**Е. В. Андрющенко**

ст. преподаватель КРДО ГБУ ДПО ЧИППКРО

**Семинар-практикум, как эффективная форма взаимодействия с родителями, воспитывающими детей с нарушениями зрения**

Воспитание и обучение детей с нарушениями зрения сложная и кропотливая работа, которая требует больших усилий, как педагогов, так и родителей.

В федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» ведущим признано семейное воспитание. В соответствии с этим законом первыми педагогами являются родители, в обязанности которых входит закладка основ нравственного, личностного, интеллектуального и физического развития маленького гражданина. В отрыве от семьи развитие этих навыков невозможно. [1]

Но родители, воспитывающие детей с нарушениями зрения, зачастую испытывают трудности из-за непонимания таких вопросов как: как и что видит их ребенок, а что не видит, как правильно научить его рисовать и т.д. Непонимание проблем своего ребенка, неумение помочь своему ребенку вызывает у родителей чувство тревоги.

В Примерной адаптированной основной образовательной программе дошкольного образования для детей раннего и дошкольного возраста с функциональными расстройствами зрения (ФРЗ), в том числе для детей с амблиопией и косоглазием определены задачи реализации АООП. Одной из которых, является: обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи с повышением компетентности родителей в вопросах особенностей развития и воспитания, образования детей с ФРЗ. [2]

Одним из приоритетных направлений деятельности дошкольной образовательной организации, является: «Организация и осуществление мероприятий по повышению родительской сознательности и компетентности в решении вопросов развития функциональных возможностей детского организма в условиях ОВЗ, поддержание и развитие нарушенного зрения с формированием адекватного отношения к настоящим и будущим зрительным возможностям». [2]

Необходимость взаимодействия и сотрудничества детского сада и семьи - это требование социальных условий времени, нельзя вырастить настоящего человека без стремлений обеих сторон к успеху. Решающим условием взаимодействия и построения партнерских взаимоотношений является сближение педагогов и родителей воспитанников, которое достигается доверительным общением.

Дошкольные образовательные учреждения используют разнообразные методы взаимодействия с семьями, воспитывающими детей с нарушениями зрения. Это такие методы как: родительские собрания, индивидуальные консультации, наглядная информация, семейные клубы и т.п. Очень хорошо себя зарекомендовали семинары-практикумы. Эта форма работы дает возможность рассказать о способах и приемах обучения и воспитания, показать их. Тифлопедагог на семинаре-практикуме рассказывает родителям о офтальмологических диагнозах их детей, рассказывает о трудностях, которые испытывают их дети в условиях недостаточного зрения, дает возможность родителям встать на место своих детей, дает рекомендации как сохранить и укрепить зрение. Родители вместе с тифлопедагогом делают зрительные гимнастики. У родителей появляется возможность не только слушать педагогов, но и самим активно участвовать. Дискутировать, задавать вопросы, обсуждать все проблемы и совместно с педагогами находить решения.

Ниже предлагается конспект семинара – практикума для родителей воспитывающих детей с нарушениями зрения.

**Конспект семинара – практикума: «Миопия. Путешествие в город близоруких людей»**

**Ведущий:** Андрющенко Елена Валерьевна, учитель-дефектолог, тифлопедагог высшей категории

**Участники:** родители детей имеющих диагноз – миопия

**Цель:** Познакомить родителей с заболеванием – миопия: причинами возникновения, основными симптомами, методами лечения и коррекции. Рассказать об особенностях зрительного восприятия детей с диагнозом миопия. Дать рекомендации по сохранению и укреплению зрения.

**Задачи:** Повысить компетентность родителей в вопросах воспитания и развития детей с миопией. Установить партнерские отношения с семьей каждого ребенка; объединить и направить усилия родителей для развития и укрепления зрения детей.

**Оборудование:** презентация на тему, специальные очки, гимнастическая скамейка, разметка на полу – прямые и изогнутые линии.

**Ход:**

Добрый день уважаемые гости, мы рады приветствовать вас в городе близоруких. Наш город самый густонаселенный 1.8 миллиарда человек на Земле болеют миопией.

При миопии человек видит хорошо предметы находящиеся вблизи и плохо предметы, которые находятся вдали.

Разберемся, почему же так происходит. И так при нормальном зрении изображение, которое видит наш глаз, должно попадать на сетчатку. При миопии глаз имеет вытянутую форму, так называемый «длинный глаз» и поэтому изображение не доходит до сетчатки. Зачастую люди с миопией прищуривают глаза или нажимают на нижнее веко, тем самым сжимают глаз и получают более четкое изображение. Или носят очки с минусовыми линзами. Миопия может быть врожденной, то есть ребенок рождается с такой формой глаза. Причиной этого может быть наследственность, если у родителей или других родственников есть миопия. У большинства детей вытянутая форма глаза может сохраняться в период дошкольного возраста как физиологическая норма, при этом острота зрения минус 0.7-0.9 считается нормой. [3, стр. 46-48]

Мы предлагаем вам попасть в мир близоруких при помощи этих очков, оденьте их и посмотрите на экран. При близорукости дети плохо видят предметы, которые находятся на расстоянии. Расскажите, что вы видите на экране. Опишите свои ощущения.

Если у вашего ребенка миопия и ему прописаны очки, их необходимо носить постоянно!

В дошкольном возрасте очки это не только метод коррекции остроты зрения, как у взрослых людей, но и метод лечения. Правильно подобранные очки позволяют глазу не напрягаться, когда ребенок всматривается вдаль, а работать в щадящем режиме. Ношение очков позволяет повысить остроту зрения, что дает возможность ребенку получать правильную и полноценную информацию об окружающем его мире.

Ношение очков это еще и гарантия безопасности вашего ребенка. Сейчас объясню почему. Давайте поиграем. Оденьте наши специальные очки и пройдите по линиям на полу, по гимнастической лавочке, между стульями, бросьте мяч в корзину. Только не торопитесь. Помните о безопасности. А теперь снимите очки и проделайте все это в условиях нормального видения предметов и пространства. Давайте обсудим ваши впечатления. Что было сложно, и когда были опасные ситуации.

Миопия бывает врожденной и приобретенной. Большая зрительная нагрузка может стать причиной развития миопии или прогрессирования уже имеющейся миопии. Что же происходит с нашими глазами, когда мы долгое время смотрим на предметы находящиеся вблизи - на экран монитора, телефона, читаем, пишем, рисуем.

Когда мы смотрим на предметы вблизи реснитчатые мышцы, которые держат хрусталик и регулируют его толщину, сжимают хрусталик, он становится толстым и предмет четко видно. Но если очень долго смотреть, например, на экран компьютера, более 30 минут. То реснитчатые мышцы устают удерживать хрусталик в сжатом состоянии, и происходит спазм этих мышц. И когда вы отрываетесь от компьютера и смотрите вдаль, резкости изображения нет. Хрусталик остался сжатым. Чтобы помочь реснитчатым мышцам отдохнуть, надо посмотреть вдаль и вблизи поочередно. Мышцы, которые держат глаза и помогают поворачивать газа, глазодвигательные мышцы, от долгого удерживания глаз в одном положении устают и начинают сжимать глаз, глаз удлиняется. Все это приводит к развитию миопии.

После выполнения работы на близком расстоянии надо дать глазам возможность посмотреть вдаль, тем самым снять напряжение. Давайте выполним очень простое упражнение: смотрим на палец (на расстоянии 30-40 см), затем на точку на экране (расстояние 2-3 метра), и еще несколько раз вблизи-вдали, вблизи-вдали.

Для лечения миопии и профилактики развития миопии необходимо делать упражнения, которые помогут Вам и вашим детям сохранить и улучшить зрение.

Цель упражнений: укрепление глазодвигательных мышц, улучшить кровоснабжение глаз.

Давайте сделаем эти упражнения вместе. Они очень простые.

# Гимнастика для глаз по методике Э.С.Аветисова.

*Упражнения для улучшения циркуляции крови и внутриглазной жидкости.*

Упражнение 1. Сомкните веки обоих глаз на 3-5 секунд, затем откройте их на 3-5 секунд; повторите 6-8 раз.

Упражнение 2. Быстро моргайте обоими глазами в течение 10-15 секунд, затем повторите то же самое 3-4 раза с интервалами 7-10 секунд.

Упражнение 3. Сомкните веки обоих глаз и указательным пальцем соответствующей руки массируйте их круговыми движениями в течение одной минуты.

Упражнение 4. Сомкните веки обоих глаз и тремя пальцами соответствующей руки слегка надавливайте на глазные яблоки через верхние веки в течение 1-3 секунд; повторите 3-4раза.

Упражнение 5. Прижмите указательными пальцами каждой руки кожу соответствующей надбровной дуге (указательные пальцы «лежат» на бровях) и закройте глаза, при этом пальцы должны оказывать сопротивление мышцам верхних век и лба; повторите 6-8 раз.

*Упражнения для укрепления мышц.*

Упражнение 1. Медленно переведите взгляд с пола на потолок и обратно, не меняя положения головы; повторите 8-12 раз.

Упражнение 2. Медленно переводите взгляд вправо, влево и обратно; повторите 8-10 раз.

Упражнение 3. Медленно переводите взгляд вправо - вверх, затем влево - вниз и обратно. После этого переводите взгляд по другой диагонали — влево - вверх, вправо - вниз и обратно; и так -8-10 раз.

Упражнение 4. Делайте круговые движения глазами в одном, затем в другом направлении; повторите 4-6 раз.

Все эти упражнения очень простые и в тоже время очень эффективные. Их необходимо выполнять каждый день.

Ваши дети посещают группы компенсирующей направленности для детей с нарушениями зрения. В детском саду созданы все условия для лечения и оказания коррекционной помощи вашим детям. В лечебном офтальмологическом кабинете ребята проходят курсы лечения на специальных аппаратах с использованием современных технологий. На коррекционных занятиях тифлопедагога развивают зрительное восприятие, умение ориентироваться в пространстве, развивают социально-коммуникативные навыки. Мы всегда готовы и рады помочь вашим детям, но без вашей помощи нам не обойтись.

Вот простые рекомендации для вас:

1. Если у вашего ребенка миопия и ему выписаны очки, он должен их носить.
2. Работать за компьютером, смотреть телевизор ребенок должен в очках.
3. Четкое дозирование зрительных и физических нагрузок, частый отдых для глаз.
4. Книги и раскраски, которые вы покупаете своим детям, должны быть: с четкими картинками, контрастными контурами, на светлом однотонном фоне и соответствовать возрасту.
5. Пожалуйста, помните:

- в комнате, где играет и занимается ваш ребенок должно быть хорошее освещение;

- рисовать, читать, писать ребенок должен за столом соответствующим его росту;

- смотреть телевизор, играть на компьютере ребенок должен при хорошем освещении. Через каждые 15 минут необходимо делать паузы и предлагать ребенку смотреть вдаль или делать зрительную гимнастику;

- не разрешайте ребенку смотреть видео или читать текст с экрана телефона, это вызывает большое напряжение глаз.

 Очень важно регулярно посещать детский сад, где ребенок получает лечение и посещает коррекционные занятия и соблюдать рекомендации педагогов и врача офтальмолога.

А сейчас я готова ответить на ваши вопросы.

Сегодняшняя наша встреча подошла к концу. Благодарю вас за сотрудничество!

**Список литературы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием. От 07.12.2017 г.
3. Рубан, Э. Д. Мой ребенок носит очки! Профилактика и коррекция зрения у детей / Э. Д. Рубан, Л. Г. Шереминская. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 283с.