

Когда очки не помогают и нужна помощь тифлопедагога (направление на ПМПК)

Очки не решают всех задач, если у ребёнка сложное нарушение или сочетание с другими особенностями развития. В таких случаях нужна помощь тифлопедагога: он оценит, как ребёнок реально использует зрение, подберёт специальные приёмы и материалы, поможет адаптировать задания и научит задействовать другие ощущения (слух, осязание).

Если замечаете, что даже в очках ребёнку тяжело читать, ориентироваться в пространстве или усваивать программу - обсудите с офтальмологом направление на ПМПК.



«В очках зрение портится» - НЕПРАВДА

- «Нужно заставлять снимать очки, чтобы глаза тренировались» - ОПАСНЫЙ МИФ

- «Если ребёнок в очках, ему нужны спецусловия» - НЕ ВСЕГДА



Если вы заметили, что у ребёнка стойкие трудности со зрением, которые мешают обучению, - рекомендуйте родителям обратиться в ПМПК. Только комиссия может определить, нужны ли ребёнку специальные условия обучения (тифлопедагог, адаптированная программа, специальные технические средства).

Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Луганской Народной Республики «Центр психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Развитие»



**СОХРАНЯЕМ
ЗРЕНИЕ ДЕТЕЙ:
ЧТО МОЖЕТ
СДЕЛАТЬ
ПЕДАГОГ**

Для кого:
все педагоги

**ЕСЛИ РЕБЁНОК НОСИТ ОЧКИ:
ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ УЧИТЕЛЮ**

Если ребёнок забыл очки дома:



- **Поговорите с учителем** - попросите посадить ребёнка ближе к доске и к наглядным материалам.
- **Попросите учителя дублировать написанное на доске** (например, присылать фото записей в чат).
- **Сократите зрительную нагрузку:** по возможности уменьшите объём письменных заданий, где важна чёткость мелкого текста.
- **Делайте перерывы** каждые 20–30 минут: пусть ребёнок смотрит вдаль, делает простую гимнастику для глаз.
- **Не ругайте ребёнка** - лучше продумайте систему напоминаний (чек-лист утром, отдельный чехол для очков и т. п.).
- **При повторяющихся случаях - проконсультируйтесь с офтальмологом:** врач подскажет, как действовать и нужна ли запасная пара очков.



ВАЖНО: ОЧКИ — ЭТО КОРРЕКЦИЯ, А НЕ ЛЕЧЕНИЕ.
ЕСЛИ ЗРЕНИЕ ПРОДОЛЖАЕТ ПАДАТЬ — К ВРАЧУ!

Можно ли ребёнку в очках заниматься физкультурой?



Как помочь ребёнку, который стесняется носить очки (работа с классом)

- **Поговорите с классом** деликатно. «Иногда врачи назначают очки - это не стыдно, а забота о себе. У многих героев и даже блогеров они есть, и это часть стиля».
- **Следите за атмосферой.** Если замечаете, что кто-то из детей подшучивает, мягко пресекайте.
- **Предложите вариант с выбором.** Если есть возможность, обсудите с ребёнком и родителями подбор оправы вместе.
- **Подключите родителей.** Попросите маму или папу поддержать ребёнка дома: хвалить за ношение, вместе искать примеры крутых людей в очках, обсуждать, как очки помогают в учёбе и играх.
- **Будьте терпеливы.**

Да, ребёнок в очках может заниматься физкультурой, но аккуратно.

Главное:

- **обязательно проконсультироваться с офтальмологом** - он скажет, есть ли ограничения;
- **на уроке следить, чтобы очки надёжно держались** (лучше в спортивной оправе или с фиксатором), не запотели и не мешали;
- **избегать травмоопасных упражнений** (контактные игры, прыжки с высоты, акробатика и т. п.) - если врач их запретил.

