

Советы специалистов

Советы тифлопедагога родителям будущего первоклассника



Скоро ваш ребенок пойдет в школу. У вас появится много вопросов о том, как сохранить зрение ребенка в дальнейшем, какие факторы помогают в восстановлении зрения. В школе, в домашней обстановке родители должны учитывать рекомендации врача, тифлопедагога.

Предлагаю общий перечень рекомендаций:

Следует проводить периодические осмотры у врача - офтальмолога с целью контроля за состоянием зрения.

Сроки повторного осмотра устанавливает врач. Если врач прописал очки *для занятий*, их нельзя использовать в повседневной деятельности. В некоторых случаях улучшить остроту зрения удастся с помощью очков. Как следует пользоваться, постоянно или периодически, для дали или близи - решает глазной врач. Родители постоянно придерживаются его рекомендаций.

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

Иметь запасную пару очков на случай, если очки окажутся неисправными.

В школе, дома очки хранить в футляре, приучать класть их на стол, парту стеклами вверх.

Проверяйте, чтобы очки были удобны ребенку, он может вырасти из них.

По мере улучшения зрения своевременно менять очки.

Нельзя допускать, чтобы ребенок пользовался чужими очками.

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

Детям, имеющим диагнозы: амблиопия, сходящееся косоглазие, миопию, книги читать и рассматривать на подставке, при расходящемся – на столе.

Оптимальное расстояние от глаз ребенка до книги – 25-30 см.

Чередовать занятия с активным отдыхом. Во время выполнения зрительной работы нужно устраивать кратковременные паузы.