життя в соціальному середовищі.

Навчально – методичний центр відділу освіти

Березнівської райдержадміністрації

2012 р.

Зміст

Вступ	4
Особливості корекційно-виховної роботи в спеціалізованих групах для дітей з порушенням зору	7
Особливості підходу до організації всіх видів діяльності дітей з вадами зору	12
Особливості добору та використання дидактичного матеріалу для дітей з вадами зору .	13
Специфічні прийоми роботи на заняттях з розвитку мовлення	16
Вивчення віршів за допомогою епідіаскопа	17
Використання схем руху з метою розвитку логічного мислення	20
Режим дня і організація життя дітей в спеціалізованих групах для дітей з вадами зору .	22
Річний тематичний план роботи тифлопедагога	24
Корекційні заняття на тиждень	28
Свійські тварини (конспект заняття)	34
Подорож до Весни (конспект заняття)	36
Барви веселки (конспект заняття)	38
Конспект індивідуального заняття	40
Корекція зору	41
Комплекс гімнастичних вправ для очей	43
Гімнастика для очей (авторські віршовані тексти)	49
Рекомендації вихователям, які працюють в спеціалізованих групах для дітей з вадами зору	51
Основні педагогічні вимоги щодо виховання дітей з вадами зору	52
Обов'язки вихователів спеціалізованих груп для дітей з вадами зору	54
Корекційні завдання	55
Корекційні ігри та вправи для лікування амбліопії	56
Ігри та вправи на розвиток перцептивної активності збережених аналізаторів	56
Дидактичні ігри та вправи на розвиток кольоророзрізнення	58
Дидактичні ігри та вправи на розвиток форморозрізнення	59
Дидактичні ігри та вправи на розвиток уявлень про величину предмета	59
Дидактичні ігри та вправи на розвиток простежуючої функції очей	60
Дидактичні ігри та вправи на розвиток дрібної моторики пальців рук	61
Дидактичні ігри та вправи на розвиток орієнтації у просторі	62
Робота з батьками:	
Фактори, на які слід звернути увагу батькам при зниженні зору у дитини	63
Умови збереження та оздоровлення зору	65
Природні методи покращення зору	66
Основні положення покращення зору по П.Брегу	69
Харчування для здорових очей	71
Виховання самостійності та самообслуговування –основа соціальної реабілітації дитини з проблемами зору	72
Орієнтовна тематика роботи з батьками	75
Пам'ятки для батьків	76
Література	80

Вступ

Сучасна тифлологія стверджує, що формування особистості дитини з вадами зору базується на тих же закономірностях, що і формування дитини з нормальним зором. Порушення або втрата зору можуть вплинути лише на перебіг психічного та фізичного розвитку особистості, але не на її розвиток у цілому. Необхідно пам'ятати, що «дитина з дефектом не обов'язково – дефективна дитина. Від результату соціальної компенсації, тобто кінцевого формування особистості, залежить ступінь її дефективності і нормальності. Сама сліпота не робить людину дефективною». Видатний учений Л.Виготський вважав, що в подоланні вад розвитку дитини, зумовлених біологічними причинами, основну роль відіграватимуть соціальний та педагогічний фактори, «...ймовірно, людство перемаже їх соціально і педагогічно, ніж медично та біологічно». Він також звертав увагу на те, що «...педагогіка повинна орієнтуватися не на вчорашній, а на завтрашній день дитячого розвитку», тобто навчання має вести за собою розвиток дітей.

У психічному розвитку особистості найважливішу роль відіграє оптичне сприймання (зір), яке здійснюється через посередництво зорового аналізатора. Саме через зоровий аналізатор людина отримує найбільше вражень про оточуючий світ. Такі ознаки предметів і явищ, як світло, величина, колір, форма, напрямок руху людина пізнає найкраще через зір. Орієнтування людини у просторі також безпосередньо пов'язане з діяльністю зорового аналізатора. Зоровий контроль має найбільше значення для розвитку рухів людини.

Розлади зорових функцій дитини, які є первинними, зумовлюють ускладнення її пізнавальної діяльності, своєрідну тимчасову затримку психічного розвитку, що є природним наслідком отримання неповноцінної, неточної зорової інформації. Порушується розвиток обсягу пам'яті, запам'ятовування, закріплення отриманої інформації. Технічний прогрес і сучасні умови навчання, життя і діяльності сліпих і слабкозорих дітей висувають до їхньої пам'яті (як і до інших вищих процесів) дедалі жорсткіші вимоги, пов'язані як зі швидкістю мнемічних процесів, так і з рухливістю та міцністю зв'язків, що утворюються. Дітям необхідно не тільки мати

великий обсяг пам'яті, а й уміти оперувати ним, бути готовими і спроможними виділяти з нього необхідну інформацію в потрібний момент.

Система освіти кожної історичної епохи зазнає кардинальних змін. Суттєвого оновлення зазнає і система спеціальної освіти, її форми і зміст, запровадження нових педагогічних підходів та інноваційних технологій, психологічний і корекційно-реабілітаційний супровід навчально-виховного процесу. Цілі й завдання виховання й навчання визначають залежно від особливостей історичної та соціальної ситуації в країні, а також системи виховання й реабілітації дітей із порушеннями зору. Кожний заклад, який бере на себе відповідальність за виховання та навчання таких дітей, має зважити, чи спроможний він створити належні умови для підготовки дітей із вадами зору до інтеграції в середовище здорових однолітків. З метою збереження здоров'я дитини завжди потрібно керуватися заповіддю лікарів «Не зашкодь!».

У соціальних умовах сьогодення найефективнішим напрямом навчально-виховного процесу є надання корекційно-реабілітаційної допомоги дітям з порушеним зором у спеціальних навчальних закладах або в спеціалізованих групах, створених в дитячих ясла-садках. Тут не тільки виховують та навчають, а й лікують дітей, відновлюють та розвивають у них порушені функції зору.



В спеціалізованих групах нашого дошкільного навчального закладу здійснюється лікувально-відновлювальна та корекційно-реабілітаційна робота, мета якої – запобігання подальшому зниженню зору, розвиток та охорона залишкового зору, компенсаторний розвиток пізнавальної діяльності в умовах зорової депривації, повноцінна підготовка до навчання в школі.

Окрім звичайних навчально-виховних завдань робота спрямована на корекцію відхилень в розвитку, відновленні залишкових функцій зору, оздоровленні дітей. Значна увага приділяється розвитку всієї компенсуючої системи, перш за все слуху, нюху, дотику, мобільності та орієнтуванню в просторі, розвитку дрібної моторики пальців рук, а також формуванню навичок самообслуговування. Проводиться робота по гігієні, охороні, розвитку залишкового зору, корекції пізнавальної, особистісної та рухової сфери дітей.

Основною умовою спеціалізованих груп є корекційно-реабілітаційний супровід педагогічного процесу. За змістом він є пропедевтичним і передбачає різноманітні види педагогічної допомоги дитині:

- * абілітацію в ранньому віці;
- * адаптацію до умов соціуму;
- * реабілітацію (повернення втрачених здібностей) педагогічними засобами;
- * компенсацію відсутніх функцій;
- * педагогічну допомогу батькам та ін..

В спеціалізовані групи для слабкозорих дітей приймаються діти з низькою гостротою зору з корекцією окулярами. Діти навчаються основним навичкам гігієни зору, а також, якщо це необхідно, і користуванню окулярами. У дітей розвиваються всі елементи зорового сприймання: здатність бачити близько і далеко, спостереження за предметами, які рухаються, здатність розрізняти форму та величину предметів, колір, матеріал, з якого вони зроблені, розглядати картинки, орієнтуватися в просторі. Розвиток зорових функцій доповнюється також розвитком слуху, нюху, дотиком. Діти готуються тут до систематичних занять у школі.

В зв'язку із специфічними завданнями режим дня в спеціалізованих групах для дітей з порушеннями зору має свої особливості, пов'язані з проведенням цілого комплексу лікувальних міроприємств.

Корекційно-педагогічна і лікувально-відновлювальна робота тісно взаємопов'язані. Педагогічна робота, її методи і засоби, якими б різноманітними й цікавими не були, не можуть дати тих результатів у відновленні зору, що дає медична практика. З іншого боку, медична практика не має тих можливостей, які має

корекційна педагогіка в галузі виховання і всебічного розвитку особистості дитини дошкільного віку. Від співпраці медичної та педагогічної служби в дитячому садку, значною мірою залежить результат корекційно-реабілітаційної роботи. Специфічними завданнями роботи з дітьми є:

- виявлення, усунення і попередження дисбалансу між процесами навчання, виховання та розвитку дітей з особливими навчальними потребами та їх індивідуальними можливостями;
- створення умов для їх соціально-психологічної адаптації.

Створена система взаємозв'язку вихователів, тифлопедагога, медсестри-ортоптистки, лікаря-офтальмолога, музкерівника, фізрука, інноваційний зміст і технології їх роботи сприяють підвищенню ефективності лікування та навчання, дають змогу збільшити результативність корекції пізнавальної діяльності та успішної підготовки дітей до навчання у школі.

Особливості корекційно – виховної роботи в спеціалізованих групах для дітей з порушенням зору

Порушена функція зору компенсується за допомогою активної діяльності збережених аналізаторів – слухового, нюхового, рухового, дотикового.

У процесі розвитку у слабкозорих дітей утворюються нові способи сприймання та аналізу дійсності, що відіграє провідну роль в їхній пізнавальній діяльності.

Великого значення тут набуває спеціально організоване виховання та навчання, яке попереджує та корегує вторинні відхилення в їхньому розвитку, формує та стимулює компенсаторні процеси.

Здійснення корекційно-виховної роботи тісно пов'язане з навчальною та відбувається у двох взаємопов'язаних напрямках:

- 1) виправлення недоліків у тій чи іншій сфері розвитку дитини;
- 2) сприяння подальшому розвитку особистості.

Педагогічна робота в спеціалізованих групах нашого дитячого садка ведеться відповідно до програми виховання і навчання дітей в масових дошкільних закладах та спеціальної програми для дітей з порушенням зору. При комплектуванні груп повинні враховуватись вік дітей, ступінь і характер порушення зору. У таких дітей, як правило, порушена зорова увага, вони швидко втомлюються, відчувають труднощі у визначенні величини та форми предметів, кольору, матеріалу, якого вони виготовлені, виділяють в них несуттєві ознаки та

властивості. У них сповільнений розвиток просторової орієнтації. Рухи їх некоординовані та невпевнені. Ці діти переважно мало рухаються, більше сидять. Із-за поганого зору вони відчують труднощі під час виконання завдань на заняттях, що може призвести до втрати інтересу до навчальної діяльності. Педагоги, які працюють у цих групах, повинні бути добре обізнані з психічними та фізіологічними особливостями розвитку дітей із зоровою патологією, добре знати будову ока, застосовувати спеціальні прийоми і методи виховання і навчання.

Велике значення має створення сприятливих умов для правильної організації корекційно-виховного процесу: достатнє освітлення приміщення, зручне сидіння дітей за столами, розміщення наочного матеріалу на рівні очей дітей і на доступній віддалі, відповідна тривалість зорових навантажень, організація під час занять корегуючої гімнастики та окремих вправ для зору.

При організації будь-якого виду діяльності і на заняттях треба забезпечити достатнє освітлення приміщення з правильним поєднанням природного світла з врахуванням стану зору кожної дитини. В поняття достатнє освітлення входить: яскравість фону, рівномірне розміщення яскравості в полі зору, обмеження осліплюючої дії від джерел світла, знешкодження різких і глибоких тіней, наближення спектру випромінювання штучних джерел до спектру денного світла. В групових кімнатах площею 62 кв. м повинно бути встановлено 6 світильників типу СК-300, розміщених в два ряди, а також додаткове освітлення біля дошки та в ігрових куточках. Загальна напруга становить 1800 Вт., а питома напруга на 1 кв. м – 30 Вт. Якщо дитина займається за столом, то крім загального освітлення має горіти настільна лампа потужністю 60 Вт з абажуром. Світло повинне бути матовим і рівномірно освітлювати робоче місце. Під час писання, малювання джерело світла слід розміщувати спереду ліворуч, під час читання можна й праворуч. Треба слідкувати, щоб очі дитини від робочої поверхні були на відстані зігнутої в лікті руки (30 – 40 см). Не рекомендується вішати на вікна штори у верхній частині, а фіранки розміщувати по краю віконних рам. Педагог повинен постійно слідкувати, щоб діти не знімали окуляри і не підглядали поверх них, так як це особливо характерно для дітей дошкільного віку.

Для правильного розвитку зору у дітей дуже важливо раціонально організувати їхнє робоче місце. Столи і стільці мають відповідати зросту дитини. Сидіти вона повинна так, щоб міцно, усією ступнею опиратися на підлогу або підставку! Правильно підібрані меблі сприяють розвитку хорошої осанки, створюють оптимальні умови для зорової роботи. Дітей з низькою гостротою зору слід садити за перші столи, ближче до вікон.

Зріст дитини (см.)	Висота над підлогою (см.)	
	110-115	краю кришки стола
48		28
115-130	54	32

Плеоптичне та ортоптичне лікування проводиться окремо з кожною дитиною. При цьому робота сестри-ортоптистки планується таким чином, щоб лікування не співпало з часом проведення занять.

Однією з умов досягнення успішних результатів є чітке виконання режиму.

Велику увагу слід приділити підготовці і проведенню занять. При плануванні кожного заняття вихователь повинен чітко визначити, які корекційні завдання будуть вирішуватися з врахуванням індивідуальних особливостей і зорових можливостей кожної дитини. При цьому необхідно передбачити включення в роботу всіх аналізаторів (зорового, слухового, рухового), підбирати роздавальний і демонстраційний матеріал з врахуванням зорових особливостей дітей не допускаючи перевантаження, так як це може призвести до забруднення зорового сприймання.

Важливо правильно підібрати матеріал по кольору, розміру, формі у відповідності зі станом зору дитини. При виготовленні посібників необхідно використовувати червоний, оранжевий, жовтий, зелений кольори та їх відтінки, так як вони найбільш активно впливають на сітківку ока.

Предметні картинки, які використовуються на заняттях з дітьми з низькою гостротою зору, повинні мати чітке зображення форми предмета та яскраві кольори. Предметний демонстраційний матеріал повинен бути великого розміру (15-20 см), дітям з гостротою зору від 0,01 до 0,3 рекомендується давати роздавальний матеріал із зображенням від 3 см і більше, з гостротою зору 0,4 і вище – до 2 см. Робота з таким роздавальним матеріалом буде сприяти підвищенню гостроти зору. При цьому не виключається можливість використання готових наочних посібників, які відповідають особливостям зорового сприймання дітей.

В якості роздавального і демонстраційного матеріалу можна використовувати об'ємні іграшки. Демонстраційний матеріал повинен бути великим, яскравого кольору, а роздавальний – від 2 до 5 см, щоб можна було їм забезпечити всіх дітей в залежності від гостроти зору.

Демонстраційний матеріал слід показувати на контрастному фоні, роздавальний потрібно розміщувати на спеціальній підставці так, щоб знаходився на віддалі 10-15 см від очей дитини.

Вихователі всіх вікових груп повинні враховувати, що деякі діти з порушенням зору не можуть чітко диференціювати колір предмета та його відтінки. Тому на

заняттях та в індивідуальній роботі поза заняттями слід використовувати спеціальні ігрові вправи на розрізнення кольорів.

В корекційно-виховній роботі велике місце відводиться розгляданню і аналізу сюжетних картинок, ілюстрацій до дитячої художньої літератури. Це дає можливість формувати вміння сприймати сюжетне зображення і збагачує уявлення дітей про навколишнє середовище. При розгляданні сюжетних картинок, ілюстрацій слід спрямувати увагу дітей на виділення різних ознак предметів (форма, колір, величина...), пам'ятаючи, що дитина з порушенням зору потребує на це більше часу. Вихователь повинен домагатися, щоб діти давали повний словесний опис, що вони бачать, з назвою головних і другорядних деталей.

У корекційній роботі важливе значення мають і такі заняття, як ліплення, малювання, конструювання, аплікація.

Розвитку просторового сприймання сприяє малювання з натури. Предмет дається кожній дитині. Перед малюванням слід запропонувати обстежити цей предмет, вивчити його деталі, описати словесно. На заняттях по декоративній аплікації повинні розв'язуватись не тільки корекційні завдання, аналіз складної форми, але і мікроорієнтація в кольорі.

Проводячи заняття по зображувальній діяльності, необхідно пам'ятати, що основне навантаження падає на роботу зорового аналізатора. Тому посеред заняття необхідно організовувати фізкультхвилинки, які сприяють розвитку зорових осей, дозволяють зняти втому із зорового аналізатора. Можна запропонувати вправи типу: «Подивись вгору, вниз, далеко, в сторони», «Подивись за злетом літака», «Подивись у вікно», «Прослідкуй очима, куди побіг котик (собака)» і т.п.

Особливу увагу треба приділяти розвитку елементарних природних уявлень.

Загальні завдання виховання і розвитку дітей на цих заняттях повинні включати в себе завдання корекційної роботи, сприяючи збагаченню зорових уявлень. З метою навантаження різних аналізаторів можна дати рахунок на слух, ліпку із глини кульок різної величини, паличок різної товщини і т.д.

Корекційні вправи чи їх елементи повинні включатись в фіз- чи муз- заняття. Предмет, з яким дитині доведеться виконувати будь-які вправи, слід запропонувати вивчити за допомогою зору і дотику. Враховуючи, що діти з порушенням зору погано орієнтуються в просторі, в них некоординовані рухи, на кожному занятті необхідно приділяти 2-3 хв. таким вправам: стрій та перестрій в коло, в колони, в пари, вільний рух по залу в різних напрямках, не зачіпаючи один одного. Ускладнювати та спрощувати їх слід з урахуванням віку та можливостей дитини.

Фізичні і музичні вправи слід проводити з різними атрибутами: стрічками, прапорцями, обручами, хустинками, м'ячами, брязкальцями, султанчиками...

Розвитку координації рухів, як показує практика, сприяють такі вправи, як ходьба в колоні з одночасним підняттям рук, почергове підняття рук з прапорцями або хустинками різного кольору і т.д.

Слід використовувати вправи з м'ячем для розвитку окоорухових функцій та формуванню бінокулярного зору.

Як уже зазначалось, у дітей із зоровою патологією є порушення в рухах, але особливо потерпають дрібні м'язи рук, і це слід враховувати при організації трудової діяльності. Доручення дітям потрібно давати з врахуванням стану їх здоров'я. важливе значення для розвитку зору має ручна праця: вишивання, робота з папером, картоном, природним матеріалом.

Враховуючи, що основним видом діяльності є гра, яка сприяє орієнтації в просторі, руховій активності, вихователям необхідно підбирати яскраві, виразні іграшки різної величини, які дають конкретне уявлення про предмет, його форму, колір, величину, призначення. Настільно-друковані та дидактичні ігри повинні підбиратися з урахуванням відхилень у зорі дітей, відповідати допустимим зоровим навантаженням.

При розбіжній співдружній косоокості можна давати дітям поза заняттями ігри з мозаїкою різної величини, кольору і форми.

Особливу увагу для дітей з порушенням зору слід приділяти організації прогулянок. На прогулянці необхідно постійно використовувати навколишню дійсність для збагачення зорових відчуттів, розвитку зорових і рухових функцій. При цьому вихователь повинен слідкувати за тим, щоб предмет, за яким спостерігають, добре бачили всі діти, запитаннями спрямовувати увагу на його основні ознаки. Напр., на прогулянці в осінньому парку можна запропонувати дітям зі збіжною косоокістю розглянути яскраве листя на деревах, дітям з розбіжною косоокістю – скласти з осінніх листочків візерунок, розглянути листок берези, дітям з низькою гостротою зору слід вивчити предмет поблизу, обмацати його.

Потрібно підбирати такі ігри, які б включали корекційні вправи, напр., ігри з м'ячем, обручем, кеглі. Також із збіжною косоокістю вихователь може запропонувати гру «Попади в ціль», а дітям з розбіжною косоокістю – «Попади в ямку», «Кеглі», для покращення орієнтування в просторі і розвитку окоорухових функцій рекомендується така гра, де потрібно швидко заховатися, влучити в рухому ціль.

При порушенні зору у дитини потерпає не лише зорове сприймання, але і розвиток деяких вищих психічних процесів, і, перш за все, пізнавальної діяльності, мислення, мови.

У багатьох дітей з косоокістю та амбліопією є різні мовні порушення, загальний мовний недорозвиток, дизартрія, заїкання, недорозвиток фонетичної сторони мови і, як правило, порушення фонетичного слуху. Методи і прийоми логопеда залишаються такими ж, як і в мовних дитячих садках, але при цьому повинне передбачатись зорове навантаження, у відповідності із зоровою патологією і віком. Враховуючи підвищену втомлюваність дітей, слід планувати роботу логопеда в ранкові години і після сну. Заняття можуть проводитися як індивідуально, так і з групою дітей (2-3 дитини), які мають однаковий зоровий та мовний дефекти. При використанні посібників логопед повинен враховувати зорові патології. На кожне логопедичне заняття з дітьми старшого віку відводиться не більше 15-20 хв., середнього віку – 10-15 хв., з дітьми, які перенесли операції, логопед проводить заняття на протязі місяця під контролем лікаря-офтальмолога, використовуючи лише словесні методи або застосовуючи дидактичний матеріал великого розміру (від 10 см і більше). Вихователь і тифлопедагог повинні працювати у тісному контакті з лікарем-офтальмологом і медсестрою-ортоптисткою. В другу половину дня рекомендується проводити роботу з батьками (бесіди, консультації, показ занять).

Особливості підходу до організації всіх видів діяльності дітей з вадами зору

Зміст програми передбачає виховання та навчання дітей з порушенням зору в дитячому садку, реалізацію загально розвивальних та корекційних завдань в різноманітних для дітей дошкільного віку видах діяльності. При цьому важливою умовою реалізації змісту програми є комплексний підхід до організації корекційно-виховної роботи.

Спеціалізований підхід включає загальні вимоги до всіх видів діяльності.

1. Педагоги повинні суворо дотримуватись призначення лікаря-офтальмолога:
 - а) обов'язкове носіння окулярів;
 - б) режим оклюзії.
2. Активізація всіх збережених аналізаторів.
3. Створення зорового комфорту. На столі у дітей та вихователя не повинно бути нічого зайвого. Діти повинні мати свої постійні місця за робочим столом.
4. При розгляданні демонстраційного об'єкту використовується зелене тло, що забезпечує більш чітке і контрастне сприймання об'єкту.

5. Для створення більш повного уявлення про предмет при роботі із слабкозорими треба використовувати об'ємний матеріал для тактильного сприймання.
6. При виконанні роботи із зображувальної діяльності, письма давати можливість дітям працювати в такому положенні, яке було б зручним для них, не забуваючи при цьому навчати їх правильно сидіти.
7. При демонстрації предметів і картин потрібно розташовувати їх на рівні очей дітей в стаціонарному положенні.
8. Для слабкозорих дітей на заняттях із зображувальної діяльності використовуються додаткові індивідуальні зразки.
9. На заняттях використовуються демонстраційні та індивідуальні фланелографи.
10. Всі діти повинні мати індивідуальні марковані конверти для роздавального матеріалу.
11. Заняття проводяться в ігровій формі.
12. На заняттях з фізичної культури суворо враховувати розподіл дітей за фізичним навантаженням, встановленим за станом зору (основна, підготовча, спеціальна).
13. При користуванні настільними лампами світло не повинно світити дітям в очі (повинен бути захисний абажур).
14. При розгляданні картин використовувати обмежувач трафарет. Після цього картина розглядається в цілому.

Особливості добору та використання дидактичного матеріалу для дітей з вадами зору.

В навчанні дітей більше використовується наочний матеріал у поєднанні із словесним.

Так, як у дітей з вадами зору порушуються і інші зорові функції (гострота, поле, фіксація і ін.), до використання наочного матеріалу і його демонстрації ставляться спеціальні вимоги. Для знайомства з предметами і явищами навколишнього життя слід використовувати самі предмети або їх реальні зображення. Предмети і об'єкти, які демонструються фронтально, тобто для всіх дітей, розміщують на достатній для зорового сприймання віддалі. Під час розглядання картини діти повинні підходити до неї, бачити, що на ній зображено. Не можна вимагати відповіді з місця, доки педагог не переконається в тому, що дитина бачить те, про що її запитують. Краще давати дитині можливість розглядати і відповідати на запитання, стоячи біля картини, при цьому педагог своїми запитаннями допомагає виділяти в картині головні і другорядні об'єкти, спонукає дітей до активного сприйняття змісту картини.

Всі предмети, з якими стикаються діти, повинні бути зрозумілі для всебічного ознайомлення. Потрібно, щоб діти розглядали індивідуальний ілюстрований матеріал: іграшки, малюнки і інші предмети – на віддалі не менше 30-35 см від очей (віддаль від ліктів до кінчиків пальців), на такій віддалі очі менше напружуються і менше втомлюються.

Для малювання добре використовувати мольберти, а для розглядання ілюстрацій на столі треба ставити підставку (як для книжок). Це дозволяє дитині працювати, не схиляючись над столом.

Дошка повинна бути пофарбована темно-зелений колір і не блищати. Щоб зняти блиск, її відразу після фарбування і висихання протирають нашатирним спиртом (1 ст. л. на склянку води), крейда повинна бути м'якою і доброї якості (добре використовувати крейду жовтого кольору).

При показі практичних дій педагог запрошує дітей до себе, щоб вони побачили, як виконувати роботу. Але не варто використовувати зразки і показ постійно, так як це може призвести до зниження розумової активності і самостійності дітей.

Для покращення зорового сприймання і попередження швидкої втомлюваності слід пам'ятати про контрастність між фоном, на якому здійснюється демонстрація і самим демонстраційним матеріалом. При демонстрації предметів і об'єктів треба прибрати з поля зору все зайве: відволікаючі дітей іграшки, картини та інші предмети.

Групова кімната, в якій проводяться заняття з дітьми, що мають вади зору, повинна бути обладнана люмінесцентним освітленням. На вікнах рекомендуються штори білого кольору, які не пропускають яскраві сонячні промені. В шафах для посібників розташовується весь дидактичний матеріал для занять з різних розділів програми.

Матеріал систематизований і розкладений у папках. Складається каталог матеріалу.

Для дітей з порушенням зору необхідно підготувати спеціальний матеріал:

1. Кольорове тло для сприймання демонстраційного предмета, ілюстрацій (зеленого кольору).
2. Індивідуальне тло в залежності від зорового навантаження: зелене, червоне, жовте.
3. Роздавальний матеріал, який підбирається диференційовано. Його розмір повинен бути відносно зорового навантаження дітей.
4. Картки для зорової корекції (прослідковування, обведення, штрихування, трафарети, обколювання, намисто, мозаїка).

5. Фланелограф для демонстрації матеріалу, ілюстрацій.
6. Фланелограф для індивідуального користування (20-30 см).

З розвитку мови

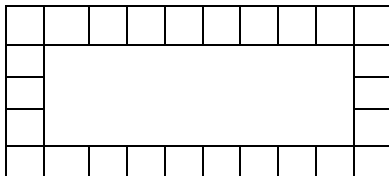
1. Підбір ілюстрацій для вивчення віршів напам'ять з використанням фланелографа, епідіаскопа.
2. Набори індивідуальних картинок для складання «живих» картин.
3. Набори макетів для складання дітьми розповідей відповідно до віку (фіксований макет, макет в динаміці).
4. Демонстраційні картини з додатковим рельєфним оформленням дрібних деталей з більш контрастними кольоровими відтінками предметів.

З грамоти

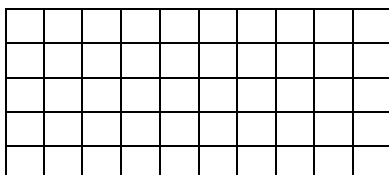
1. Букви демонстраційні.
2. Рельєфні букви.
3. Трафарети букв.

З математики

1. Цифрові демонстраційні та індивідуальні картки.
2. Картки з рельєфними цифрами.
3. Розрізні індивідуальні цифри для тактильного обстеження.
4. Трафарети цифр.
5. Демонстраційні та індивідуальні стрілки для навчання дітей орієнтуванню в просторі.
6. Картки з готовими схемами руху для індивідуальної роботи з орієнтування у просторі.
7. На підлозі прямо в групі малюється клітинне поле. В яслах одна клітинка □, в молодшій групі – три клітинки □□□, в середній групі – п'ять клітинок □□□□□ в старшій групі – десять клітинок зліва направо і п'ять клітинок вниз, середина порожня, клітинки розташовані по периметру.



В підготовчій групі клітинне поле прямокутної форми – десять клітин зліва направо і п'ять вниз.



8. Заготовлені індивідуальні картки клітинного поля за віком дітей.
9. Демонстраційні корекційні доріжки довжиною від 4 м до 6 м. на них можуть бути зображені:
 - хвиляста лінія;
 - ламана лінія;
 - поперечні лінії;
 - різні геометричні форми (однакові або різні). Доріжки краще виготовляти з медичної клейонки.

Зображувальна діяльність

1. Фломастери для кожної дитини (можуть мінятися ними по необхідності).
2. Для ліплення необхідна наявність твердих форм (круглі, розплющені, циліндричні, конусоподібні та інші) для навчання дітей тактильному обстеженню двома руками.
3. Для формування уявлень про предмет вони повинні бути в натуральному вигляді, у вигляді іграшки, в площинному зображенні, в графічному муляжі.

Специфічні прийоми роботи на заняттях з розвитку мовлення

Зважаючи на те, що сенсорний досвід дітей з вадами зору знижений, вихователі спеціалізованих груп для дітей з вадами при ознайомленні дітей з довкіллям і на заняттях з розвитку мовлення особливу увагу повинні звертати на використання різноманітного ілюстрованого матеріалу з метою збагачення зорового досвіду дітей. При використанні ілюстративного матеріалу треба завжди пам'ятати про доступність його для зорового сприймання. На заняттях з розвитку мовлення доцільно використовувати такі специфічні прийоми:

1. Робота з картиною:
 - а) при розгляданні картин використовується площина, яка має форму Г (для розглядання картини по частинах). Після цього картина розглядається в цілому;
 - б) рельєфна картина – всі деталі виділені рельєфно для тактильного обстеження;
 - в) напіврельєфна картина - рельєфно виділені дрібні деталі;
 - г) тіньова картина – обводяться фломастером деталі й ретушуються відтінки кольорів для більш чіткого зорового сприймання.

Зображення на картинах не повинне бути перенасичене об'єктами, зайві деталі можна зафарбувати.

2. Заучування віршів з використанням епідіаскопу.
3. Заучування віршів з використанням „живих” картин.
4. Складання оповідань за картиною або серією картин з використанням епідіаскопу.
5. Викладання „живих” картин (під диктант вихователя або методом відображення) з наступним складанням оповідань за ними.
6. Складання оповідань за макетами (стаціонарними та динамічними).
7. Використання ТЗН: прослуховування грамзаписів; записування мови дітей на магнітофон з наступним прослуховуванням; розглядання ілюстративного матеріалу через епідіаскоп; перегляд діафільмів, слайдів.
8. Проведення екскурсій (не рідше 1 разу на тиждень).
9. Ведення альбому для замальовок після екскурсій з наступним складанням оповідань за результатами екскурсій.
10. Обов'язково включати вправи для релаксації та тренування окорухових м'язів.
11. На всіх заняттях включати (вправи) завдання для зорової корекції.

Вивчення віршів за допомогою епідіаскопа

Для вивчення віршів за допомогою епідіаскопа необхідно правильно підібрати вірш за змістом. Він повинен бути зрозумілим дітям, з конкретним і чітким описом сюжету і дійових осіб. Крім цього, треба підібрати ілюстративний матеріал, який відображає зміст кожного куплету. Він повинен відповідати всім вимогам тифлопедагогіки, бути чітким, конкретним, з чітко виділеними контурами, контрастним. Кольорова гама повинна відповідати природному кольору.

Заучування віршів треба проводити разом з помічниками вихователя, який своєчасно міняє ілюстрації за змістом вірша.

Процес заучування вірша умовно можна поділити на 3 етапи, які проводяться на одному занятті. На першому етапі вихователь виразно читає вірш, створює інтерес інтонацією голосу. Підкреслює тонкощі й особливості змісту, викликає позитивний емоційний настрій. При повторному читанні демонструються ілюстрації через епідіаскоп відповідно до змісту прочитаного.

Діти мають можливість цілісно сприймати зміст вірша, емоційно проникнутись в красу художнього і поетичного задуму.

На другому етапі проводиться заучування кожного куплета. Вихователь показує дітям ілюстрацію за першим куплетом і читає його зміст. У короткій бесіді звертає увагу на конкретні події або дії, націлює дітей на відповіді у віршованій формі.

Для запам'ятовування читання куплета повторюється 2-3 рази. На третьому етапі діти за бажанням читають вивчений вірш самостійно, з використанням ілюстрацій, а потім без них.

Складання „живих” картин

і використання їх в роботі для активізації мовлення

Цікавим прийомом використання розмовного мовлення слабкозорих дітей є складання „живої” картини. Він може бути комплексним, індивідуальним або колективним. „Жива” картина – це викладання дітьми сюжету з окремих фрагментів з даної теми.

Комплект фрагментів картини на задану тему вихователь готує на кожному дитині.

Наприклад, тема „Весна в лісі”.

Вихователь готує фрагменти картини, характерні для певної пори року (сонечко, проліски, кущі, дерева, струмочок, білочка, зайчик тощо). З цих заготовок можна викласти складну картину, а потім розповісти про неї. Цей прийом можна використовувати в різних варіантах. Робота починається з розглядання сюжетної картини і викладання дітьми такої ж.

Можна запропонувати дітям викласти картину під диктовку. Це дає можливість закріпити вміння орієнтуватися на аркуші паперу або якомусь обмеженому просторі (верх, низ, вліво, вправо, середина, верхній лівий кут, нижній правий кут тощо). Далі діти можуть самостійно придумати сюжет і викладати картинку, або складати її після прослуховування оповідання, вірша, бесіди.

Такий вид діяльності породжує інтерес, заохочує працювати всі аналізатори: зоровий, слуховий, тактильний, кінестатичний.

„Живі” картини можна використовувати для заучування віршів напам'ять з чітко вираженим сюжетом, по куплетах. Для кожного куплету потрібен набір ілюстрацій за змістом (такий набір повинен бути у кожної дитини). Варіанти робіт з віршем і набором картинок можуть бути різними.



Коли картинки викладені відносно до тексту, необхідно провести бесіду за викладеною картинкою. Потім наголосити на те, що про це можна сказати віршами, які вже написані поетом. Вихователь читає вірш чітко, виразно, ясно, підкреслюючи інтонацією головне в змісті. Після цього доцільно запитати у дітей: ”Якими словами описав поет явище, подію або конкретний об’єкт?” – добиватись відповіді у віршованій формі.

Потім запропонувати повторне читання куплету для запам’ятовування вірша дітьми. Так само заучується і друга строфа. Все це сприяє розвитку слухової уваги, пам’яті, окоміру. Відпрацьовуються навички орієнтації на певній площині.

Використання макетів

Одним з корекційних прийомів роботи з дітьми, що мають вади зору, є використання макетів. Вони є стаціонарні та в динаміці.

На початку роботи з макетами використовуються менш складні, які складаються з декількох предметів. У подальшому, з урахуванням віку, використовуємо більш складні, на різну тематику : „Дитячий садочок”, „Зоопарк”, „Магазин”, „Лікарня”, „По казках” і т.ін.

Використання макетів дає можливість розширити знання дітей про навколишнє, познайомитись з об’єктами і предметами, які недоступні в реальності : „Літак”, „Ферма” тощо. Наявність макетів дає можливість розширити знання, краще розглянути різні деталі об’єктів, але і тактильно обстежити їх, провести з ними певні дії, обіграти ситуацію.

Макети також дають можливість закріпити вміння орієнтуватися в просторі.

Використовуючи макети, можна навчати дітей працювати за схемою; варіанти такої роботи багатозначні: знайти по схемі, де знаходиться певний предмет на макеті; визначити, в якому напрямку буде рухатись по схемі об'єкт тощо.

Частіше використовують макети в ігровій діяльності. Це сприяє розвитку творчості та уяви дітей, діти вчаться спілкуванню один з одним, формуються морально-етичні відносини, розширюється словник, розвивається правильна граматична мова. Формується діалогічне мовлення.

Макети можна використовувати для складання оповідань і заучування віршів.

Використання схем руху з метою розвитку логічного мислення

Розвиток розумових здібностей має особливе значення для підготовки дітей до шкільного навчання.

Основою розвитку розумових здібностей є оволодіння дитиною діями заміщення та наочного моделювання. Спочатку заміщення виникає у дитячій грі, коли, наприклад, кубик стає шматком мила, а стілець перетворюється на автомобіль. Ігрове заміщення – це початок великого шляху, який веде до використання математичних символів, нотних знаків.

Особливу цінність для розвитку логічного мислення дитини має ігрове моделювання дійсності.

Найбільш типовими для наших дітей є такі форми використання наочних моделей, як схеми, плани. Використання схем руху у роботі зі слабкозорими дітьми має велике значення. Вони сприяють не тільки розвитку логічного мислення, а й допомагають правильно орієнтуватися в просторі під час руху. Цю роботу ми використовуємо як одну із форм зорової корекції.

Вміння дітей визначити напрямок руху відповідно до схеми – це дуже складне логічне завдання, для рішення якого необхідна спеціальна підготовка. Цій роботі слід приділяти велике значення і починати її треба з дітьми раннього віку.

Ясельна група

1. Використовуючи ігровий сюжет («Підемо в гості до ляльки») вчити дітей рухатися по доріжці в одному напрямку.
2. Використання кольорових доріжок: синьою доріжкою підемо – синій м'ячик знайдемо, червоною доріжкою підемо – червоний м'ячик знайдемо. Вчити дітей розрізняти кольори.

3. Ознайомлення дітей з поняттям: рівна і нерівна (ламана, хвиляста) доріжка. Вчити дітей ходити по рівній і нерівній доріжках, що сприяє фіксації погляду і розвитку зору дітей, розвитку вестибулярного апарату.
4. Навчання дітей переносу дії на ігрові персонажі. Спочатку діти йдуть по доріжці до м'ячика, а потім прокочують м'ячик по доріжці; йдуть в гості до ляльки, а потім разом із лялькою вертаються по доріжці.

Молодша група

1. Ознайомлення з поняттям: коротка, довга доріжка і однакова за довжиною (закріплення в різних ігрових ситуаціях).
2. Навчання дітей рухатися за словесними вказівками вихователя з опорою на предметні орієнтири (йдіть прямо по доріжці, біля прапорця поверніть направо).
3. Ознайомлення зі стрілкою, як символом показника напрямку руху (йдемо туди, куди показує стрілка).
4. Використання стрілок для визначення нескладних маршрутів в ігрових ситуаціях.

Середня група

1. Закріплення вміння визначити напрямок руху за допомогою стрілок.
2. Вчити дітей орієнтуватися на аркуші паперу (визначити правий верхній кут, лівий нижній, правий нижній, лівий верхній кут, середину аркуша).
3. Ознайомлення зі схематичним зображенням предметів у групі, обладнання на ігровому майданчику.

Старша група

1. Ознайомлення дітей зі схемою, де напрямок руху визначається стрілкою.
2. Вчити дітей визначати маршрут за заданою схемою (спочатку в добре знайомому місці).
3. Вчити дітей описувати свої дії словесно під час руху за схемою (я іду прямо, потім повертаю направо і т. ін.).
4. Виконання ігрових завдань з використанням схем руху. Наприклад, «Знайти, де захований скарб», «Доставити пакет у пункт призначення».

Підготовча група

1. Вчити дітей визначати за схемою задане місце і знаходити його на відповідній місцевості.
2. Вводити в схеми цифрове позначення рядів у грі «Театр». Кожен визначає ряд і місце відповідно до свого квитка.
3. Вчити дітей самостійно складати схему руху і пройти по складеному маршруту.
4. Вчити складати схему руху за практичними діями педагогів, дітей. Ознайомити дітей з картою свого мікрорайону.

Режим дня і організація життя дітей в спеціалізованих групах для дітей з вадами зору

Організація режиму дня для дітей з вадами зору є однією із умов досягнення успіху у вирішенні проблеми збереження та покращення зору у дітей. За основу в організації режиму береться розпорядок по кожній віковій групі, зазначеній у «Програмі». Але в спеціалізованих групах для дітей з порушенням зору існують додаткові міроприємства: лікувальні процедури, індивідуальні та корекційні заняття з тифлопедагогом, індивідуальні логопедичні заняття з дітьми, які мають мовні порушення, корегуюча гімнастика, корекційні вправи для очей.

Серйозної уваги потребує і організація оздоровчих міроприємств, перебування дітей на свіжому повітрі, режиму рухливості, загартовуючих процедур та раціонального харчування.

В зв'язку із зоровими порушеннями слід звертати особливу увагу на організацію зорових навантажень в процесі різних видів дитячої діяльності. Під час занять, особливо там, де йде велике навантаження на зір, проводять фізкультурні хвилинки для зняття напруги, втомленості, розслаблення м'язів очей. Наприклад, на занятті по аплікації, конструюванню, математиці, малюванню, ознайомленню з навколишнім і розвитку мови доцільно запрошувати дітей до вікна подивитися на далекі і близькі предмети, поспостерігати погоду, рух транспорту, політ птахів, літака і т.п. Після фізкультхвилинки працездатність дітей підвищується.

Такі ж вправи на розглядання предметів вдалину слід проводити і між заняттями. Необхідно продумати режим рухливості дітей, забезпечивши для цього відповідні умови, особливо під час перебування дітей в приміщенні. Для цього треба виділити в груповій кімнаті місце для фізкультурного обладнання. Педагог повинен постійно спонукати дітей до рухів, ігор. Щоб звільнити більше часу в ранкові години для лікування, заняття по аплікації і конструюванню, музичні та з фізкультури можна переносити в другу половину дня.

В режимі дня треба визначити час для лікування зору і занять з дефектологом. Лікування дітей починається відразу після сніданку і під час прогулянок. Не рекомендується брати дітей із загально-розвиваючих занять. Індивідуальні корекційні вправи для розвитку зору проводяться в час, відведений для ігор. При цьому педагог повинен враховувати характер діяльності дітей перед початком занять з ними. Якщо діти до цього були малорухливі, то з ними треба проводити різні ігри та вправи в русі, рухливі ігри, де поряд із загально педагогічними завданнями розв'язуються питання корекції і компенсації порушених зорових функцій. На прогулянці з дітьми молодшої групи педагог може запропонувати дітям знайти заховані іграшки, прокотити м'ячі або обручі у ворітця, зібрати

кульки, камінчики, листочки з дерев і т.п. Якщо ж діти перед цим були рухливі, то їм треба дати можливість заспокоїтись. Тифлопедагог або вихователь організують спокійні ігри і заняття з мозаїкою, конструкторами, розрізними картинками і ін.. У цих випадках можна також запропонувати дітям нанизувати намисто, штрихувати і розфарбовувати картинки, обводити зображення по контуру, вишивати і т.д.

В режимі дня слід визначити час для індивідуальних та корекційних занять. Тривалість індивідуальних занять – 10 хв. в перші два роки навчання. Це в основному ігри-вправи з предметами, іграшками, картинами, пензликом, олівцем тощо. На третьому та четвертому роках тривалість індивідуальних занять поступово збільшується: цього потребують завдання з формування вольової готовності до навчання. Під групові заняття в перші два роки навчання – 10-15 хв., в наступні – 15-20 хв., фронтальні відповідно 15-20 та 20-25 хвилин. Тифлопедагог проводить в цілому за день: 6 індивідуальних, 2 підгрупових корекційних, 2 підгрупових навчальних заняття. Фронтальні заняття проводить вихователь.

В режимі дня в теплу пору року обливання, розтирання проводять перед обідом, а в холодну пору року – загартовуючі процедури проводять після денного сну. Якщо ж фізкультурне заняття проводилось в другу половину дня, то водні процедури треба проводити після занять.

У вечірні години вихователі працюють з дітьми по індивідуальним заняттям тифлопедагога, лікаря-офтальмолога, логопеда.

Корекційні вправи проводяться індивідуально або з 2-3 дітьми. Ці вправи вихователі розробляють спільно з тифлопедагогом і лікарем-офтальмологом при активній участі медсестри-ортоптистки. Корекційні вправи повинні виправляти зір, формувати у дітей достовірні уявлення про предмети і явища, розвивати зорову увагу, пам'ять. Наприклад, з'єднання розрізних картинок, накладання на намальований контур вирізаної фігури, підбір предметів по кольору, формі, величині, призначенню. Такий тип вправ розвиває гостроту зору, фіксує зір, а вправи по накладанню одного предмета на контур іншого можуть бути підготовчими до лікування на синоптофорі. В молодшій групі поряд з лікуванням амбліопії проводиться робота з дітьми по підготовці їх до апаратного лікування.

Дуже велике значення в покращенні та збереженні зору у дітей має режим харчування. Воно повинне бути повноцінне, збалансоване, включати в себе достатню кількість вітамінів та мінеральних речовин. Діти на протязі року повинні щоденно отримувати свіжі фрукти, овочі, ягоди, натуральні соки.

Річний тематичний план роботи тифлопедагога

Молодша група

Місяць	Тиж-день	ТЕМА	ОБ'ЄКТИ ВИВЧЕННЯ
Вересень	1- 2.	Психолого – педагогічне обстеження	
	3.	Іграшки	Пірамідка, матрьошка, лялька, м'яч, кубики, зайчик, ведмедик, машина
	4.	Овочі	Картопля, буряк, помідора, огірок, капуста, морква, цибуля, ріпа
Жовтень	1.	Фрукти, ягоди	Яблуко, груша, слива, вишня
	2.	Комахи	Бджола, муха, сонечко, метелик
	3.	Гриби	Боровик, лисичка, мухомор, несправжня лисичка
	4.	Дерева	Каштан, ялина, дуб, береза, клен
	5*[1]	Колір	Червоний, жовтий, зелений, синій
Листопад	1.	Вакація	
	2.	Осінь	Явища і ознаки
	3.	Форма і величина	2 величини
	4.	Зимуючі птахи	Ворона, сорока, горобець, синиця, голуб
Грудень	1.	Свійські птахи	Курка, півень, качка
	2.	Дикі тварини	Ведмідь, лисиця, вовк, заєць
	3.	Зима, Новий рік	Ознаки, явища, прикраси, подарунки
	4*	Я сам	Частини тіла, обличчя, орієнтування на собі
	5.	Вакація	
Січень	1.	Вакація	
	2.	Різдвяні свята	Традиції і обряди (форма, колір, величина)
	3.	Меблі	Стіл, стілець, крісло, табуретка, тумбочка, шафа
	4.	Посуд	Глибока і мілка тарілка, супниця, чашка, блюдце, столова і чайна ложка, виделка, ніж, каструля, сковорідка, чайник.
Лютий	1.	Екзотичні тварини	Слон, жирафа, крокодил
	2.	Одяг	Сорочка, штани, спідниця, сукня, фартушок, шуба, куртка, пальто
	3.	Взуття	Черевики, чобітки, капці, пантофлі
	4.	Свійські тварини	Кішка, собака, корова, свиня
Березень	1.	Кімнатні рослини	Фікус, примула, традесканція, бегонія, лілея
	2.	Риби	Акула, морський окунь, сом, карась
	3.	Транспорт	Легковик, вантажівка, автобус, літак, пароплав
	4.	Вакація	
Квітень	1.	Вакація	
	2.	Весна, перелітні птахи	Ознаки, явища; лелека, зозуля, ластівка
	3.	Весняні квіти	Підсніжник, пролісок, фіалка.
	4.	Форма, величина	Круг, квадрат, трикутник. Три величини.
	5*	Великдень. Кольори	Народні звичаї, традиції. Червоний, жовтий, зелений, синій, білий, чорний; + 2 відтінки: світлий і темний

Травень	1.	Насіння. Кущі	Каштан, квасоля, кукурудза, пшениця. Калина, малина, ожина, шипшина
	2.	Літо. Літні квіти	Ознаки і явища. Ромашка, дзвоники, мак, троянда
	3-4.	Психолого – педагогічне обстеження	

Середня група

Місяць	Тиж-день	ТЕМА	ОБ'ЄКТИ ВИВЧЕННЯ
Вересень	1 -2.	Психолого – педагогічне обстеження	
	3.	Іграшки	Атрибути для ігор; матеріал для виготовлення: метал, дерево, пластмаса, папір
	4.	Овочі	(Картопля, буряк, помідора, огірок, капуста, морква, цибуля), редиска, гарбуз, перець
Жовтень	1.	Фрукти, ягоди	(Яблуко, груша, слива, вишня), абрикоса, персик, виноград, суниця, малина, кавун, диня
	2.	Комахи	Мураха, оса, хрущ, павук, коник-стрибунець (+ всі вивчені в молодшій групі)
	3.	Гриби	Сироїжка, опеньки, дощовик, несправжні опеньки (+ повтор. мол. гр.)
	4.	Дерева	Верба, тополя, липа, горобина, вишня (+ повтор. мол. гр.)
	5*	Форма і величина	Круг, квадрат, трикутник. Три величини.
Листопад	1.	Вакація	
	2.	Осінь. Відлітаючі птахи	Ознаки осені, тваринний світ; журавель, шпак, ластівка
	3.	Зимуючі птахи	Дятел, синичка, снігур (+ вивчені в мол. гр.)
	4.	Моя Україна	Форма, колір, величина. Орієнтування.
Грудень	1.	Свійські птахи	Кури, гуси, качки та їх діти
	2.	Дикі тварини	Їжак, білка (ведмідь, лисиця, вовк, заєць).
	3.	Зима, Новий рік	Ознаки зими і сезонні явища; Новий рік, новорічні герої, подарунки, розваги.
	4*	Пори року	Річний цикл (ознаки кожної пори року)
	5.	Вакація	
Січень	1.	Вакація	
	2.	Свійські тварини	Коза, кінь (кішка, собака, корова, свиня)
	3.	Меблі, засоби зв'язку та побуту	Диван, шафа, дзеркало, полиця (+ вивчене в молод. групі); праска, холодильник, пылосос, телевізор, радіо, телефон
	4.	Посуд	Чайний посуд (сервіз), столовий; ваза для фруктів, таріль, келих, супниця, соусник
Лютий	1.	Екзотичні тварини	Бегемот, зебра, лев, змія, слон
	2.	Одяг	Деталі одягу (комір, кишень, капюшон і т.д.) та аксесуари (сумка, пояс, капелюх, капелюшок)
	3.	Взуття	Сандали, босоніжки, кросівки, кеди (+ вивчене в мол. групі)
	4.	Транспорт	Вантажівка, легковик, автобус, трамвай, тролейбус, потяг, вертоліт, пароплав

Березень	1.	Кімнатні рослини	Аспідистра, герань, бальзамін, алое, примула (+ вивчені в мол. гр.)
	2.	Наші помічники	Вуха, очі, руки, ноги (будова людини, функції частин тіла і органів)
	3.	Міміка	Міміка, пантоміміка, орієнтування на собі і від себе.
	4.	Риби	Морська та річкова (кит, дельфін, щука, рак (+ вивчені в мол. гр.)
	5.	Вакація	
Квітень	1.	Вакація	Ознаки весни; лелека, зозуля, ластівка, шпак, грак, журавель Пролісок, фіалка, мати-й-мачуха, підсніжник, нарцис, тюльпан, бузок Водій, пілот, будівельник, продавець, листоноша, лікар. Народні традиції. 7 кольорів (холодні, теплі; 5 відтінків)
	2.	Весна, перелітні птахи	
	3.	Весняні квіти	
	4.	Професії	
	5*	Великдень. Кольори веселки	
Травень	1.	Насіння. Кущі	Дуба, клена; кавуна, гречки, жита; чорнобривців, кульбаби (послідовність стадій росту рослин). Калина, жасмин, бузок, смородина, агрус Ознаки літа; чорнобривці, півники, волошки (+ всі вивчені в молодшій групі).
	2.	Літо. Літні квіти	
	3-4.	Психолого – педагогічне обстеження	

Старша група

Місяць	Тиж-день	ТЕМА	ОБ'ЄКТИ ВИВЧЕННЯ
Вересень	1 -2.	Психолого – педагогічне обстеження	Ромашка, звіробій, подорожник, деревій, м'ята, липовий цвіт, шипшина, калина. Капуста, кабачок, цвітна капуста, баклажан, патисон, часник, горох, квасоля, (+ всі вивчені раніше)
	3.	Лікарські рослини	
	4.	Овочі	
Жовтень	1.	Фрукти, ягоди	Айва, апельсин, лимон, гранат, банан, ананас, мандарин, ківі (+ всі вивчені раніше фрукти і ягоди) Джміль, комар, тарган, бабка, колорадський жук (+ всі вивчені раніше) Маслюк, рижик, підберезник, біда поганка, свинуха (+ всі вивчені раніше) Клен, сосна, ясен, акація, яблуня (частини дерева і їх будова) (+ всі вивчені раніше) Диференціація по призначенню (вітальня, спальня, кухня; група, клас, кабінет)
	2.	Комахи	
	3.	Гриби	
	4.	Дерева	
	5*	Меблі, побутові електроприлади	
Листо-	1.	Вакація	Ознаки, річний цикл: доба(ранок, день, вечір, ніч)
	2.	Осінь. Пори року	

пад	3. 4.	Свійські птахи Моя Україна	Кури, гуси, качки, індики (їх діти) Карта, глобус, символіка, традиції
Грудень	1. 2. 3. 4* 5.	Зима. Зимуючі птахи Дикі тварини Новий рік. Зимові розваги Форма і величина Вакація	Ознаки зими; сова, шишкар, північний грак (+ всі вивчені раніше) Олень, лось, дикий кабан (+ всі вивчені раніше) Традиції, національні звичаї святкування Нового року (атрибути) За навчально - виховною програмою
Січень	1. 2. 3. 4.	Вакація Різдвяні свята Посуд Свійські тварини	Різдво, Василя, Водохреща (ФСЕ) Диференціація за призначенням і матеріалом виготовлення. Розетки, тортниця, сільничка, хлібниця, оселедник, салатник, склянка. Вівці, кролі та їх діти. Віслук, верблюд, північний олень.
Лютий	1. 2. 3. 4.	Екзотичні тварини Одяг. Український національний костюм Професії Транспорт. Правила дорожнього руху	Носоріг, мавпа, тигр, кенгуру, (папуга, пава), (+ всі вивчені раніше) Диференціація за статтю, сезоном, матеріалом виготовлення. Чоловічий: сорочка, шаровари, пояс, кожух, смушкова шапка, чоботи, свитка; жіночий: сорочка, запаска, плахта, крайка, корсетка, чоботи, очіпок, хустка, стрічка, віночок Вихователь, вчитель, бібліотекар, швачка, художник Наземний, водний, повітряний. Спец транспорт: швидка допомога, пожежна, міліція; трактор, комбайн, екскаватор, бульдозер, підйомний кран
Березень	1. 2. 3. 4.	Кімнатні рослини Риби Міміка і поза Вакація	Колеус, плющ, хлорофітум, цикламен, кімнатний виноград (цисус) Річкова та морська (форель, вугор, камбала, осетер; лящ, йорж (+ всі вивчені раніше)) Емоційний настрій та його відображення; моделювання. Інценівка, перевтілення.
Квітень	1. 2. 3. 4. 5*	Кольори веселки Весна, перелітні птахи Весняні квіти Світ, що тебе оточує Великдень	Кольори з сімома відтінками, змішування кольорів Ознаки весни; лебідь, зозуля, соловей, чапля Барвінок, конвалія, сон-трава (+ всі вивчені) Жива і нежива природа Звичаї, традиції (колір, форма, величина); писанки, дряпанки, крашанки, крапанки
Травень	1. 2. 3-4.	Насіння. Кущі Літо, літні квіти Психолого – педагогічне обстеження	Ячмінь, овес, огірок, помідора, гарбуз, волоський горіх. Ліщина, бузина, глід, терен Ознаки літа; троянда, лілея, півники, лісова гвоздика, маргаритка, (+ всі вивчені раніше)

[1] “ * “ позначається додатковий календарний тиждень, не врахований у навчально-виховній програмі для спеціальних дошкільних закладів для дітей з вадами зору .

Корекційні заняття на тиждень

Тема. Свійські тварини

Понеділок Конкретизувати знання дітей про свійських тварин рідного краю на основі таких ознак: зовнішній вигляд тварини, живуть поруч з людиною, приносять користь, людина створює необхідні умови для їх життя. Розглядання картинок та макету «Ферма».

Вівторок Вчити дітей обстежувати предмети за допомогою різних аналізаторів (зору, слуху, дотику). Розвивати полісенсорні поняття сприйняття навколишнього з послідуочим промовлянням всього, що спостерігається. Дидактичні ігри «Чарівна торбинка», «Хто так кричить?»

Середа Розширити знання дітей про свійських тварин, ознайомити з тваринами віддалених регіонів (півночі, півдня) – верблюд, північний олень, їх зовнішнім виглядом, користю, яку вони приносять там для людей, особливостями їх умов життя та поведінкою. Вчити виділяти подібне та відмінне в будові та поведінці тварин, робити узагальнення на основі спільних ознак та різниці. Дидактична гра «Впізнай чий хвіст, чия голова?»

Четвер Створення іграшкової ферми. Розвивати у дітей простежуючу функцію очей. Закріпити знаряддєві навички роботи з олівцем, фломастерами, ножицями, вміння обводити трафарети та шаблони, вирізувати їх. Вчити обігравати створену «Ферму».

П'ятниця Узагальнити та закріпити знання дітей про свійських тварин на основі таких ознак: живуть поруч з людиною, людина створює необхідні умови для їх життя, приносять користь. Формувати основні способи розумової діяльності: аналізу, порівняння, узагальнення. Вчити обстежувати іграшку пальчиками з послідуочим промовлянням, складати описові розповіді про неї, граматично правильно будувати речення. Розвивати зв'язне мовлення, оптичну увагу, тактильні відчуття, прослідковуючі функції очей, знімати зорову втому.

(План на тиждень додається)

Понеділок

1.Індивідуальні заняття(3).

Розвиток мовленнєвого спілкування. Пальчикова гімнастика.

Складання творчої розповіді за сюжетною ігровою ситуацією «Як котик з собачкою подружилися».

Мета: вчити дітей складати творчі розповіді за сюжетною ігровою ситуацією та за планом вихователя. Розвивати зв'язне мовлення, зорове сприймання предметів та образне уявлення, тактильні відчуття.

2.Заняття (загально-розвиваюче).

Ознайомлення з навколишнім.

Тема. Свійські тварини.

Мета: закріпити та розширити знання дітей про свійських тварин. Збагатити уяву про їх зовнішній вигляд, будову (голова, тулуб, ноги, хвіст, покриття), про те, що вони живуть поруч з людьми, про користь, яку вони приносять людям, як люди дбають про них, створюють умови для їх життя. Виховувати інтерес до тварин, бажання піклуватися про них.

Корекційна мета: розвивати гостроту зору, оптичну увагу, зорову пам'ять, мову.

3.Заняття

Фізкультура (за планом фізінструктора).

4.Корекційні заняття (2)

5.Індивідуальні заняття (3)

Орієнтування у великому просторі.

Мета: розвивати і автоматизувати навички і способи орієнтації дітей у великому замкнутому просторі (на майданчику, на території дитячого садка), допомагати долати острах перед великим простором, формувати впевненість рухів, в своїх силах.

1. Що знаходиться перед павільйоном?
2. Що знаходиться за павільйоном?
3. Хто знаходиться біля гірки? і т. п.

Дидактична гра «Знайди іграшку» (за стрілочками).

Вівторок

1.Індивідуальні заняття (3)

Форморозрізнення.

Мета: вчити дітей розрізняти і правильно називати плоскі геометричні фігури: круг, квадрат, трикутник, прямокутник, їх властивості. Знаходити в навколишньому середовищі предмети, подібні до цих геометричних фігур. Розвивати гостроту зору, простежуючу функцію очей, аналітичне сприймання, вміння порівнювати за ознаками відмінності та подібності.

Дидактичні ігри: «На що схоже?», «Знайди подібне», «Чим відрізняються?».

2.Логопедичні заняття (2)

Мета: вчити дітей диференціювати звуки [С], [Ш]. Повторити назви артикуляційного апарату (рот, губи, зуби, кінчик язика, піднебіння), основні рухи язика, підготовчі артикуляційні вправи, чистомовки. Дидактична гра «Казка про язичок».

3.Індивідуальні заняття (3)

Кольоророзрізнення.

Мета: вчити дітей впізнавати та правильно називати основні кольори спектру та їх відтінки. Закріпити уявлення про хроматичні кольори. Розвивати кольоросприймаючу функцію очей, біокулярний зір, аналітичне сприймання, творчу уяву. Дидактична гра «В гостях до Сонечка та Снігової королеви».

4.Корекційні заняття (2)

5.Робота з батьками.

Засідання «Школи здоров'я очей». Тема: «Виховання самообслуговування – основа соціальної реабілітації дітей з проблемами зору». (Матеріал додається).

Середа

1.Індивідуальні заняття (3)

Розвиток мовленнєвого спілкування. Пальчикова гімнастика.

Мета: вчити дітей описувати іграшкові тварини (корову, коня, козу, кота) за зразком тифлопедагога, узгоджувати числівники з іменниками, відмінювати

іменники в родовому відмінку однини і множини. Розвивати у дітей зв'язне мовлення, граматичну правильність мови, оптичну увагу та пам'ять, зосередженість. Дидактичні ігри «Розкажи все про мене», «Кого не вистачає?».

2.Заняття

Цікава математика.

Тема. Число і цифра 8. Орієнтування в просторі.

Мета: вчити дітей рахувати кількісною та порядковою лічбою в межах 8, використовуючи різні аналізатори (зоровий, слуховий, руховий, дотиковий), усвідомлювати, що число не залежить від напрямку лічби. Закріпити знання про цифри в межах 8 і позначати кількість відповідною цифрою. Вчити орієнтуватись у просторі відносно себе, правильно використовувати терміни вправо-вліво. Виховувати бажання знаходити відповідь самостійно.

Корекційна мета: розвивати зорову пам'ять, увагу, мислення, перцептивну активність збережених аналізаторів, запобігати формуванню рефлексу низько-схиленої голови.

3.Заняття

Аплікація.

Тема. Ферма.

Мета: вчити дітей вирізувати силуетні зображення свійських тварин (корова, теля), правильно користуватися ножицями. Розвивати вміння накладати зображення на папір та обводити їх олівцем. Виховувати акуратність під час роботи з клеєм, вміння обігравати роботу в грі «Ферма».

Корекційна мета: розвивати дрібну моторику м'язів рук, прослідковуючі функції очей. Слідкувати за правильною поставою під час заняття.

4.Корекційні заняття (2)

5.Індивідуальні заняття (3)

Розвиток простежуючої функції очей.

Дидактичні вправи для слухняних пальчиків: «Обведи по контуру», «Роздай ласощі тваринкам», «Склади візерунок» (з кольорових паличок).

Мета: зміцнювати м'язи очей, розвивати гостроту зору, простежуючу функцію очей, зменшувати кут косоокості. Сприяти відновленню рухливості очей та очних м'язів.

Четвер

1.Індивідуальні заняття (3)

Розвиток мовленнєвого спілкування. Пальчикова гімнастика.

Виховання у дітей культурно-гігієнічних навичок під час умивання та їди.

Мета: активізувати словник дітей словами: чистий, брудний, замурзаний, рушник, обличчя, серветки, столові прибори і т. ін. Розвивати співдружність в роботі руки та ока, координацію та точність рухів, бінокулярний та стереоскопічний зір. Дидактична гра «Погодуємо ляльку».

2.Заняття

Рідна природа, художня література (комплексне).

Тема. Бесіда за змістом картини «Коза з козенятами». Читання оповідання М.Коцюбинського «Дві кізочки», «Про двох цапків».

Мета: вчити бачити на картині основне зображення, цілеспрямовано розглядати його, складати описові розповіді за картиною за зразком вихователя. Розширювати знання дітей про свійських тварин (дорослих і дитинчат), їх зовнішній вигляд, особливості поведінки та використання їх у господарстві. Вчити уважно слухати твір та переказувати його. Оцінювати поведінку казкових персонажів. Виховувати інтерес та турботливе відношення до тварин.

Корекційна мета: розвивати гостроту зору, дистанційне та глибинне сприймання, зорову увагу, образну пам'ять, зв'язне мовлення.

3.Заняття

Малювання.

Тема. Керамічна іграшка – козлик.

Мета: вчити прикрашати візерунком площинний предмет у формі української керамічної іграшки (мазки, лінії, крапки, обвідна лінія). Дати дітям знання про особливості опішнянського розпису – форму, колір, колорит. Закріпити техніку малювання гуашевими фарбами, користування пензликом, вміння користуватися кількома фарбами. Виховувати охайність у роботі.

Корекційна мета: розвивати у дітей просторову уяву, гостроту зору, образну пам'ять, розвиток співдружності в роботі руки та ока.

4.Корекційні заняття (2)

5.Індивідуальні заняття (3)

Цікава математика.

Мета: закріпити з дітьми знання про цифри та лічбу в межах 8. Вчити обводити цифри-трафарети фломастерами, штрихувати їх та вирізувати. Розвивати оптичну увагу та пам'ять, дрібну моторику пальців рук, співдружність руки та ока, простежуючу функцію очей, запобігати формуванню рефлексу низько-схиленої голови. Дидактична гра «Допоможи Рябкові».

П'ятниця

1.Індивідуальні заняття (3)

Розвиток дрібної моторики пальців рук.

Мета: виховувати у дітей навички самообслуговування, вчити застібати гудзики, зашнуровувати та зав'язувати шнурівки, самостійно усувати непорядок в одязі. Розвивати дотикові відчуття та дрібну моторику пальців рук, координацію та точність рухів, співдружність в роботі руки та ока, тактильну пам'ять. Дидактичні вправи «Зашнуруй чобіток», «Застібни гудзик».

2.Заняття

Мовленнєве спілкування.

Тема. Складання розповіді за картиною «Кінь з лошам».

Мета: зв'язне мовлення: учити складати описові розповіді за картиною; словник: збагачувати словник дітей словами, що означають назви малят тварин; звукова культура: розвивати фонематичний слух, закріплювати вміння виділяти перший звук у схожих словах. Виховувати увагу, зосередженість.

Корекційна мета: розвивати зорову увагу, дистанційне та глибинне сприймання, плавний рух очних яблук, гостроту зору, фонематичний слух, зосередженість.

3.Заняття

Фізкультура (за планом фізінструктора).

4.Корекційні заняття (2)

5.Індивідуальні заняття (3)

Орієнтування у малому просторі

Мета: розвивати і автоматизувати навички орієнтації у малому просторі, вчити викладати візерунок з геометричних фігур на аркуші паперу, закріпити знання про плоскі геометричні фігури та кольори, вчити знімати напруження м'язів, зміцнювати м'язи очей, розвивати гостроту зору, окомір, перцептивну активність збережених аналізаторів, дрібну моторику кисті руки, простежуючі функції очей, дбати про створення зорового комфорту на столі дітей. Дидактична гра «Склади візерунок».

Свійські тварини

Конспект комплексно-корекційного заняття з розділу "Мовленнєве спілкування",
"Рідна природа" для дітей старшої групи.

Корекційно-навчальна мета. Узагальнити та закріпити знання дітей про свійських тварин на основі таких ознак: живуть поруч з людиною, людина створює необхідні умови для їх життя, приносять користь. Формувати основні способи розумової діяльності: аналізу, порівняння, узагальнення. Вчити обстежувати іграшку пальчиками з послідуочим промовлянням, складати описові розповіді про неї, граматично правильно будувати речення. Розвивати зв'язне мовлення, оптичну увагу, тактильні відчуття, прослідковуючі функції очей, знімати зорову втому. Виховувати інтерес до тварин, бажання піклуватися про них.

Обладнання: іграшкові тварини (свійські: корова, кінь, коза, кіт, собака, свиня, верблюд), макет ферми, кольорові ілюстрації з її зображенням, загадки, кольоровий картон, шаблони, трафарети, фломастери, ножиці, підставка, дидактична гра „ Чий хвіст?”.

Хід заняття:

- I. Масаж очей: розтирання лобової ділянки голови, брів, скронь, підочних впадин, носа по ділянці носових ходів, очних яблук.
- II. Вступна бесіда про свійських тварин.
- III. Загадки та описова розповідь дітей про тварин (корову, кота, собаку, коня)
 - 1) „*Голодна мукає, сита жує, на лузі пасеться , всім діткам молоко дає*” (Корова);
 - 2) „*У нашої бабусі сидить у кожусі, біля печі гріється , без водички миється*” (Кіт);
 - 3) „*Гавкає, кусає, а в дім не пускає*” (Собака);
 - 4) „*Я великий, я красивий, як біжу, то в'ється грива. Копитами туп-туп-туп, по асфальту цок-цок-цок.*” (Кінь).

Кожна дитина, яка відгадала загадку, бере іграшкову тваринку, обстежує її пальчиками з послідуочим промовлянням і розповідає все, що про неї знає (будову тіла, де живуть, що їдять, яку користь приносять людям). Наприклад: "Це котик. У нього кругла голова. На голові є вушка, очі, носик, вуса, рот. Продовгуватий тулуб. Тіло вкрите пухнастою шерстю. Вона чорна, м'яка, тепла. Є лапки, хвостик. Живе котик вдома. Любить молоко, сало, ковбасу, суп. Ловить мишей. Коли голодний, то кричить: "Няв-няв!".
- IV. Придумування дітьми загадок про інших тварин (коня, козу, свиню).
- V. Дидактична гра „ Чий хвіст?”

На столі картинки. Тифлопедагог розповідає, що якось між тваринами виникла суперечка, де чий хвіст? Свиня каже, що її хвіст забрала корова, а корова бігає за собачим хвостом. "Спробуємо допомогти тваринам знайти свої хвости" – звертається до дітей. Бере по черзі картинки, показує і запитує: "Чий це хвіст?"

VI. Зняття зорової втоми.

Вправа для очей „Кошенята”.

Потягнулись кошенята,
Поморгали оченята.
Вправо, вліво подивились
Вгору, вниз і зупинились.
Заплющили оченята,
Розплющили оченята.
І потерли міцно лапки,

} 5-6 разів
} 5-6 разів
} 5-6 разів

Лапки-цапки – цап-царапки
Ось вони гарячі стали
І до очок їх приклали.
Подивились у віконце,
Пошукали в небі сонце.
Один до одного повернулись
І весело посміхнулись.

VII. Коротенька розповідь тифлопедагога про фермерів. Розглядання кольорових ілюстрацій із зображенням ферми, макету ферми. Запропонувати дітям створити свою власну ферму.

VIII. Обведення трафаретів та шаблонів із зображенням корови, розфарбовування їх фломастерами, (діти із збіжною косоокістю виконують на підставках), вирізування силуетів ножицями. Розставляння тварин на лужку біля ферми.

IX. Зняття зорової втоми:

1. Ігри з надувними кульками зеленого кольору (для дітей із збіжною косоокістю).
2. Збирання маленьких м'ячиків у кошики (для дітей з розбіжною косоокістю).

Обігравання новоствореної ферми.



Дидактична гра «Ферма»

Подорож до Весни

Конспект корекційного заняття з розділу "Рідна природа" для дітей середньої групи

Корекційно - навчальна мета. Вчити дітей орієнтуватись у малому та великому просторі (на аркуші паперу та в кімнаті за допомогою стрілок), розвивати гостроту зору, окомір, простежувальну функцію очей, координацію рухів, вестибулярний апарат, дрібну моторику пальців рук, співдружність в роботі руки та ока, уяву. Зміцнювати м'язи очей. Закріпити знання дітей про весну, весняні місяці, весняні явища в природі. Виховувати любов до поезії, усної народної творчості.

Обладнання: стрілочки (червоні, оранжеві, зелені), олівці, фломастери, мозаїка, шнур для звивистої доріжки, зелений килим, квіти, вірш О.Олеся "Веснянка".

Казковий персонаж Дівчинка-Весна.

Хід заняття:

Пальчикова гімнастика: „Вийди, вийди, Сонечко”, „Раз, два, три, чотири, п'ять”, „Моя сім'я”, „Гості”.

Вступна бесіда про весну.

-Діти, яка зараз пора року? (весна).

-А які ознаки весни ви відчуваєте чи бачите?

Діти розповідають, що на вулиці стало тепліше, в деяких місцях розтанув сніг, побігли струмки, зазеленіли бруньки на деревах та кущах, з під опалого торішнього листа пробивається молода зелена травичка, люди одяглися в легший одяг.

Тифлопедагог підсумовує відповіді дітей, читає вірш О.Олеся „Веснянка”.

А вже ясне сонечко

На вулиці струмені

Припекло, припекло

Воркотять, воркотять.

Ясне-щире золото

Журавлі курликають

Розлило, розлило.

Та летять, та летять.

Засиніли проліски

Ой, сонечку-батечку,

У ліску, у ліску.

Угоди, угоди!

Швидко буде землянка

А ти, земле-матінко,

Вся в вінку, вся в вінку.

Уроди, уроди!

Пропонує вирушити в подорож до Весни.

Діти вирушають у похід до Весни (по стрілочках шукають будиночок Весни).

По дорозі – звивиста доріжка, пагорби (для дітей із розбіжною косоокістю), а для дітей із збіжною косоокістю –стрілочки, розміщені вгорі на штучних парканах та деревах.

Весна зустрічає дітей.

Діти: - Добридень, Веснонько! Ми дуже скучили за тобою, за твоїм теплом, твоїми квітами.

Весна: - Я дуже вам рада, діти, і підготувала для вас гарні подарунки, але спочатку відгадайте мою загадку і дайте відповіді на запитання. - Загадує загадку про весну.

Тануть сніги, квітнуть луки.

День прибуває. Коли це буває? (*Весною*)

Завдання – запитання весни :

1. Назвіть весняні місяці.
2. Які перші квіти з'являються весною?
3. Які птахи повертаються з теплих країв?

Весна дарує дітям пакунок і квіти. Діти прощаються. Повертаються додому.

Сідають до столу. Розглядають, що їм подарувала Весна. В пакунку знаходяться фломастери, олівці, мозаїка, малюнки. Двоє дітей фломастерами з'єднують крапочки („Сонечко і хмаринка”), 3-я дитина – олівцями проводить прямі лінії згори донизу („Падає дощик”), 4-та дитина – з мозаїки викладає квіти за зразком. (Діти із збіжною косоокістю виконують завдання на підставках.)

Зняття зорового напруження.

Вправи для очей "Метелик і сонечко".

Встає сонечко, кліпає оченятами. Метелик літає на квітах – вправо-вліво, вгору-вниз, на вікно. Діти гріють ручки, ховають оченята від сонечка (пальмінг).

Барви веселки

Конспект корекційного заняття для дітей середньої групи з вадами зору.

Корекційно - навчальна мета. Вчити дітей розрізняти та правильно називати кольори веселки, послідовність їх розташування; формувати вміння зіставляти однотипні предмети за кольором, співвідносити їх з кольоровими еталонами. Розвивати окомір, гостроту зору, співдружність руки та ока, простежувальну функцію очей, дрібну моторику пальців рук, оптичну увагу та пам'ять, логічне мислення, запобігати виробленню рефлексу низько-схиленої голови. Виховувати емоційне ставлення до кольорів та їхніх поєднань.

Обладнання: картина «Веселка», фланелографи, на яких викладені картинки – сонце, річка, квіти – мак, фіалка, зайчик з морквинкою під кущем, голубі хмаринки, зелена трава, підставки (для дітей із збіжною косоокістю та амбліопією), незакінчені картини на аркуші паперу (для дітей з розбіжною косоокістю – на столах), ляльки-малюки із набором конвертів та шапочок відповідного кольору, дитяче ліжко, прогулянкова коляска, зразки кольорового спектру для кожної дитини, розгортка «Я вчуся розрізняти кольори», сонце та веселка (вирізані з картону) для окотренінгу, зелені кольорові кульки та зелені м'ячики, «штучний лужок» (на зеленому килимі розкидані штучні квіти).

Хід заняття

1. Загадка «Кольорове коромисло через річку повисло?»
2. Запитання до дітей:

- Коли на небі з'являється веселка? (Відповіді дітей).

- Скільки кольорів має веселка? (Відповіді дітей).

Тифлопедагог. Яюсь одного ранку після дощу я вийшла зі свого будинку. На небі світило яскраве сонце. Природа ожила, на траві та листочках виблискували, неначе перлинки, краплинки води. Я попрямувала стежкою до річки. Там мене зустріла жінка-чарівниця, яка тримала в своїх руках різнокольорові перевесла. Коли я спитала у неї, хто створив це чудо, вона засміялась і відповіла: «Природа-матінка. А я дарую їх тобі». Вона простягла до мене свої руки і зникла. І ось сьогодні я принесла вам сьогодні цю чудову веселку. Давайте її розглянемо.

3. Вірш «Кольори веселки» в поєднанні з розгляданням веселки-макета.

Сім кольорів веселка має

Зелений, як травинка.

І кожен з нас їх добре знає.

І голубий як небо,

Червоний, наче мак,

І синій як волошки в житі,

Оранжевий – морквинка,

А фіолетовий, немов фіалки – квіти.

І жовтий – наче сонце.

4. Розглядання розгортки «Я вчуся розрізняти кольори».

Підготовка очей до заняття

Масаж очних яблук, кліпання, погляд вдалину, пальмінг.

5. Повідомлення завдання (продовження створення картини «Веселка»).
6. Викладання веселки: на фланелографі (для дітей із збіжною косоокістю та амбліопією); на столі (з розбіжною косоокістю).
7. Викладання квітів (аналогічно).
8. Порівняння квітів з кольоровими еталонами на картині (червона – як мак, оранжева – як морквинка, жовта – як сонце, зелена – як травинка, синя – як вода у річці, голуба – як небо, фіолетова – як фіалка).

Окотренінг

Малювання носиком (сонечко, веселку)

9. Дидактична гра «Зберемо малюків на прогулянку» (Одягнути на прогулянку 7 маленьких ляльок, підібравши для кожної конверт та шапочку відповідного кольору та розмістити їх в колясці по порядку кольорів веселки).

Зорове розвантаження

Прогулянка з ляльками на лужок: ляльки сплять, а діти в цей час відпочивають. Гра із зеленими кульками – підкидання їх угору (для дітей із збіжною косоокістю); кочення зеленого м'ячика один одному (з розбіжною косоокістю).



Конспект індивідуального заняття

Програмовий зміст : вчити орієнтуватись у малому та великому просторах, закріпити знання про плоскі геометричні фігури та кольори. Виховувати дбайливе ставлення до своїх очей.

Корекційні завдання : вчити знімати напруження м'язів, зміцнювати м'язи очей, розвивати гостроту зору, окомір, розвивати перцептивну активність збережених аналізаторів, дрібну моторику кисті руки, бінокулярний та стереоскопічний зір.

Матеріал : фланелограф, малі та великі геометричні фігури (для окотренінгу), стрілочки, конверт з перфокарткою, фломастери.

Хід заняття :

Бесіда з дитиною про очі, їх значення для життя людини. Підвести дитину до того, що наші очі – це 2 віконечка в навколишній світ. І від того, як ці віконечка працюють, залежить бачення дійсності. Очі відображають наше самопочуття. Недарма кажуть, що очі – дзеркало душі.

- Приглянься до своїх очей. Вони – унікальні, єдині, більше таких немає ні у кого. Щоб очі були здорові, їх треба любити, допомагати їм, коли вони втомлюються, піклуватися про них повсякчас. Тоді вони служитимуть нам довго-довго, будуть здоровими до глибокої старості.

Пропоную дитині розслабитись: сісти вільно, прийняти „позу кучера”, зробити масаж очей.

1. Двома пальцями масажуємо лоб, скроні, вилиці, під очима.
2. Вказівними пальцями масажуємо ніс.
3. Великим і вказівним – кінчики вуха.
4. Вказівним і середнім поза вухами.
5. Зробити „китайські оченята”, посміхнутись.

Після цього пропоную дитині виконати пальмінг.

Закріплюю знання про геометричні фігури, їх колір, під диктовку дитина викладає їх на фланелографі.

- Виклади червоний круг вгорі справа.
- Виклади зелений круг внизу справа.
- Виклади жовтий квадрат вгорі зліва.
- Виклади червоний квадрат внизу зліва.
- Виклади оранжевий трикутник посередині.

Читання викладеного.

Дидактична гра „Знайди іграшку”.

Дитина, рухаючись за кольоровими стрілочками знаходить іграшку з конвертом, в якому лежить перфокарта „Ялинка” (з трикутників). Даю завдання дитині обвести їх, заштрихувати.

Окотренінг. Указка, із зеленим кружком на кінці. Обводжу нею по параметру круга, а дитина очима слідує за зеленим кружком (аналогічно – по параметру квадрата). При цьому нагадую, що сидіти потрібно прямо, голова – нерухома, працюють тільки очі. Після цього покліпати очима, подивитися в далину.

Після заняття пропоную дитині погратися іграшкою, яку вона знайшла.

Корекція зору у дітей



Умови здійснення корекційної роботи та вимоги до її проведення

Корекційна робота здійснюється на спеціальних заняттях по розвитку зорового сприймання, орієнтуванні у просторі, соціально-побутовому орієнтуванні а також під час виконання корекційних вправ на різних заняттях і в режимних моментах. Під час її проведення потрібно:

1. Забезпечити можливість кожної дитини з порушенням зору отримувати офтальмологічне лікування;

2. Попереджувати погіршення стану зору дитини (за рекомендацією лікаря-офтальмолога);
3. Поєднувати завдання корекційно-педагогічної роботи з рекомендаціями медичних спеціалістів;
4. Педагогам володіти інформацією про результати огляду лікаря-офтальмолога, знати гостроту зору дитини, дні призначення оклюзій;
5. Знати дані дітям рекомендації по лікуванню (у тому числі по носінню окулярів і слідкувати за їх виконанням);
6. Проводити на всіх заняттях гімнастику для зняття зорової втоми і фізкультурні паузи по методиці, погодженої з лікарем-офтальмологом;
7. оптимально використовувати наочні посібники;
8. Застосовувати спеціальні методи і прийоми навчання.

Для занять тифлопедагогів критерієм поділу по підгрупам можуть бути стан зору, етапи лікування зору, рівні розвитку уявлень про предметний світ орієнтування в просторі, уявлення про навколишній світ і комунікативну діяльність.

Для формування підгруп при проведенні занять пізнавального циклу необхідно враховувати рівень розвитку мови, мислення, пам'яті і уваги дітей, а також комунікативних навичок і емоційно - поведінчастих характеристик.

Нормальний зір може бути відновлено і збережено звичайною програмою вправ очного м'яза, правильною гігієною ока і положенням релаксації та живлення ока. У дітей в ранньому віці зорові функції пластичні і піддаються під вплив, тому спеціальні корекційні вправи в багатьох випадках дозволяють відновити нормальний зір. Особливість у тому, що підходити до цього треба досить серйозно не лише в дитячому садку, а й в домашніх умовах. Вправи виконувати систематично та послідовно, правильно чергувати різні види діяльності дитини з відпочинком для очей. Під час виконання вправ використовувати яскраві іграшки, предмети, щоб дитині було цікаво і корисно. Починати виконання вправ слід з розслаблення скелетних м'язів.

Найзручніша поза для цього – поза «Кучера». Дитина сидить на стільчику, ноги на ширині плечей, кисті висять вільно, плечі трохи згорблені, голова лежить на грудях. У такій позі розслаблюється найбільша кількість м'язів. Дуже ефективною і корисною вправою для досягнення максимального ступеня розслаблення очей є «Пальмінг». «Пальмінг» - це самобіофорез очей (прогрівання зорового тракту енергією руки).

Комплекс гімнастичних вправ для очей

Вправи для зняття зорової втоми

(на розслаблення м'язів ока та покращення кровопостачання)

1. Виконувати сидячи. Міцно замружити очі на 3-5 сек., потім відкрити на 3-5 сек. Повторювати 6-8 разів.
2. Виконувати сидячи. Швидко моргати на протязі 1-2 хв.
3. Виконувати стоячи. Дивитися вдалину прямо перед собою 2-3 сек. Поставити палець руки по середній лінії обличчя напроти перенісся на відстані 25-30 см від ока. Перевести погляд на кінчик пальця і дивитися на нього 3-5 сек. Опустити руку. Повторити 10-12 разів.
4. Виконувати сидячи. Закрити повіки. Промасажувати їх з допомогою кругових рухів пальця на протязі 1 хв.
5. «Понюхаємо квіточку». Виконувати стоячи. Витягнути вперед руку. Стежити поглядом за нігтем пальця, повільно наближаючи його до носа, а потім так само, повільно відсуваючи назад. Повторити вправу 5-6 разів.
6. «Позначка на склі». При виконанні цієї вправи дитина стає біля вікна на віддалі 30-35 см від віконного скла. На цьому склі на рівні її очей прикріплюється кругла позначка діаметром 3-5 мм, бажано зеленого кольору. Вдалині (не менше 2м) на лінії погляду, який проходить через цю позначку, обирається предмет для фіксації. Потім пропонується дитині почергово перевести погляд то на позначку на склі, то на предмет. Ця вправа проводиться 2 рази на день протягом 25-30 днів. При відсутності стійкої нормалізації акомодативної здатності такі вправи повторюють систематично з перервою в 10-15 днів. Перші 2 дні тривалість повинна бути 3 хв., наступні 2 дні – 5 хв., а решту днів – 7 хв.
7. Виконувати сидячи. Трьома пальцями кожної руки легенько натиснути на верхню повіку однойменного ока. Через 1-2 сек. Зняти пальці з повік. Повторити 3-4 рази.

Вправи на зміцнення м'язів ока

(на покращення координації рухів очей та голови, зміцнення вестибулярного апарата)

1. Виконувати сидячи. Міцно замружити очі на 3-5 сек., потім відкрити на 3-5 сек. Повторювати 6-8 разів.
2. Виконувати стоячи. Голова нерухома. Відвести напівзігнуту праву руку в сторону. Повільно пересувати палець справа наліво і зліва направо та слідкувати очима за пальцем. Повторити 10-12 разів.
3. Виконувати сидячи. Дивитися далеко перед собою 2-3 сек. Перевести погляд на кінчик носа на 3-5 сек. Повторити 6 – 8 разів.

4. Виконувати стоячи. Голова нерухома. Підняти напівзігнуту руку вгору, повільно пересувати палець зверху донизу та слідкувати за ним очима. Повторити 10-12 разів.
5. Виконувати сидячи. Голова нерухома. Витягнути напівзігнуту руку вперед та вправо. Виконувати рукою на відстані 40-50 см від очей повільні кругові рухи за годинниковою стрілкою і слідкувати при цьому очима за кінчиком пальця. Зробити цю ж вправу лівою рукою, виконуючи рухи нею проти годинникової стрілки. Повторити 3-6 разів.
6. Виконувати сидячи. Голова нерухома. Підняти очі доверху, опустити донизу, повернути направо, наліво. Повторити 6-8 разів.
7. Виконувати стоячи. Ноги на ширині плечей. Опустити голову, подивитися на носок лівої ноги. Підняти голову, подивитись у правий верхній кут кімнати. Опустити голову, подивитися на носок правої ноги. Підняти голову, подивитись у лівий верхній кут кімнати. Повторити 3-6 разів.
8. «Позначка на склі».

Вправи на розвиток складних рухів ока та співдружної роботи обох очей

1. Виконувати стоячи. Поставити палець правої руки по середній лінії на відстані 25-30 см від очей. Дивитися двома очима на кінчик пальця 3-5 сек. Потім аналогічна вправа виконується при фіксації пальця лівої руки з прикриванням правого ока (аналогічно лівого). Повторити 5-6 разів.
2. Виконувати стоячи. Голова нерухома. Підняти очі доверху, опустити донизу. Повернути очі в праву сторону, в ліву сторону. Повторити 6-8 разів.
3. Виконувати сидячи. Голова нерухома. Підняти очі доверху. Зробити ними рухи за годинниковою стрілкою, проти годинникової стрілки. Повторити 3-6 разів.
4. Виконувати сидячи. Голова нерухома. Підняти очі доверху, опустити донизу, повернути направо, наліво. Повторити 6-8 разів.
5. Виконувати стоячи. Витягнути руки вперед на ширину плечей на рівні очей. Подивитись у правий верхній кут кімнати. Перевести погляд на кінчики пальців лівої руки. Подивитись у лівий верхній кут кімнати. Перевести погляд на кінчики пальців правої руки. Повторити 3-4 рази.

Імітаційні вправи на розслаблення та відновлення зору

1. **«Ведмежі погойдування»** – поставити ноги на ширину плечей, руки опустити вздовж тулуба. Похитуватись із сторони в сторону (подібно ведмедю). Рухатися потрібно розмірено і повільно. Можна трішки піднімати п'яти, але відривати ноги від підлоги не потрібно. Предмети будуть ковзати перед очима, але погляд на них не затримувати. Дивитись не далі свого носа. При похитуванні досягти слід ефекту розгойдування слова (1-2 хв.). Це одне

з найбільш корисних релаксаційних вправ. Вони знімають напруження очей, мозку, хребта, шиї.

2. **«Пташка»** – ноги поставити разом, носки ніг в сторони, руки вздовж тулуба. На рахунок «раз» - підняти руки вгору і одночасно стати на пальці ніг. На рахунок «два» - вихідне положення. Руки – як крильця у пташки, яка летить – вгору-вниз, вгору-вниз (1-2 хв.).
3. **«Окоптренинг»** – в. п. – сидячи прямо, голова нерухома, працюють тільки очі:

- * вгору-вниз;
- * із сторони в сторону;
- * по діагоналі з лівого верхнього кутка у правий і назад;
- * обвести очима сторони прямокутника (квадрата, трикутника, круга і ін.);
- * розглядати велику арку чи веселку, зліва направо і справа наліво;
- * обвести очима сонечко (кругові рухи очима вправо, вліво);
- * подивитися у вікно спочатку на предмет, який знаходиться далеко (2-3 сек.), а потім на предмет, який знаходиться близько. Діти повинні швидко відшукати очима предмети, які називає педагог;
- * ігри з «сонячним зайчиком», ліхтариком, лазерним промінцем. Діти, піймавши очима промінчик, супроводжують його, не повертаючи голови (45 сек.).

Після кожної вправи – 2-3 кліпання очима.

Вправи для великих м'язів очей

Виконувати ці вправи треба стоячи, в розслабленому стані. Важливо, щоб була хороша постава. Дивитися слід вперед, повернувши обличчя в одному напрямку.

1. Подивитися на стелю, не рухаючи головою або тілом, потім перевести очі на підлогу. Не поспішати, але й не робити вправи дуже повільно.
2. Рухати очима із сторони в сторону, спочатку дивлячись як можливо далі вправо, потім вліво, не рухаючи головою або тілом.
3. Подивитися в правий верхній куток кімнати, потім в нижній лівий. Робити це 10 разів. Потім зробити 10 разів рух очима з верхнього лівого в нижній правий куток кімнати.
4. Уявити собі дуже великий обруч. Обвести його очима 10 разів справа наліво. Те ж саме в протилежному напрямі. Не рухати головою, а обертати тільки очима.
5. Наблизити вказівний палець правої руки на віддаль близько 20 см до очей, потім перевести погляд з пальця на будь-який великий предмет, що знаходиться на віддалі 3м і далі. Перевести погляд туди і назад 10 разів, потім відпочити 1сек. Повторити вправу 2-3 рази.

Комплекс вправ корегуючої гімнастики, яка проводиться перед заняттями

Понеділок

Комплекс з прапорцем

1. Прапорець вгору (слідкувати поглядом за прапорцем).
2. Прапорець вправо на витягнуті руки.
3. Прапорець вліво на витягнуті руки.
4. Прапорець вгору-вниз.
5. Прапорець опустити над головою, зігнувши руки.
6. Прапорець вгору-вниз.
7. Колові рухи прапорцем на витягнутій руці.

Вівторок

Комплекс зі стрічкою

1. Стрічка вгору-вниз.
2. Стрічка вперед.
3. Стрічка до плеча.
4. Стрічка вправо.
5. Стрічка вліво.
6. Змах стрічки над головою на 4 рахунки.
7. Колові рухи стрічки.

Середа

Комплекс із хустинкою

1. Хустинка вліво.
2. Хустинка вправо.
3. Змахи хустинкою.
4. Хустинка вперед на витягнуту руку.
5. Поступальні рухи руки, витягнутої вперед, зліва направо.

Четвер

Комплекс з метеликом

1. Метелик вгору-вниз.
2. Метелик вправо.
3. Метелик вліво.
4. Метелик вперед.
5. Метелик по колу.

П'ятниця

Комплекс із султанчиком

1. Султанчик вліво.
2. Султанчик вправо.
3. Дугоподібний змах над головою.
4. Султанчик в зігнутій руці прямо.
5. Султанчик вгору-вниз.

Вправи для очей під час прогулянки

Вправа «У різні сторони». Ця вправа для очного яблука, м'язів ока. Потрібно уявити квадрат і поводити очима: вгору – вниз, із сторони в сторону, по діагоналі, обвести очима сторони квадрата та півколо біля верхньої сторони.

Вправа «Сховай оченята». Стати обличчям до сонця під деревом, де є тінь. Другою ногою стати на місце, яке яскраво освітлене сонцем. Світло падає на половину обличчя. Друга половина тіла і обличчя будуть в тіні, очі закриті. Виконувати вправу так: повертати обличчя то в тінь, то до світла. Повіки мають бути закриті.

Вправа «Рухливе сонечко». Зробити крок із тіні в освітлене місце. Три рази повернутись під яскравими променями із закритими очима то в одну, то в другу сторону. Уявити, що не ти рухаєшся, а сонечко ходить то вправо, то вліво.

Вправа «Поглянь на світло». Три рази виконати вправу, не закриваючи очей: одне око прикрити долонею, постійно кліпаючи, поглядом провести по освітленій землі. Зробити повороти, залишаючи сонце то з правої, то з лівої сторони. Подивитися три рази, не прикриваючи око долонею, на яскраве сонячне світло (1-2 сек.). Ці вправи виконувати і з другим оком. Після цього обов'язково виконати пальмінг.

Вправа «Пишемо носом». Виводити у повітрі носом, ніби олівцем, великі фігури або якийсь малюнок (букви для старших дітей). Нахилитися і доторкатися підборіддям до грудей, поглядом вдивлятися в небо., дотягуватись вухом плеча.

Вправа «Заглянь за перешкоду». Прикласти свою розчепірену долоню перед обличчям. Повертати голову і заглядати повз долоню то вправо, то вліво, уявляючи, що не голова рухається, а пальці, ніби плеса паркану, бігають із сторони в сторону перед очима. Насправді ж долоня весь час була на одному місці, а рухалась голова разом з очима. Після вправи виконати пальмінг.

Гімнастика пробудження «Прокиньтесь, оченята!»

(Робити ці вправи слід відразу після сну, лежачи в ліжку)

1. Потягнутися в ліжку і поперекидатись з боку на бік, глибоко дихаючи під час виконання вправи. Це сприяє розслабленню хребта і стягнутих під час сну м'язів.
2. Широко розкрити очі і рот 4 рази. Багато дітей сплять, стиснувши щелепи і міцно стуливши зуби і повіки. Потягнутися.

3. Міцно замружитись 6 разів, потім зробити 12 легких кліпань (подібних рухам крил метелика), щоб підготувати очі до роботи.
4. «Писання носом». Писати можна різні круги, квадрати, сонечко, веселку.
5. Пальцеві оберти. Тримати палець перед своїм носом, повертаючи голову з боку в бік і переконуючи, що палець рухається, до тих пір, доки дійсно з'явиться таке відчуття. При цьому поперемінно відкривати і закривати очі. Це знімає напругу.
6. Доки діти ще лежать на спині, зробити пальмінг на протязі 4-5 хв., підклавши під лікті подушечку.
7. Коли встали з ліжка, зробити великі повороти, одягнувши капці або просто стоячи босими ногами на підлозі. Робити цю вправу на протязі 2 хв.

Великі повороти можна виконувати і перед сном, вони заспокоюють нервову систему, сон прийде швидше і буде міцнішим. Перед сном у теплій кімнаті обов'язково треба зробити пальмінг протягом 2-3 хв. для відпочинку очей.

Масаж очей

Перед початком масажу потрібно розслабитися. Можна прийняти позу «Кучера», пальмінг.

1. Зробити 5-6 рухів головою за годинниковою стрілкою і 5-6 проти годинникової.
2. Дістати вухом праве, потім ліве плече. Повторити 5-6 разів.
3. Зробити рухи головою вгору-вниз. Повторити 5-6 разів.
4. Двома пальцями масажуємо лоб, брови, скроні. Спочатку погладжуємо, потім розминаємо, пощипуємо, легенько постукуємо.
5. Тоді масажуємо вилиці під очима. Провести мізинцем по кромці очної впадини знизу до зовнішнього кута ока і зверху до внутрішнього ці рухи виконувати по три рази (аналогічно в протилежну сторону).
6. Постукати кінчиками пальців по голові.
7. «Розчесати» пальцями від чола до потилиці.
8. Промасажувати вухо і поза вухом.
9. Промасажувати шию ззаду (так як значна частина напруження припадає на задню частину ший біля основи черепа).

Гімнастика для очей



Кошенята

Потягнулись кошенята,
Поморгали оченята.
Вправо, вліво подивились, (3 рази)
Вгору, вниз і зупинились.
Заплющили оченята, (3 рази)
Розплющили оченята.
І потерли міцно лапки,
Лапки-цапки, цап-царапки.
Ось вони гарячі стали
І до очок їх приклали.
Подивились у віконце,
Пошукали в небі сонце.
Один до одного повернулись
І весело посміхнулись.

Сонячні промінці

Заглянуло сонечко
У наше віконечко.
Ось малята посміхнулись
До сонечка повернулись.
І маленькі промінці
Загуляли по лиці:
Лоб потерли, брови, скроні,
Вушка, носик і долоні.
Та завзято і охоче
Помасажували очі.
Раптом хмарка налетіла,
Сонечко від нас закрила.
Стало темно, наче вночі.
Малюки закрили очі.

Метелик

Потомились наші діти.
Треба дітям відпочити.
Подивились у віконце:
«Ой! Куди ж сховалось сонце?»
Ось метелик прилетів
І на гарну квітку сів.
Став він весело літати,
Аж закліпали малята.

Оченята потомились,
У віконце подивились,
Заморгали блим-блیم-блیم,
Відпочити треба їм.
Вниз і вгору подивились,
Вправо – вліво, покрутились.
Знову швидко блим-блیم-блیم,
Відпочити ж треба їм.

Люблять наші малюки
Працювати залюбки,
Малювати, рахувати,
А також відпочивати.
Потягнулися малята,
Піднялися рученята.
Подивились оченята:
«Що ж то роблять рученята?»
Рученята опустились,
(Примітка. Віршовані тексти «Гімнастики для очей» автора даного посібника).

То угору, то униз,
Вліво, вправо, закруживсь.
Знову вгору, знову вниз,
Вліво, вправо і злетів,
Крильцями затріпотів
І на носик швидко сів.
От би нам його спіймати,
Та метелик улетів.

Ми потремо рученята
І сховаєм оченята.
Уявимо чорне поле,
Чорний ліс і чорне коло.
Все навколо почорніло... (пальмінг)
Оченята ми відкрили.
Ось вони і відпочили.

Очка знову подивились.
Люблять наші рученята
Носик пальчиком торкати,
Наче маятник хитатись,
Вправо-вліво коливатись.
Звеселіли оченята,
Захотіли поморгати.
Відпочили оченята,
Знову будуть працювати.

Рекомендації вихователям, які працюють в спеціалізованих групах для дітей з вадами зору

Вихователь спеціалізованого дитячого дошкільного закладу повинен добре володіти знаннями про анатомо-фізіологічні особливості будови ока дитини, психологією дитини з вадами зору, особливостями підходу до неї. Важливо пам'ятати, про виховну роль сім'ї, і тому робота з батьками повинна бути завжди на високому рівні. Треба пояснити батькам, що можливість контактів у дитини з порушеним зором з іншими людьми різко обмежена порівняно з їх здоровими однолітками. Всі контакти в ранньому віці замінюються батьками, їх любов'ю, розумінням і великим бажанням допомогти своїй дитині. Коли дитині виповнюється 3 роки, в цей ланцюжок включається вихователь і тут дуже потрібні узгоджені дії батьків та вихователя. Він повинен розтлумачити батькам, що навіть при найважчих ураженнях зору є велика різниця між дітьми, що одержують корегуюче виховання, і тими, що його не отримують.

Слабкозорі діти особливо потребують радісних, світлих вражень, приємних переживань. Тільки за таких умов діти з порушеним зором не відчують своєї неповноцінності й бувають насправді щасливими. Батьки вдома, а вихователь в садку повинні бути постійними учасниками спілкування з дітьми у грі, праці, навчанні й не тільки учасником, а й ведучим, навчаючи, стимулюючи дітей до діяльності.

Найголовніше – не «жаліти» дитину тому, що в неї порушений зір і не дозволяти іншим «жаліти», особливо в присутності дитини. Необхідно, щоб дитина завжди була бадьора, весела, не думала про хворобу. До хворої дитини слід звертатися, як до здорової. Необхідно терпляче повторювати свої вимоги в різній формі. Треба не поспішати, дати час зрозуміти, подумати, запам'ятати. По можливості слід прибрати все, що розсіює увагу. Стимулювати обов'язкове закінчення розпочатої справи. Не задавати важких завдань, що не під силу дитині. Слід обов'язково забезпечити відчуття успіху дитині й дати їй можливість відчуття задоволення, яке висловлює вихователь, коли дає позитивну оцінку.

Ніколи не треба карати дитину за невміння чи незнання. Доцільно вживати процесуальну оцінку, тобто оцінювати навіть найменше намагання самостійно діяти. Вихователь повинен дуже багато діяти спільно з дитиною. Спочатку рука дитини діє з рукою вихователя, при цьому участь дитини зовсім невелика, але поступово воно збільшується. І коли у дитини з'явиться імпульс до самостійної дії, важливо не прогавити його, а підтримати і закріпити.

Основні педагогічні вимоги щодо виховання дітей з вадами зору

1. Дбати про фізичний розвиток дитини:

- дотримуватися режиму дня;
- загартовувати організм дитини;
- займатися гімнастичними вправами;
- привчати до охайності, пояснювати необхідність тримати в чистоті своє тіло.

2. Привчати дитину до самостійного орієнтування в просторі:

- вчити користуватися слухом, дотиком, нюхом для орієнтування в просторі;
- необхідно перебороти в дитини страх перед простором;
- узгоджувати рухи рук і ніг під час фізичних вправ;
- не давати розвиватися зайвим та нав'язливим рухам;
- частіше давати дитині доручення занести щось в певне місце тощо;
- включати дитину в рухливі ігри з однолітками з нормальним зором.

3. Розвивати мову й мислення дитини:

- розвивати допитливість і привчати її розуміти причинні зв'язки в явищах, які вона спостерігає;
- конкретизувати уявлення дітей про навколишню дійсність;
- збільшувати кількість слів в мові дітей і конкретизувати їх показом предметів і дій;
- вчити правильно пов'язувати слова в реченнях при розмові;
- приділяти увагу правильній вимові звуків, виразності дитячої мови;
- розповідати казки, читати оповідання та перевіряти шляхом запитань, як діти зрозуміли;
- вчити з дітьми напам'ять дитячі віршики та пісеньки.

4. Привчати дітей до праці:

- вчити дітей самостійно вмиватися, чистити зуби; в певній послідовності одягатися й роздягатися, взуватися й роззуватися, шнурувати взуття; складати одяг в певному місці;
- вчити дітей культурно поводитися за столом, самостійно користуватися ложкою, виделкою, чашкою, серветкою;
- вчити застеляти і розстеляти ліжко;
- прибирати після себе іграшки;
- навчати дітей різним видам ручної праці (різати ножицями, ліпити), які розвивають дрібні м'язи рук;
- формувати потребу надавати допомогу товаришеві за власною ініціативою.

5. Готувати дітей до письма та читання:

- проводити вправи на розвиток дотику;
- ознайомити дітей з рельєфним, шестикрапковим шрифтом Брайля (дошкільнику досить знати нумерацію дірочок чи рельєфних крапочок на прямокутнику).

6. Навчати дітей лічби та ознайомити їх з мірами:

- довести до свідомості дітей всі просторові та часові уявлення;
- знайомити дітей з геометричними тілами;
- вчити дітей кроками вимірювати відстані, щось сипуче – склянками, чашками, приміряти предмети до свого зросту, до довжини руки тощо;
- вчити дітей лічби в межах 10, дати уявлення про склад числа в процесі гри чи при виконанні певних завдань;
- на конкретному лічильному матеріалі вчити дітей віднімати та додавати в межах 10.

Основна вимога в роботі з дошкільниками, в яких є частковий зір – це охорона цих залишків зору, тому роботу на зорове сприймання можна проводити лише при достатньому освітленні, не затримуватися на вправі, в якій доводиться напружувати зір, а змінювати заняття на гру, ходьбу тощо.

Обов'язки вихователів спеціалізованих груп для дітей з вадами зору

1. Суворо дотримуватись призначень лікаря – офтальмолога.
2. Закріпити за дитиною (в залежності від діагнозу та гостроти зору) постійне робоче місце (див. далі).
3. Слідкувати за правильним освітленням робочого місця, у разі недостатнього природного освітлення використовувати змішане.
4. Стежити за створенням зорового комфорту на столах у дітей та у себе (на столах не повинно бути нічого зайвого).
5. Слідкувати за правилами носіння окулярів (щоб дитина без потреби їх не знімала, не дивилася поверх окулярів, щоб окуляри завжди були чистими, протирати їх м'якою тканиною, при потребі допомагати дитині знімати їх і класти в спеціальний футляр) та режимом оклюзії.
6. Використовувати під час занять дидактичний матеріал яскравих кольорів (червоний, зелений, жовтий, оранжевий і їх відтінки), розміром більші і менші 2см (в залежності від діагнозу), переважно об'ємні.
7. Під час демонстрації наочності використовувати кольорове контрастне тло (в основному зелене, якщо споглядаючий предмет не зеленого кольору).
8. При розгляданні картин використовувати обмежуючий трафарет.
9. Вчити дітей новим іграм, враховуючи діагноз.
10. Розробити матеріали до вправ та ігор на розвиток дрібної моторики пальців рук, простежуючих функцій, орієнтування у просторі (шнурівки, гудзики, намисто, предмети для сортування, трафарети, шаблони і ін.).
11. Проводити індивідуальні заняття (ліплення, малювання, накладання, копіювання, обводки, штрихування і т ін.).
12. Під час перебування дітей на свіжому повітрі слідкувати, щоб ігри відповідали фізичному та розумовому розвитку дітей.
13. Для дітей із розбіжною косоокістю та амбліопією використовувати індивідуальні підставки.
14. Протягом занять проводити гімнастику для очей, вправи на релаксацію очних м'язів, влаштовувати короткочасні перерви під час яких можна походити по кімнаті, зробити фізкультхвилинку, для переключення зору подивитися вдалечінь.
15. Знайомити батьків щомісяця і при потребі із станом зору дітей.
16. На заняттях з фізичної культури суворо враховувати розподіл дітей за фізичним навантаженням, встановленим за станом зору (основна, підготовча,

спеціальна).

Корекційні завдання

1. Створення зорового комфорту на столах у дітей.
2. Зняття зорової втоми.
3. Запобігання формуванню рефлексу низько схиленої голови.
4. Закріплення правил користування окулярами.
5. Працювати над фіксацією погляду.
6. Відновлення рівня зорових функцій.
7. Розвиток та збереження залишкового зору.
8. Розвиток прослідковуючої функції очей.
9. Розвиток уміння простежувати за лінією в системі ліній.
10. Підняття гостроти зору.
11. Розвиток зорового гнозису.
12. Відновлення рухливості очей та очних м'язів.
13. Зміцнення м'язів збіжної та розбіжної осей ока та м'язів, що відповідають за опуклість кришталика.
14. Розвиток плавного руху очних яблук.
15. Розвиток і закріплення одноразового біноккулярного і стереоскопічного зору.
16. Розвиток периферичного зору.
17. Розвиток дистанційного і глибинного сприймання.
18. Вправи на підсилення конвергенції.
19. Вправи на локалізацію.
20. Вправи для центральної фіксації.
21. Вправи на розрізнення кольору, форми, величини предметів.
22. Зменшення кута косоокості.
23. Закріплення прийомів оконтурювання об'єкта (носиком, ліхтариком).
24. Навчання та закріплення навичок заштриховування об'єктів (згори-вниз, зліва-направо, не виходячи за контурну лінію).
25. Розвиток зорової пам'яті та зорової уваги.
26. Розвиток довільної уваги.
27. Розвиток образної пам'яті.
28. Розвиток тактильної пам'яті.
29. Розвиток образного мислення.
30. Розвиток цілісності сприйняття.
31. Розвиток дотикового відчуття та дрібної моторики кисті руки.
32. Розвиток перцептивної активності збережених аналізаторів.
33. Розвиток координації та точності рухів.
34. Розвиток співдружності в роботі руки та ока.
35. Розвиток самоконтролю та саморегуляції рухів.
36. Корекція ритмічної діяльності (почуття ритму).
37. Розвиток сили та спритності рук.
38. Орієнтування у мікро- та макропросторі.
39. Долання остраху перед великим простором, формування впевненості рухів, в

своїх силах.

40. Встановлення просторових зв'язків між предметами.

Корекційні ігри та вправи для лікування амбліопії

Амбліопія – це зниження гостроти зору. Причиною може бути косоокість, травми ока, більмо, катаракта, аномалія рефракції, на фоні істерики. Амбліопія буває різного ступеня: дуже висока до 0,05 і нижче і слабка від 0,4 до 0,8 діоптрій.

Мета: підняти гостроту зору, щоб створити можливість для спільної роботи обох очей, щоб монокулярний зір став бінокулярним; розвивати локалізацію, дрібні м'язи рук, орієнтування в малому просторі, зорову пам'ять та увагу, кольоро- та форморозрізнення, аналітичне сприймання та мислення, мову.

1. «Геометричне лото».
2. «Геометричне доміно».
3. «Геометрична мозаїка».
4. «Предметне лото».
5. «Крок за кроком».
6. «Склади сам».
7. «Склади ціле».
8. «Іграшки».
9. «Склеїмо чайник»
10. «Цікава коробка».
11. «Квіткова поляна».
12. «Склади букет».
13. Малювання по шаблонам.
14. Малювання через напівпрозорий папір.
15. «Орнаментограф».
16. «Лабіринт».
17. «Салют».
18. «Знайди пару».
19. «Зашнуруй чобітки».
20. «Застібни гудзик».
21. «Виклади веселку».
22. «Сплети вінок».
23. «Пори року».
24. «Порівняй предмети».
25. «Влучи молоточком».
26. «Злови рибку».
27. Рамки Монтессорі.

Ігри та вправи на розвиток перцептивної активності збережених аналізаторів

1. Розвиток зорового аналізатора

1. «Впізнай, що зображено».
2. «Що зображено на 4-х квадратах?».
3. «Парні картинки».
4. «Ботанічне лото».
5. «Знайди пару».
6. «Де чії сліди?»
7. «Хто залишив свою тінь?».
8. «Знайди предмет, дивлячись зверху і знизу».

9. «З'єднай лінією однакові предмети».
10. «Що за чим?» (пори року, частини доби та ін.).

2. Розвиток слухового аналізатора

1. «Впізнай по голосу».
2. «Визнач, що я роблю?».
3. «Вгадай, із чого зроблено?».
4. «Хто так кричить?».
5. «Хто перший впізнає?».
6. «Що сховано?».
7. «Де ми знаходимось?».
8. Лічба звуків із закритими очима.

3. Розвиток дотикового аналізатора

1. «Хто в будиночку живе?».
2. «Чарівна торбинка».
3. «Чарівна скринька».
4. «Наші помічники».
5. «Чарівні картки».
6. «Впізнай і назви дерево».
7. «На чому стоїмо?».
8. «Де чий хвіст?».
9. «Впізнай товариша».
10. «Впізнай самого себе».

4. Розвиток нюхового аналізатора

1. «Чим пахне ліс?».
2. «Що любить мавпочка?».
3. «Що росте на клумбі?».
4. «Допоможи мамі на кухні?».
5. «Приготуємо їсти звірятам?».
6. «Що росте на грядці, в садку?».

5. Розвиток смакового аналізатора

1. «Гіркий, кислий, солодкий, солоний».
2. «Холодний – теплий».
3. «Сире – варене».
4. «Що смачніше?».

5. «Що корисне?».
6. «В саду і на городі».

Дидактичні ігри та вправи на розвиток кольоророзрізнення



Дидактична гра «Веселка»

1. «Веселка».
2. «Віночок».
3. «Метелики».
4. «Склади букет».
5. «Одягни малят на прогулянку».
6. «Пташенята в гніздечках».
7. «Підбери чашку до блюдця».
8. «Підбери квіти до вази».
9. «Сховай друзів під парасольки».
10. «Знайди, хто в якому будиночку живе?»
11. «В гості до Сонечка та до Снігової королеви».
12. «Чия відірвана пелюстка?».
13. «Підбери нитки до гудзика».
14. «Що уміє олівець?».
15. «Кольорове доміно».

Дидактичні ігри та вправи на розвиток форморозрізнення



Дидактична гра «Теремок»

1. Обведи фігури по контуру, заштрихуй їх.
2. Відгадай фігуру по опису.
3. «Чарівна торбинка».
4. «Теремок».
5. «Склади візерунок».
6. «Збери геометричні фігури з їх половинок».
7. «Поклади на місце».
8. «Покажи на картинках предмети, про які ці загадки».
9. «Відшукай в кімнаті предмети певної форми».
10. «Геометричне доміно».
11. «Знайди зайве».
12. «Склади ведмедика» (аналогічно – зайчика, ляльку, робота і ін.)

Дидактичні ігри та вправи на розвиток уявлень про величину предметів

1. «Розклади від найменшого і навпаки».
2. «Розстав матрьошок за величиною від меншої до більшої і навпаки (за висотою, за товщиною)».
3. «Розстав сім'ю за зростом».
4. «Склади пірамідку».
5. «Де чий будиночок?».
6. «Драбинка».
7. «Чії чобітки? (шапочка, пальто, рукавички)».
8. Сортування насіння, зернят за величиною.

Дидактичні ігри та вправи на розвиток простежуючої функції очей



Обведення трафаретів

1. «Спіймай рибку».
2. «Злови метелика».
3. «Проведи доріжки».

4. Обведи по контуру і заштрихуй.
5. «З'єднай крапочки».
6. «Знайди, що заховано».
7. Обведення шаблонів і трафаретів.
8. Малювання через напівпрозорий папір.

Дидактичні ігри та вправи на розвиток дрібної моторики пальців рук



Дидактична вправа «Нанизування та сортування намиста»

1. «Зашнуруй чобітки».
2. «Застібни гудзик».
3. «Нанизування намиста».
4. «Посортуй насіння».
5. «Склади пірамідку».
6. Складання конструкторів, пазлів.
7. Шнурування кольорових шнурівок.
8. Складання візерунків з кольорових паличок, сірників.

9. Вишивання, плетіння.

10. «Одягнемо ляльку на прогулянку».

Дидактичні ігри та вправи на розвиток орієнтації у просторі



Дидактична гра «Склади візерунок»

1. «Як пройти до Зайчика?».
2. «Кольорові стрілочки».
3. «Знайди іграшку».
4. «Достав пакет».
5. «Де чий будиночок?»
6. «Чия вудка?»
7. «Склади візерунок».
8. «День і ніч».
9. «Проведи лінію».
10. Графічний диктант.

11. «Порахуй сходи».
12. «Назви, де знаходяться предмети?»
13. «Де виріс плід?»
14. «Допоможи Незнайку перейти вулицю».

Робота з батьками

Фактори, на які слід звернути увагу батькам при зниженні зору у дитини

Йдучи по вулиці чи їдучи в транспорті, ми все частіше зустрічаємо дітей в окулярах. Причиною порушення зору є погіршення екологічної обстановки, слабка здоров'я батьків, спадковість, наслідки Чорнобильської катастрофи. Помітивши, що дитина скаржиться на головні болі, швидко втому, мружиться, низько схиляється, малюючи чи розглядаючи картинки, предмети, нервує, батьки повинні насторожитися. А виявивши зниження зору у малюка, звернути увагу на наступні обставини:

1. Стан хребта.

Наявність непомічених, досить часто, родових підвивихів хребців може серйозно відбитись на стані зору і стати першопричиною зниження зору. Необхідно звернутися до спеціаліста (лікаря-травматолога). Обережно і послідовно зайнятися зміцненням м'язів спини, живота і грудей. М'язовий корсет, який призначить лікар, забезпечить підтримку хребта. Постіль дитини повинна бути твердою і рівною, без подушки.

2. Харчування і спосіб життя.

Харчування повинне бути повноцінне, збалансоване, бажано роздільне (окремо приймати білкову і вуглеводну їжу). Не можна перегодовувати дитину, годувати і вкладати спати слід «на вимогу». Слідкувати, щоб не було закрепів. Правильне харчування сприяє хорошій роботі шлунково-кишкового тракту. І обов'язково слід забезпечити дитині спокійний сон.

3. Стрес-фактори.

Причиною послаблення зору або навіть виникнення косоокості може стати звичайний переляк, перебування дитини в постійному страху (мене накажуть, якщо я щось не так зроблю), зайве хвилювання. Сімейна атмосфера, в якій виховується дитина, повинна бути спокійною, доброзичливою.

По теорії У.Г.Бейтса, погіршення зору може відбутися при тривалому напруженні очей під час розгляду незнайомих і віддалених предметів.

Навчивши дитину розслаблятися з допомогою системи спеціальних вправ, впливаючи на біологічні зони, педагоги і батьки зможуть допомогти дітям відновити зір повністю або частково.

Декілька порад для батьків з покращення зору у дітей

1. Не змушуйте дитину. І не чекайте від неї швидких результатів. Нехай в сім'ї той займається з дитиною, кому це краще вдається. Ідеально, коли в грі з покращення зору беруть участь декілька членів сім'ї або навіть абсолютно всі.
2. Не забувайте хвалити дитину за її старання, за найменші успіхи. Для дітей такий стимул має набагато більше значення, ніж для дорослих.
3. Займайтесь з дитиною тоді, коли у неї є бажання.
4. Перетворюйте у гру кожен вправу.
5. Використовуйте музичний супровід.
6. Використовуйте ігри на розвиток слуху, нюху, дотику, смаку.
7. Для тренування акомодатії використовуйте маленькі і великі зображення тварин і птахів. Маленькі копії нехай дитина розглядає зблизька, великі – здалеку, без напруги переводячи погляд з близького на далеке.
8. Використовуйте такі ігри і такі іграшки, які сприяють розвитку рухливості очей у дітей.
9. Навчіть свою дитину правильним методам читання, перегляду кінофільмів і телепередач, часто кліпаючи, «мандруючи» очима по екрану, роблячи пальмінг під час реклами.
10. Привчіть свою дитину дотримуватись таких правил:

а) не терти очі руками, особливо брудними;

б) не бігати з гострими предметами в руках;

в) з голкою, ножицями працювати лише під контролем або разом з дорослими;

г) не читати лежачи, не дивитися довго на яскраву лампочку і на сонце;

д) при появі свербіння, попаданні бруду в очі, повідомити дорослих, які допоможуть позбутися цього;

е) їсти різноманітну їжу, зокрема овочі та фрукти, ягоди, особливо чорниці, клюкву, брусниці.

Умови збереження та оздоровлення зору

Для збереження і оздоровлення зору необхідно дотримуватись таких рекомендацій:

1. Повна відмова від окулярів, які калічать наші очі.
2. Постійне зняття фізичного та психічного напруження.
3. Розслаблення – одна з умов чудового зору.
4. Організація правильного роздільного харчування.
5. Щоденне вживання овочів, фруктів і ягід.
6. Забезпечення організму всіма потрібними вітамінами, зокрема вітамінами А, Б, С.
7. Відмова від надлишку солі, цукру, кави, шоколаду.
8. Запобігання запорам.
9. Повна відмова від нікотину, алкоголю та інших шкідливих звичок.
10. Загартування – чудовий спосіб оздоровлення очей і всього організму загалом.
11. Регулярне виконання фізичних вправ, активної праці, заняття фізкультурою, щоденне посилене збільшення навантаження (але не спорт).
12. Ходіння босоніж по землі і снігу.
13. Організація систематичного відпочинку для очей за допомогою кліпання, пальмінгу, закривання очей.
14. Оздоровлення очей за допомогою соляризації (не менше 3 разів на день).
15. Організація захисту очей від пилу, диму та блиску.
16. Вмивання холодною водою або снігом.
17. Стимуляція кровообігу, активізація процесів зорового апарату за допомогою хлюпання дуже холодною водою у відкриті очі.
18. Організація активного відпочинку і сну та контрастної зміни температури води (гаряча-холодна-гаряча-холодна і т. д.)
19. Уникання озлоблення, образ, ненависті, хвилювання, страху та інших негативних емоцій.
20. Створення зорового комфорту: освітлення з лівої сторони, відстань до книги 30 – 35 см, теплі і заспокійливі провітрені приміщення.
21. Систематичний контроль за своїм зором.

На замітку для дорослих

Як ми уже переконались, зір і рух - нерозривні. І дійсно, очі – найрухоміший орган нашого організму. Дефіцит руху в житті сучасної людини неодмінно

відбивається на функціональних властивостях зорового апарату. Не останню роль відіграють тут і неправильна постава та недоліки в освітленні робочих місць. Надзвичайно важливе значення мають різного виду тренувальні вправи, які зміцнюють очні м'язи, попереджують їх ослаблення.

Важливе значення для оздоровлення очей має віра в ті заходи, які треба виконувати. Переконавання, що всі вправи обов'язково дадуть ефект, допоможе розслабитись психічно, а це сприятиме розслабленню фізіологічному.

Природні методи покращення зору

У дітей функція очей порушується особливо легко, причому причиною цього можуть стати емоційний шок, страх, напруження, хвилювання. Замість того, щоб розібратись у психологічному стані дитини, з'ясувати, чому у неї погіршився зір, батьки зразу ведуть її до окуліста. І маленька людина стає рабом окулярів до кінця життя.

В основі методу відновлення зору природними засобами психічного самопрограмування і самовдосконалення лежить вперта і сумлінна праця, яка полягає у щоденній увазі та допомозі своїй дитині. Слід огородити дитину від зайвого хвилювання, стресів, образ та інших негативних емоцій. Харчування дитини повинне бути повноцінне та раціональне. Включати в щоденне меню багато овочів, фруктів, ягід. Обов'язково слідкувати за стільцем малюка, щоб не було закрепів.

Одним із основних законів доброго бачення є рух. Коли око рухається, значить воно бачить. Зір очей, які дивляться не мигаючи, слабшає. Тому треба зруйнувати або не дати виробитись звичці дивитись, не кліпаючи, пильно, уважно в одну точку. Це також знімає напруження і втому. В нормі кліпання повинне бути частим, в результаті чого відбувається рівномірне розподілення слізної рідини по поверхні очного яблука. Сухість очей робить схильними їх до запалення і призводить до нечіткого зору. Крім того, кліпання промиває і очищує очі від забруднення. Кліпання дає також короткий відпочинок очам і сприяє розслабленню напружених м'язів, що дозволяє очам краще сфокусуватися. Часте і легке кліпання доступне всім, і дорослим і дітям, і дуже швидко приносить полегшення. Тому важливо, щоб батьки, а в дитячому садку педагоги, навчили дітей цим нескладним вправам, які допоможуть запобігти проблемам із зором.

Якщо очі втомилися, можна виконати ще дуже просту вправу – міцне замружування. Просто міцно замружитись на декілька секунд, потім виконати 6-8 частих кліпань і посидіти декілька секунд з прикритими очима. В результаті цієї вправи покращується кровообіг, зміцнюються повіки і стимулюється секреція ока. Цю

вправу слід періодично виконувати, навіть якщо очі не відчують ніякого дискомфорту.

Для нормального функціонування всіх органів необхідне нормальне (звичайно, глибоке) дихання. Чим напруженіше ми на щось дивимося, тим менш глибоким стає наше дихання. Це негативно впливає на процес кровообігу, так як в кров надходить недостатня кількість кисню. А якість зору прямо залежить від якості кровообігу. Об'єм насиченої киснем крові, яка надходить в органи зору, можна збільшити з допомогою розслаблення і свідомого глибокого дихання.

Таку вправу можуть виконувати малюки середнього та старшого дошкільного віку. Потрібно відкрити вікно або вийти на свіже повітря, щоб отримати якомога більше кисню. Перед вправою декілька разів глибоко вдихнути. Глибоко набрати повітря, затримати дихання., не видихаючи, зігнути в талії, ледь зігнувши коліна, опустити голову, щоб вона була нижче рівня серця. Тепер кров, збагачена киснем, іде до голови і до очей, забираючи отруту і шкідливі відходи. Постояти в такому положення до 5 сек.

Попередження. Відразу може запаморочитись голова, тому починати цю вправу, треба без зусиль. В міру придбання практичних навичок запаморочення зникає. **Ця вправа дуже важлива.** Робити її треба щоденно, не менше 10 таких вправ на протязі дня.

В період відновлення зору треба використовувати спеціальні прийоми: пальмінг, соляризацію, релаксацію.

Ще в свій час Е.Кант говорив: «Рука – це мозок, виведений назовні». Людський інстинкт нам підказує: «Використай свою руку, поклади на те місце, яке тебе хвилює, нис, тривожить». Зцілення можна досягти, використовуючи пальмінг.

Пальмінг (від англ. «palm» - долоня) – це прийом, при якому можна досягти найбільшого ступеня розслаблення (релаксації).



Техніка пальмінгу дуже проста: заплющені очі треба прикрити долонями рук. При цьому необхідно запобігати навіть найменшого тиску на очне яблуко. Очі не слід давити або терти. Центр долоні має бути над центром очного яблука, основа мізинця – на переніссі, як місток окулярів. Нижня частина долоней повинна лежати на вилицях, а пальці схрещені на лобі. Таке положення не допускає проникнення світла в очі, а також запобігає можливості дотику рук з очними яблуками. Настає темрява. Уявно темряву слід ще згустити. Запропонувати дітям уявити щось чорне: чорну-чорну землю, машину, капелюх, плаття, ніч і т. п. Для того, щоб зняти напруження в пальцях, потрібно зручно сісти, а лікті поставити на коліна або на стіл таким чином, щоб шия знаходилась на одній прямій з хребтом. Обов'язково розслабитись! Через секунду-дві відчуєте, як приємне тепло проникає з долонь в очі все глибше і глибше. Тепер можна запропонувати дітям уявити собі щось дуже приємне: гарну іграшку, торт, якусь цікаву подію (як у групі святкували день народження Катрусі) і т. ін. Пальмінг виконувати без окулярів.

Для людських очей сонячне світло також необхідно, як спокій і розслаблення. Якщо очей позбавити світла, то вони, як правило, втрачають свою силу, а інколи і починають хворіти. Найбільш оптимальним режимом для очей є чергування цілковитої темряви і яскравого освітлення.

Існує шкідливе твердження, що світло шкідливе для очей. Яскраве світло болюче лише для втомлених очей, які вже не здатні нормально реагувати на зовнішні подразники. Сонце шкодить очам лише в тому випадку, коли на нього дивитися довго і безвідривно. Тому перш за все, слід навчитися правильно використовувати сонячне світло.

Соляризація – це сонячні ванни для закритих очей або вправи на зміцнення очей за допомогою «живого» світла (свічка, вогнище). Починати її треба з 1-2 хвилин,

пізніше тривалість можна продовжити. Під їх впливом зникають запальні процеси очей, виводяться шлаки, зростає кровообіг очей, стимулюється сітківка.

Слід привчати очі і до сильнішого сонячного світла, дозволяючи променям сонця падати спочатку на закриті, а потім на кілька секунд і на відкриті очі. Щоб виключити можливість появи напруженості, варто робити легкі повороти головою в різні сторони. Після кожної вправи треба покліпати очима.

До уваги! Оздоровлювати оченята сонцем треба дуже обережно. Найкраще це робити в такі години, коли згубні промені сонця достатньо ослаблені атмосферою, тобто зранку, або коли починає смеркатись.

Холодна вода – ефективний засіб підвищення тонусу очей і тканини, які оточують очне яблуко. Вмиватись треба тільки холодною водою, кожного дня, вмиваючись, треба набрати в долоні холодної води, піднести до обличчя на віддалі приблизно 2-3 см від закритих очей і хлюпнути водою на очі. Робити це треба легенько, не поспішаючи. Повторити процедуру 15-20 разів, потім протирати закриті очі рушником протягом хвилини. Це не тільки освіжить очі, надасть їм блиску, але підвищить їх тонус.

Значний ефект дає ходіння босоніж по траві, землі та снігу, загартування всього організму.

Зверніть увагу!

- 1. Всі вправи треба виконувати у розслабленому стані.**
- 2. Чим краще розслаблення, тим швидше виправиться зір.**
- 3. Ніколи не треба примружуватись, напружувати зір при розгляданні будь-якого об'єкту.**
- 4. Навчитись розглядати предмети швидко, не затримуючи на них довго погляду.**
- 5. Після кожного споглядання кліпати очима і закривати очі долонями, уявляти чорне поле (пальмінг).**
- 6. Повторювати ці вправи до тих пір, доки не побачите предмети чітко.**

Основні положення покращення зору по П.Брегу

Якщо ви хочете, щоб у вашої дитини був хороший зір, ви повинні приділити хоча б 20-30 хв. на добу для догляду за своїми очима.

Система П.Брега для збереження зору складається із наступних положень:

- 1. Стимуляція очей за допомогою холодної і гарячої води.**

2. Спеціальні вправи по глибокому диханню, які збільшують надходження крові до очей.
3. Вправи для релаксації очей, які знімають напругу.
4. Харчування, необхідне для здорових очей.

До ока треба відноситися з любов'ю, берегти його, давати йому відпочити, підживлювати його відповідними вітамінами, мінеральними речовинами.

Температура або водяна стимуляція очей

Взяти два великих шматка тканини. Один шматок слід покласти в гарячу воду, вода повинна бути настільки гарячою, наскільки можна тільки витримати. Другий шматок покласти в льодяну воду, бо тільки холодна вода ефекту не дасть. Вийняти тканину з гарячої води і прикласти на 2 хв., міцно притискуючи до очей. Після цього швидко прикласти до очей тканину на 1 хв. тканину, змочену у воді з льодом. Потім промокнути очі рушником.

Дихання, яке стимулює приплив крові до очей

99% людей відчувають кисневу недостатність. При цьому очі слабнуть, напружуються і втрачають блиск. Потрібно відкрити вікно або вийти на свіже повітря, щоб отримати якомога більше кисню. Перед вправою декілька разів вдихнути. Глибоко набрати повітря, затримати дихання, не видихаючи, зігнувшись в талії, ледь зігнувши коліна, опустити голову, щоб вона була нижче рівня серця. Тепер кров, збагачена киснем, іде до голови і до очей, забираючи отруту і шкідливі відходи. Постояти в такому положення до 5 сек.

Попередження. Відразу може запаморочитись голова, тому починати цю вправу треба без зусиль. В міру придбання практичних навичок запаморочення зникає.

Ця вправа дуже важлива. Робити її треба щоденно, не менше 10 таких вправ на протязі дня. Кисень спалює отруйні та шкідливі відходи, які знаходяться в очах. Очі очищуються, так як збільшується циркуляція крові через тканини ока.

Як розслабляти очі

Найголовніше в цій процедурі – це сприймання сонячних променів. Цю вправу треба виконувати на відкритому повітрі або перед відкритим вікном, підставляючи обличчя променям сонця. Якщо вікна виходять на північ або якщо ви живете в кімнаті, де мало сонця, можна замість прямих сонячних променів використовувати 150-ватну лампу, розміщуючись на віддалі 1,5-2 м від неї. Коли є достатня кількість світла, нормальне око бачить без зусиль.

Сонячні промені мають велику терапевтичну цінність для хворих очей. Очі функціонують лише при світлі. Сонячне світло підсилює зір. У людей, які

проводять більшу частину в приміщенні без сонця, зір поступово слабне. Тварини, які живуть в темноті, сліпі (напр., кріт).

Про носіння окуляр та лінз

Дуже мало людей мають досконалий зір. Але є багато людей, які перестали носити окуляри після того, як стали жити природнім життям. Та не можна говорити, що кожна далекозора або короткозора людина може позбавитися від окуляр.

Окуляри від сонця

Не варто захоплюватись носінням темних окулярів. Їх необхідно носити лише людям, у яких очі ненормально чутливі до сонця, хто хворіє деякими захворюваннями очей, кому доводиться працювати в місцях, де світло надзвичайно яскраве або світить прямо в очі. Але немає необхідності носити їх, якщо немає яскравого світла; і зовсім недопустимо одягати їх, приймаючи сонячні ванни, так як вони фокусують сонячні промені, які можуть спалити очі.

Якщо ж вам необхідні сонячні окуляри, то купуйте самі найкращі. Намагайтесь купляти їх в аптеці, користуючись порадами досвідченого спеціаліста.

Не носіть окуляри без оправ. Окуляри без оправ мають небезпеку, про яку багато хто не знає. Сонячні промені, проходячи через лінзи, відхиляються і концентруються на кінцях лінз, які здебільшого міцно притиснуті до щоки. Температура шкіри в цих місцях підвищується, що поряд із щоденним тертям приводить до захворювання шкіри.

П.Брег також застерігає про шкідливість для очей тривалого перегляду телепередач і дає поради відносно їх правильного перегляду. В його положенні відведене також місце пальмінгу, «ведмежим погойдуванням», спеціальним вправам для великих м'язів очей, замружуванню, харчуванню, зокрема, достатній кількості вітаміну А, який надходить до організму з продуктами. Велику перевагу при цьому він надає моркві, яку радить вживати сирою, пареною або печеною.

Харчування для здорових очей

Дуже важливо для збереження та покращення зору повноцінне харчування, яке повинне включати в себе достатню кількість вітамінів та мінеральних речовин.

Дуже важливий **вітамін А**, який необхідний для нормального обміну речовин і виведення шлаків. Вітамін А утворюється з надходження з їжею каротину, який міститься в моркві, помідорах, солодкій картоплі, салаті, в зелених частинах

рослин, петрушці, зелені гірчиці, морських продуктах, риб'ячому жирі та ікрі, яєчному жовтку, насінні соняшника, пивних дріжджах.

Вітамін С (аскорбінова кислота) сприяє загальному опору організму. Якщо його мало, м'язи (в тому числі й очні), втрачають свій тонус. Найбільш багаті вітаміном С плоди шипшини, чорної смородини, цитрусові, цибуля, листові овочі, капуста, помідори, солодкий перець (червоний і зелений), всі ягоди, яблука, ананаси.

Вітаміни групи В впливають на харчування нервових тканин, в тому числі і ока.

Вітамін В₁ сприяє згоранню крохмалів і цукру, забезпечуючи енергією м'язи. Джерелами вітаміну В₁ є арахіс, хлібні злаки (жито, пшениця, кукурудза), пивні дріжджі, темний рис, мед.

Вітамін В₂ необхідний для кисневого обміну. При його нестачі розриваються дрібні судини, очі наливаються кров'ю. Джерелами вітаміну В₂ є зелене листя овочів, яблука, пшениця, темний рис, пивні дріжджі.

Вітамін В₆, мінімальна денна норма якого – 2мг, є природним заспокійливим. При його нестачі очі відчувають сильну напругу і часто починає тіпатися. Джерелами вітаміну В₆ є капуста, хлібні злаки, жовток яйця, риба всіх видів.

Вітамін В₁₂ сприяє повноцінному складу крові. Джерелами цього вітаміну є виноград і виноградні соки, петрушка, яєчний жовток, чорнослив, абрикоси, чорна смородина, чорниці та їх сік, фініки.

Калій – дуже важливий мінерал для підтримки молодості і сили очей. Калій міститься в яблуках, яблучному оцті і меду. Денний раціон калію може складати 1 чайну ложку яблучного оцту на склянку води.

Ви несете відповідальність за себе і здоров'я своїх дітей. **Пам'ятайте: кава, чай, алкоголь, тютюн мають шкідливий вплив на зір. Наркотики тим більше. Не можна їсти багато солодощів – рабовласників сучасної людини. Очищений цукор, який входить в їх склад, забирає дуже багато вітамінів комплексу В з організму.**

Виконуючи ці поради, ви повернете блиск і молодість вашим очам і збережете очі своїх дітей.

***Виховання самостійності та самообслуговування –
основа соціальної реабілітації дитини***

з проблемами зору

Ознайомлення з працею дорослих, зі світом професій дає дітям конкретні знання, сприяє вихованню поваги до праці, викликає інтерес.

Але не слід забувати, що нікому не вдалося виростити працелюбну людину шляхом лише бесід про важливість праці і спостережень за працею інших. Тільки працюючи, дитина оволодіває навичками і вміннями, отримує відчуття задоволення від зробленого своїми руками.

Для дітей з вадами зору трудове виховання є важливим засобом корекції, компенсації і відновлення порушених і недорозвинених функцій, основою їх підготовки до життя і праці в сучасному суспільстві. У процесі трудового виховання розвивається окомір, слухове, дотикове сприйняття. Праця не потребує агітації, їй потрібна реалізація. І початком на цьому шляху є залучення сина або доньки до обслуговування себе своїми силами.

З самообслуговування починається трудове виховання дошкільника. Перш ніж почати привчати дитину до самостійності і самообслуговування, необхідно створити умови: відвести постійне місце для ігор, щоб дитина сама могла там прибирати. У дитини повинен бути свій рушничок, який вона повинна сама знімати і вішати, своя зубна щітка, вішак для верхнього одягу, маленький стілець, на якому вона могла б сидіти, коли взувається. Звичайно, умивання, одягання, самостійне вживання їжі лише умовно можна розглядати у змісті трудового виховання. Проте, будучи базою, основою самообслуговування, потребує до себе великої уваги.

Для дітей 5 року життя характерне свідоме і самостійне умивання, одягання, прибирання одягу, іграшок. Але ці навички недосконалі. Необхідно контролювати дітей: чи чисто вимили руки, чи охайно одягнулись, причесались.

Вимоги до дітей стосовно зовнішнього вигляду повинні пред'являтися кожного дня. Слід навчати дітей 5 року життя чистити зуби, мити шию, вуха, ноги, застеляти свою постіль, мити іграшки, прати лялькову білизну. Багато батьків впевнені, що коли вже дитина має деякі навички та вміння із самообслуговування, то удосконалювати їх не обов'язково. Так залишаються не зовсім використані можливості самообслуговування, у дітей складаються нейтральні відношення до обов'язків, пов'язаних з самообслуговуванням.

У сім'ях, де на належному рівні приділяють увагу розвитку навичок і вмінь з самообслуговування, діти вмілі, спритні. Вони легко, без допомоги дорослих наводять порядок у ігровому куточку, витирають вологою ганчіркою пил, допомагають накривати стіл до обіду, застеляють свої ліжка. В інших сім'ях батькам доводиться бачити безпорадність своїх дітей.

Працю із самообслуговування вважають нераціональною. Монотонною. Але ця праця – необхідність. І коли дитина не хоче, з тих чи інших причин, працювати, вихід один – зацікавте її естетикою результату роботи: прибрав постіль – вона не пилиться, в кімнаті порядок; склав іграшки – в ігровому куточку порядок, багато місця для інших ігор в кімнаті; вимив руки після їжі – чистий рушничок, одяг, іграшка, книжка. Через осмислення, значимість результату повинно проходити осмислення самого процесу праці.

Важливо приділяти більше уваги якості виконаної роботи – чи чисто, охайно, чи правильно. Не слід фіксувати на перших етапах увагу на швидкості. Швидкість прийде потім, коли вміння автоматизуються. Пояснення батьків краще сприймаються, коли супроводжуються наочним показом. Чим менша дитина, тим легше її навчити обслуговувати себе за допомогою гри – цікавої, зрозумілої.

Неправильно, якщо проблема самообслуговування в сім'ї вирішується так: дорослі сказали і крапка.

Слід стимулювати бажання обслуговувати себе **(тільки маленькі нічого не вміють самі, а ти вже дорослий. Спробуй сам попрацювати носову хустинку, і ти побачиш, що у тебе вийде так само гарно, як і в мене);** важливо розкрити і моральний аспект проблеми самообслуговування **(виконуючи роботу сам, ти звільниш від зайвої праці близьку людину, тим самим ти турбуєшся про неї, допомагаєш їй);** звернути увагу на осмислення роботи **(кожна людина обслуговує сама себе, і тим більше поваги викликає).** **І якщо дорослі донесуть до свідомості дитини ці три важливі моменти, можна розраховувати, що уже в дошкільному віці дитина навчиться обслуговувати себе.**

Але турботливі мами часто кожного дня прибирають іграшки дитини, витирають взуття, одягають і роздягають дитину, годують з ложечки. Якраз з цього і починається утриманство дитини.

Деякі батьки вважають, що не слід вчити дитину, як правильно виконувати дії. Ні, батьки повинні виступати інспекторами, вимогливими і добрими. Коли ж починати залучати дитину до самообслуговування і які норми фізичного навантаження дитини в процесі самообслуговування? Завдання і вміння вміщені в програмі виховання. Але не слід регламентувати трудову діяльність дітей вдома. Слід дозволити дошкільнику вимити підлогу у своїй кімнаті, коли у дитини є бажання.

Умови і обставини життя кожної сім'ї диктують свої нормативи і вимоги до навичок самообслуговування. На основі вивчення вікових та індивідуальних

особливостей своєї дитини, з урахуванням можливостей дорослих, складу сім'ї, традицій, що склалися, можна виробити свої нормативи.

Слід пам'ятати, що навичок необхідно навчати, навчати довго і терпляче. Щоб самообслуговування стало нормою, бажанням, даний вид праці повинен стати обов'язковим. Монотонність праці знімається, якщо в нього ввести елементи гри, змагання. Зробити гру "Хто як працює?", для цього ввести різнокольорові фішки, що позначають оцінку роботи; червона – вміє і старається, синя – не вміє, але старається, зелена – більше руками розводить, ніж працює, коричнева – не хоче нічого робити. Важливо, щоб з'явився стимул, який розігріє інтерес до праці у дитини.

Слід виключити вдома види роботи, де життя дитини підлягає небезпеці.

Таким чином контроль – обов'язкова умова організації праці дітей із самообслуговування в сім'ї. До того ж знаходження поряд або недалеко батьків – надає діям дитини впевненості, спокою, стимулює бажання виконати роботу якомога краще (щоб заслужити похвалу), створює перспективу радості навіть від виконання малоцікавої праці.

Автоматизм навичок самообслуговування виникає у дітей тим швидше, чим ретельніше і головне – більш творчо ми їх формуємо.

Орієнтовна тематика роботи з батьками

1. Збори на тему: "Особливості розвитку виховання і навчання дітей дошкільного віку з вадами зору".
2. Збори на тему: "Соціально – психологічна та соціально – трудова реабілітація слабкозорих та сліпих дітей".
3. Консультація "Що треба знати про зір дитини".
4. Ознайомлення батьків з результатами огляду дітей лікарем-офтальмологом.
5. Бесіда з батьками конкретної дитини про її огляд та інструкції лікаря-офтальмолога.
6. Бесіда "Бережіть зір дитини".
7. Бесіда "Як зняти у дитини зорове навантаження".
8. Бесіда з батьками за результатами перевірки стану зору у дітей медсестрою-ортоптисткою.
9. Бесіда "Гігієнічні вимоги до читання".
10. Бесіда "Як вірно дивитись телевізор".
11. Бесіда "Адаптація до навколишнього та соціального середовища".
12. Бесіда "Формування особистісних цінностей у дітей з вадами зору".
13. Бесіда "Виховання у дитини впевненості у своїй силі, почуття власної гідності".
14. Консультація "Пальмінг та окотренінг на заняттях, в іграх, побуті та дома".
15. Консультація "Релаксація та її значення для збереження та відновлення зору".
16. Консультація "Очний травматизм і I-а допомога при ньому".

17. Консультація "Очні запальні захворювання: сльозотеча, запалення очей, ячмінь, блефарит".
18. Консультація "Підготовка слабкозорої дитини до навчання в школі".
19. Консультація "Гра – як засіб виховання та навчання дитини".
20. Консультація "Підготовка слабкозорої та сліпої дитини до самостійного життя".
21. Консультація "Екологічне виховання дитини в сім'ї".
22. Консультація "Правила носіння та зберігання окулярів".
23. Консультація "Правильний підбір та розміщення меблів – запорука збереження правильної постави та зору у вашої дитини".
24. Консультація "Як зберегти дитині нормальний зір".
25. Консультація "Комп'ютер і ваші очі".
26. Усний журнал "Здорові батьки – здорові діти" (про здоровий спосіб життя).
27. Бесіда "Виховання у дітей культурно-гігієнічних навичок – запорука міцного здоров'я".
28. Бесіда "Виховання самообслуговування – основа соціальної реабілітації дітей з проблемами зору".
29. Пам'ятка для батьків з трудового виховання дітей 4-го року життя .
30. Пам'ятка для батьків з трудового виховання дітей 5-го року життя.
31. Засідання «Школи здорових очей».
32. Правила безпеки під час проведення Новорічних свят. Запобігання очному травматизму.
33. Бесіда «Одна дитина в сім'ї».
34. Консультація «Про зняття психофізичного навантаження у дитини з вадами зору в домашніх умовах».
35. Батьківський куток «Проблема взаємин у родині, де є діти з вадами зору».
36. Батьківський куток «Корекційна гімнастика для очей в домашніх умовах».
37. Батьківський куток «Масаж очей для дітей».
38. Поради батькам: «Харчування дитини з вадами зору».
39. Батьківський куток «Малюнок розкаже усе».
40. Батьківський куток «Корекційно-розвиваючі ігри для дітей».
41. Батьківський куток «Що таке амбліопія? Профілактика та лікування».
42. Батьківський куток «Режим дня дитини - дошкільника».
43. Батьківський куток «Роль корекційних вправ у підвищенні гостроти зору».
44. Консультація «Навчання дітей зображувальної діяльності з косоокістю та амбліопією».
45. Консультація «Народна медицина в лікуванні очних хвороб».
46. Консультація «Секрети зору. Основні види порушення зору. Нетрадиційні методи лікування та профілактика очних захворювань».
47. Консультація «Розвиток мислення у дітей з вадами зору. Поради психолога».
48. Консультація «Особливості розвитку пізнавальної діяльності у дітей з вадами зору».
49. Консультація «Косоокість у дітей: методи її лікування та профілактики в домашніх умовах та спеціальних дитячих закладах» .
50. Консультація «Короткозорість у дітей: профілактика та корекція».
51. Консультація «Природне виховання, як фактор розвитку природних сил дитини».

52. Консультація «Засвоєння дітьми системи кольорових еталонів».

53. Консультація «Орієнтування дітей з вадами зору у навколишньому середовищі».

54. Консультація «Засвоєння дітьми математичних еталонів – форми, розміру, величини».

Пам'ятки для батьків

1. Коли розпочинати привчати малюка мити руки?

Між півтора і двома роками (коли вже зможете переконати дитину не тягнути мило до рота).

Ваша участь: розподіліть всю процедуру на кілька етапів – так малому буде легше запам'ятати. Наприклад:

- Підставляємо стільчик, стаємо на нього.
- Закочуємо рукави.
- Відкриваємо крани холодної та гарячої води; якщо надворі зима або руки дуже забруднилися, можна зробити воду теплішою.
- Перш ніж покласти мило на місце, треба облити його водою.
- Брудні місця тремо щіткою для рук.
- Щітку також вимиваємо.
- Руки миємо, аж доки не почнуть «рипіти».
- Закручуємо спочатку кран гарячої води, потім холодної.
- Знімаємо з вішака рушник і один кінець його кладемо на плече.
- Витираємо руки насухо.
- Вішаємо рушник на місце.

Стежте, щоб малюк нічого не обминув. Допомагайте йому на складних етапах – скажімо, вичистити бруд з-під нігтів або витерти насухо зовнішній бік рук. Все робити від початку до кінця він навчиться нешвидко. Та й вам доведеться час від часу контролювати процес, а особливо результат.

2. Коли розпочинати привчати малюка чистити зуби?

Між півтора та двома роками. Більшість дітей потребує допомоги до років п'яти-шести і контролю до семи-восьми років.

Ваша участь:

- Дозвольте дитині самій вибрати свою першу зубну щітку під час спільного відвідання крамниці. Вирушайте саме за цією покупкою, і дитина сприйме її як важливу подію.
- Ще напередодні дайте дитині змогу регулярно спостерігати за старшими членами родини під час чищення зубів, щоб вона забажала спробувати зробити це й собі.
- Спочатку почистіть їй зуби самі – нехай запам'ятає це відчуття.
- Кілька днів перед тим почніть вчити дитину полоскати рота. Доки вона не навчиться випльовувати всю воду, не ковтаючи, не починайте користуватися зубною щіткою.
- Перший урок чищення зубів найліпше проводити мокрою щіткою без пасти. Щітка має бути м'яка – це особливо важливо. Жорстка щітка може викликати болючі відчуття в яснах, і малюк не захоче вчитися далі.
- Вкладіть щітку дитині в ручку, обхопіть її своєю рукою і починайте разом. Спочатку вгору-вниз. Потім з боку в бік. Далі треба виполоскати рота й виплюнути воду. Більшості дітей ця процедура видається приємною і цікавою, тому намагайтеся, аби не змінилося таке ставлення до неї.

3. Коли розпочинати привчати малюка самому вдягатися?

Близько року. Дехто з дітей виявляє цікавість до цього ближче до двох років, і майже всім потрібна допомога, принаймі років до трьох. Особливо складну роботу – скажімо, зав'язування шнурків – доведеться відкласти ще на рік.

Ваша участь:

- Спершу нехай «допомагає»вам вдягати себе: піднімає або простягає ручки, показує, що вдягти спочатку, а що потім.
- Пограйте у хованки. Одяг затулив обличчя: « Де ж наше малятко? Ось воно!» Голівка вигулькує з горловини. Така нехитра гра внесе веселощі у неприємну процедуру натягування через голову светриків та футболок.
- Вигадайте ігри й самі: ось гадюка заповзає в нірку, ось поїзд іде через тунель. У процесі гри дитина зможе непомітно для себе перехопити ініціативу, відчувши бажання вдягатися самій.
- Купуйте зручний для вдягання одяг. Уникайте светриків із затісною горловиною, вибирайте штанці на гумці, а не на гудзиках.
- Дівчаткам добре допомагають ігри з одяганням ляльок. Просунути ляльчину руку в рукав набагато простіше, ніж власну. Хлопчик також може вдягнути свого улюбленого ведмедика у свої маленькі сорочечки й повзунці.
- Розібратися, куди просувати голову, руки й ноги – завдання непросте. Воно потребує часу. Більшість дітей легко опановує саму техніку вдягання, аніж географію отворів. Тож спершу розкладайте і давайте дитині речі,

заздалегідь підготовлені. В колготках згорніть верхню частину, щоб було видно «ніжки». Светрики й футболки кладіть до дитини передом донизу, трохи відгорнувши спинку.

- Залишайте вдосталь часу: неможливо вчитися серйозної справи поспіхом. Тож немає сенсу братися за самотійне вдягання вранці, коли всі поспішають (але якщо ви вранці нікуди не поспішаєте, це – найзручніший час). Дитина має успішно завершити свою справу, щоб відчути задоволення і гордість. А вам необхідний спокій, щоб дати їй цю можливість і допомогти.

4. Коли привчати малюка самому застібатися?

Між двома і трьома роками. Знімну «блискавку» вам доведеться ще досить довго вставляти у вихідне положення.

Ваша участь:

- Правильно вибирайте гудзики. Ті, на яких дитина вчиться, мають бути розміром хоча б як 5-копійна монета (більші - кращі). Петлі також мають бути досить великими, щоб гудзик легко прослизав. Якщо у блискавки відсутнє пристосування, яке полегшує застібання, зробіть його самі: просуньте в отвір застібки мотузочок або вдягніть металеве колечко від ключів. Потім покажіть, як ви з'єднуєте кінці «блискавки», і притримуєте їх униз, доки дитина тягнутиме колечко вгору.
- Застібайте одне одного. Впоратися з чужими гудзиками та «блискавками» легше, ніж з власними. Тож спочатку нехай дитина потренується на вас.

5. Коли розпочинати привчати малюка самотійно взуватися?

Близько року дитина може «допомагати» вам, правильно вставляючи ніжку у черевичок. Вчитися взуватися сама вона почне лише після двох або навіть ближче до трьох років. Шнурки обличте на пізніший час: малий спроможеться зав'язати їх як слід десь під п'ятий рік. Коли є змога, купуйте дитяче взуття на липучках. Дитина впорається з ними навіть раніше, ніж навчиться взуватися.

Ваша участь:

- Навчіть дитину розрізняти, де правий черевик, а де лівий.
- Розгортайте черевички якомога ширше, щоб ступня легко проходила до середини.
- Не забувайте хвалити дитину, яка успішно пододала хоча б один етап.
- Показуйте, як протягуються й зав'язуються шнурівки. Навіть якщо малий ще не зможе відтворити ці дії, він принаймі побачить їх і зрозуміє.
- Довгими й грубими шнурівками легше маніпулювати, тож для тренування можна дати дитині свої черевички чи кросівки.

Обережніше з критикою!

- Якщо ваша дитина вдягнула куртку «догори ногами» й каптурик звисає аж до підлоги, не карайте її: «Глянь, дурненький, як ти вдягнув!», а скажіть: «Яка дурненька курточка – перекинулася догори ногами! Давай допоможемо їй...».
- Якщо дитина шкандибає у черевиках не на ту ногу, не кажіть, що вона усе переплутала. Зверніть її увагу на те, що черевички посварилися і відвернулися один від одного. Запропонуйте їм помиритися.
- Якщо слон, який має бути на светрику спереду, опинився на спині, то, може, ця дрібна пригода взагалі не заслуговує на увагу. У кожному разі вона блідне перед величчю хвилини: адже ваша дитина сама, без сторонньої допомоги вдягнула цей светр! Відсвяткуйте подію. А коли вам треба кудись іти з нею, знайдіть спосіб ненароком поміняти місцями светриків перед і спинку або ж просто вдягніть інший.
- Якщо дитина не може з'єднати половинки роз'ємної «блискавки», не хапайтеся: «Дай я зроблю», а скажіть: «Я знаю, це найважча справа. Давай я почну, а далі ти сама застібатимеш».

Література

1. Беджамин Г. «Хорошее зрение без очков». Наб. Челны, 1994
2. Бейтс У.Г. «Улучшение зрения без очков по методу Бейтса». М., Дефакто, 1968
3. Брег П. «Советы по улучшению зрения». М., 1998
4. Демирчоглян Г.Г. «Тренируйте зрение». М., Советский спорт, 1990
5. «Дошкільне виховання», №1, 2006
6. «Дошкільне виховання», №12, 2006
7. «Дефектологія», №2, 2006
8. Корбет М.Д. «Как приобрести хорошее зрение без очков». М., Дефакто, 1990

9. Навчально-виховні програми та методичні рекомендації для спеціальних дошкільних закладів для дітей з вадами зору. К. ІЗМН, 1996
10. Обучение и воспитание детей с нарушением зрения в дошкольных учреждениях/Сост. М.И. Земцова, Л.И. Плаксина, Л.Ю. Феоктистова. М., 1978.
11. Плаксина Л.И. Развитие зрительного восприятия у детей с нарушениями зрения. М., 1988
12. Тарханова Ю.С. «Коррекция зрения у детей». Ростов-на-Дону, Феникс, 2000