

ГБОУ школа-интернат №1 имени К.К.Грота Красногвардейского района г.Санкт-Петербурга

## **Журнал консультаций**

**руководителей и педагогических работников образовательных организаций,  
родителей детей с нарушениями зрения  
по вопросам обучения, воспитания, развития, диагностики, коррекции и профилактики  
вторичных отклонений детей с нарушениями зрения**

**2021г.**

N	Вопрос	Ответ
1	Развивать осязание и мелкую моторику нужно только у незрячих детей, или у слабовидящих тоже?	Слабовидящие дети так же, как и незрячие, нуждаются в развитии осязания и мелкой моторики рук и пальцев. Опора при знакомстве с предметами окружающего мира только на неполноценное зрение у слабовидящих не способствует адекватному их отражению, задерживает успешное формирование умений и навыков, обеспечивающих правильность и точность выполнения различных предметно-практических действий в учебе и быту.
2	Как научить незрячих детей пользоваться мимикой в соответствии с ситуацией?	<p>Развитие неречевых средств общения у ребёнка с нормальным зрением происходит по подражанию в процессе общения с взрослыми и сверстниками. Дети с нарушением зрения резко ограничены или лишены возможности, овладеть неречевыми средствами коммуникации по зрительному подражанию. Сам процесс обучения ребенка мимическим и пантомимическим движениям состоит из четырех основных этапов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• снятие напряжения мышц или напротив – повышения их тонуса (массаж, упражнения и т.д.);</li> <li>• знакомство с мимикой, жестами, позами (на тактильных рисунках, на схемах, на куклах и т.д.);</li> <li>• обучение выразительным движениям лица и тела (показ на себе и тактильное обследование ребенком, изображение ребенком мимических и пантомимических движений и их корректировка взрослым, составление на изображениях);</li> <li>• включение неречевых средств общения в этюды и игры, а затем в повседневную коммуникативную деятельность.</li> </ul> <p>При обучении мимическому воспроизведению различных эмоциональных состояний в начале вводятся положительные эмоции (радость, удовольствие, любовь, удивление), потому что они, как правило, распознаются легче, чем отрицательные (печаль, гнев, отвращение). Важно правильно организовывать наблюдение выразительных движений лица и тела с помощью всех сохранных анализаторов. В качестве наглядных пособий могут выступать адаптированные картинки (рельефные для слепых, оконтуренные и хорошо раскрашенные для слабовидящих, а также муляжи, барельефы, рельефы, маски) и сам педагог.</p> <p>При изучении мимических выражений эмоциональных состояний брови, глаза, рот, морщинки на барельефе или маске лица должны быть четко выделены, чтобы слабовидящие дети могли воспринимать лицо не только осязательным, но и зрительным способом. Обследование обязательно должно сопровождаться словесным описанием (брови приподняты, глаза и рот широко раскрыты и округлены и т.д.). Знакомя детей с жестами и позами, необходимо использовать приём сопряженных действий, который помогает детям правильно принять нужную позу. Все жесты, позы, выражения лица, с которыми педагог знакомит детей, необходимо четко выражать словами.</p>

		Немаловажную роль в разучивании выразительных движений детьми играет театрализация. Прием театрализации помогает детям с нарушениями зрения оставить свои привычные специфические (стереотипные) движения, жесты, что невыгодно их отличает от нормальнозрящих, и усваивать общепринятые манеры, постановку головы, движение рук, позы.
3	Как объяснить незрячим что такое цвет?	Незрячие дети с остаточным зрением, с сохранным цветоощущением могут различать предметы по цвету. В зависимости от зрительного диагноза могут быть ошибки, неточности и т.д. Что касается totally слепых детей, детей, которые не имеют цветоощущения, они имеют представления о цветах, связанные с конкретными объектами. То есть ребенка с детства обучают тому, что помидор красный, а трава, огурец и т.д. зеленые. Часть исследователей настаивает на феномене «кожного зрения», утверждая, что слепые способны определить цвет предметов на ощупь благодаря кожно-оптическому чувству.
4	Дети с ОВЗ и дети с инвалидностью - это одно и то же?	Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья – это разные категории. Инвалид (до 18 лет ребенок-инвалид) – лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты (Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ, ст. 1). Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья – физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий (пункт 16 статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»). Статус инвалида (ребенка-инвалида) присваивает бюро медико-социальной экспертизы, статус ребенка с ОВЗ – психолого-медико-педагогической комиссия. Исчерпывающего перечня заболеваний, при наличии которых обучающиеся признаются с ОВЗ, нет. ПМПК принимает решение о выдаче заключения коллегиально с учетом особых образовательных потребностей обучающихся и индивидуальной ситуации развития. Таким образом, категория «обучающийся с ОВЗ» определена не с точки зрения собственно ограничений по здоровью, а с точки зрения необходимости создания специальных условий получения образования, исходя из решения коллегиального органа – ПМПК. Не каждому ребенку-инвалиду требуются специальные условия для получения им образования. Тогда он, не обучающийся с ОВЗ, и получает реабилитационные услуги в иных сферах (здравоохранении, социальной защите, но не образовании). Вместе с тем один и тот же обучающийся может быть и инвалидом, и лицом с ОВЗ. В таком случае у него есть и заключение ПМПК, и ИПРА инвалида, в которой в разделе, посвященном образовательной реабилитации, должна быть пометка о необходимости в образовательной реабилитации.

5	Зачем нужна ИПРА ребенку-инвалиду?	<p>Индивидуальная программа реабилитации (ИПРА) носит для инвалида рекомендательный характер, он вправе отказаться от того или иного вида, формы и объема реабилитационных мероприятий, а также от реализации программы в целом.</p> <p>Однако нужно помнить, что ИПРА — это не просто список необходимых технических средств реабилитации. ИПРА включает в себя все мероприятия, необходимые инвалиду, начиная с медицинской и заканчивая социальной реабилитацией, направления на санаторно-курортное лечение, профессиональное обучение, социальную адаптацию и другие мероприятия, необходимые инвалиду для полноценной реабилитации.</p> <p>Отказ инвалида (или лица, представляющего его интересы) от индивидуальной программы реабилитации в целом или от реализации отдельных ее частей освобождает уполномоченный орган от ответственности за ее исполнение и не дает инвалиду права на получение компенсации за самостоятельно приобретенное изделие.</p> <p>Финансирование реабилитационных мероприятий указанных в ИПРА осуществляется за счет средств Федерального бюджета, средств бюджетов субъектов Российской Федерации. За счет средств федерального бюджета происходит финансирование реабилитационных мероприятий, предоставление технических средств и оказание услуг, входящих в федеральный перечень. За счет средств региональных бюджетов может финансироваться проведение реабилитационных мероприятий, предоставление технических средств и оказание услуг, определенных в ИПРА, но не входящих в федеральный перечень.</p> <p>Если предусмотренное индивидуальной программой реабилитации техническое или иное средство либо услуга не могут быть предоставлены инвалиду или, если инвалид приобрел соответствующее средство, либо оплатил услугу за собственный счет, то ему выплачивается компенсация в размере, определенном Приказом Минздравсоцразвития России от 31.01.2011 г. № 57Н «Об утверждении порядка выплаты компенсации за самостоятельно приобретенное инвалидом техническое средство реабилитации и (или) оказанную услугу, включая порядок определения её размера и порядок информирования граждан о размере указанной компенсации».</p>
6	Что лучше ассистент или тьютор для сопровождения ребенка с ОВЗ?	<p>Требования к образованию тьютора и ассистента разные.</p> <p>У тьютора должно быть высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» либо Высшее образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению профессиональной деятельности в организации, осуществляющей образовательную деятельность.</p>

		<p>Должность тьютора отнесена к должностям педагогических работников, требования к квалификации — высшее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» и стаж педагогической работы не менее 2 лет.</p> <p>Ассистент (помощник) по оказанию технической помощи должен иметь среднее общее образование и краткосрочное обучение, или инструктаж на рабочем месте, или профессиональное обучение по программам профессиональной подготовки по профессии рабочих, служащих «Ассистент по оказанию технической помощи инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья» без предъявления требований к стажу работы.</p> <p>Таким образом, должность ассистента (помощника) по оказанию технической помощи не относится к должностям педагогических работников. Ассистент (помощник) оказывает обучающимся с инвалидностью и ОВЗ техническую помощь в процессе получения образования указанными обучающимися.</p>
7	Может ли школа сама назначать ассистента или тьютора?	<p>Школа может по собственной инициативе может ввести в штатное расписание должности тьютора или ассистента, не дожидаясь соответствующего заключения ПМПК в отношении конкретного учащегося. Из ФГОС ОВЗ следует, что в реализации адаптированных основных общеобразовательных программ начального общего образования «при необходимости» возможно временное или постоянное участие тьютора и ассистента (помощника). На школьном ПМПК (консилиуме) может быть принято решение о том, что ребенок, получающий образование по АООП НОО, действительно нуждается в помощи таких специалистов. Из письма Минпросвещения России от 20 февраля 2019 года № ТС-551/07 “О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью” следует, что в случае отсутствия в заключении психолого-медико-педагогической комиссии таких рекомендаций психолого-медико-педагогическим консилиумом образовательной организации может быть принято решение о предоставлении услуг по тьюторскому сопровождению и (или) сопровождению ассистента (помощника) по оказанию технической помощи, в том числе относительно периода предоставления услуг тьютора и (или) ассистента (помощника):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• на период адаптации обучающегося в образовательной организации;</li> <li>• на какой-либо промежуток времени (учебную четверть, полугодие, учебный год);</li> <li>• на постоянной основе.</li> </ul>
8	Может ли родитель выступать в качестве тьютора или ассистента?	<p>Есть должности: тьютор и ассистент. Тьютор - педагогический работник в соответствии с разделом «Квалификационные характеристики должностей работников образования» Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих (утв. приказом Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26 августа 2010 г. №761н). Поэтому, тьютору необходимо обязательно иметь высшее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» и стаж педагогической работы не менее 2 лет. Образовательное учреждение само-</p>

		<p>стоятельно решает вводить в штатное расписание должность тьютора или нет. Ассистент только оказывает техническую помощь, поэтому такие требования к нему не предъявляются. Соответственно, родители детей с ОВЗ в целях скорейшей адаптации ребенка к образовательной среде, оказания ему необходимой помощи (передвижение, обслуживание и т.д.), могут быть допущены в образовательные организации в качестве ассистентов при соблюдении определённых условий (медицинское заключение и др.).</p>
9	На какой срок назначают ассистента или тьютора?	<p>Рекомендация о необходимости, периоде предоставления услуг по тьюторскому сопровождению и (или) сопровождению ассистента (помощника) по оказанию технической помощи обучающемуся указывается в заключении психолого-медико-педагогической комиссии. Если в заключении ПМПК таких рекомендаций нет, то психолого-медико-педагогическим консилиумом школы может быть принято решение о предоставлении услуг по тьюторскому сопровождению и (или) сопровождению ассистента (помощника) по оказанию технической помощи, в том числе относительно периода предоставления услуг тьютора и (или) ассистента (помощника):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>на период адаптации обучающегося в образовательной организации;</li> <li>на какой-либо промежуток времени (учебную четверть, полугодие, учебный год);</li> <li>на постоянной основе.</li> </ul> <p>Также школьным консилиумом образовательной организации может быть пересмотрено решение о предоставлении услуг по тьюторскому сопровождению и (или) сопровождению ассистента, если ребенок показывает положительную или отрицательную динамику развития обучающегося, освоения образовательной программы.</p>
19	Как долго длится урок?	<p>В школах для детей с нарушением зрения урок длится 40 минут.</p>
11	Почему слабовидящие пишут черной пастой?	<p>Ручка с черной пастой — неременный атрибут школы слабовидящих. По исследованиям ученых, черный цвет является наиболее контрастным из всех, поэтому он и принят как обязательный. Следование этому правилу во всех классах слабовидящих способствует поддержанию порядка в тетрадях. Черный цвет обязателен так же, как в массовой школе обязателен синий цвет пасты. Ручку с зеленой пастой используют для выделения и подчеркивания орфограмм, составления схем.</p>
12	Зачем нужны коррекционные занятия?	<p>Все коррекционно-развивающие занятия для учащихся с нарушением зрения направлены на то, чтобы в дальнейшем их социализация и адаптация в обществе была более успешной. Занятия по своей форме больше напоминают тренинги, на которых учащиеся не сидят за партами, а активно овладевают социально-бытовыми навыками, навыками ориентировки в пространстве и коммуникациями. Их знакомят с различными приборами и оборудованием для слепых, с помощью которых их дальнейшая жизнь может быть значительно проще, учат самообслуживанию, этикету, ориентированию в метрополитене, в общественном транспорте, магазинах и на других социальных объектах.</p>

13	Зачем слабовидящему ребенку социально-бытовая ориентировка?	<p>Все коррекционно-развивающие занятия для учащихся с нарушением зрения направлены на то, чтобы в дальнейшем их социализация и адаптация в обществе была более успешной. Занятия по своей форме больше напоминают тренинги, на которых учащиеся не сидят за партами, а активно овладевают социально-бытовыми навыками, навыками ориентировки в пространстве и коммуникациями. Их знакомят с различными приборами и оборудованием для слепых, с помощью которых их дальнейшая жизнь может быть значительно проще, учат самообслуживанию, этикету, ориентированию в метрополитене, в общественном транспорте, магазинах и на других социальных объектах.</p> <p>Преподаватели по социально-бытовой ориентировке учат детей все домашние дела выполнять самостоятельно, используя осязание, обоняние, слух и вкусовую чувствительность. На занятиях социально-бытовой ориентировке дети учатся:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ухаживать за одеждой, обувью, жильем (мыть и подметать полы, чистить ковры, мыть окна и др.).</li> <li>2. Ручной и машинной стирке.</li> <li>3. Гладить одежду.</li> <li>4. Выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки), разные виды швов, накладывать заплатки, штопать.</li> <li>6. Готовить пищу (разные салаты, каши, супы, борщ, макароны, картофель, рыбу и др.).</li> <li>7. Выполнять повседневную и праздничную сервировку стола.</li> <li>8. Пользоваться электроплитами и другими бытовыми приборами.</li> </ol>
14	Как лучше обустроить квартиру для слепого человека?	<p>Чтобы слепой чувствовал себя в своей квартире свободно, надо соблюдать определенный порядок и никогда не нарушать его. Постарайтесь сделать так, чтобы квартира, насколько это возможно, была безопасной для слепого. Не загромождайте квартиру лишней мебелью, безделушками. Слепой должен знать в своей квартире каждый уголок, где и какие предметы находятся. Мебель лучше всего расставлять по периметру комнаты так, чтобы мебель одной ширины стояла по одной стенке. В этом случае можно избегать выступающих углов, о которые слепой может ушибиться. Частые перестановки мебели, если в этом нет необходимости, нежелательны, потому что слепому потребуется много времени для запоминания нового расположения мебели.</p> <p>Двери внутри вашей квартиры должны быть всегда либо закрыты, либо полностью распахнуты. К этому следует приучить всех членов вашей семьи. Полуоткрытые окна и двери могут представлять угрозу для инвалида по зрению.</p> <p>Следите за тем, чтобы в проходах из комнаты в комнату, в коридоре не оставались вещи, о которые незрячий может споткнуться. Чаще всего это бывают табуреты, стулья, ведра с водой, мусором, сумки, портфели, мешки и т. п. Кроме того, старайтесь не загромождать проходы предметами, затрудняющими передвижение (пылесос, стиральная или швейная машина и др.).</p>

		<p>Если вы вешаете полки (книжные, под телефон и др.), светильники, свисающие цветы, то прикреплять их надо, по возможности, выше роста незрячего или в местах, где мало вероятности задеть их при передвижении.</p> <p>Шнуры (телевизионные, от телефона, удлинителей) не должны попадать под ноги. Это создает угрозу для незрячего и может привести не только к повреждению приборов, но и к травмам.</p> <p>Всем членам семьи надо соблюдать раз и навсегда заведенный порядок. Каждая вещь должна храниться в отведенном для нее месте. Это позволит незрячему при необходимости по памяти легко и быстро найти ее. Часто слепые сами создают определенный порядок, расставляют вещи как им удобно. В этом случае им легче привыкать к заведенному порядку хранения вещей.</p>
15	Как помочь слепому сесть?	<p>Часто, желая помочь незрячему сесть, зрячий помощник чуть ли не силой усаживает его на стул или в кресло. Берет его за плечи, разворачивает, толкает к сиденью. Это выглядит некрасиво, очень сковывает инвалида и физически, и морально. Надо просто положить руку незрячего на спинку сиденья: вот стул. И он без труда поймет, куда ему садиться. Если хотите посадить в кресло, положите его руку на подлокотник и скажите: "Кресло справа".</p> <p>Не надо думать, что при любых обстоятельствах как можно скорее необходимо уступить место незрячему. В общественном транспорте это действительно необходимо, так как без зрения трудно сохранять равновесие при движении автобуса. Но в любом случае вам надо лишь показать место, а садиться или нет - незрячий решает сам.</p>
16	Могут ли незрячие играть в шахматы, шашки?	<p>Конечно. Шахматы и шашки являются распространенными видами спорта среди незрячих.</p> <p>Специальные шахматы для слепых внешне выглядят так же, как и те, которыми играют зрячие. Примечательны они тем, что слепые могут играть в них как друг с другом, так и со зрячими. На шахматной доске черные поля относительно белых несколько приподняты, что облегчает незрячему ориентировку. В середине каждого шахматного поля (квадрата) имеется отверстие. Каждая фигура снабжена штырем, исходящим из ее основания. Штырь вставляется в отверстие, и фигуры таким образом прочно фиксируются на определенном поле и не сдвигаются при обследовании руками их положения. Белые фигуры отличаются от черных наличием дополнительной канавки, располагающейся по ободку фигуры, и легко различаются на ощупь.</p> <p>Шашки для слепых также имеют свои особенности. Черные поля на шахматной доске приподняты по отношению к белым так, что каждая шашка находится как бы в ячейке. Это позволяет незрячим свободно обследовать (ощупывать) положение шашек на доске, не боясь их сдвинуть. Белые шашки от черных на ощупь отличаются. Поверхность черных снабжена выпуклым ободком, в результате чего в центре образуется маленький гладкий круг. Шашки белого цвета никакого ободка не имеют, и на ощупь их поверхность воспринимается как гладкий круг. Такие шашки позволяют слепому играть с любым партнером.</p>



17	Как помочь родственнику или другу, находящемуся в состоянии душевного кризиса из-за потери зрения?	<p>Самое первое необходимо помочь ослепшему научиться жить с той проблемой, которая у него возникла, помочь жить без зрения. Родственники, как правило, стараются слепого опекать. Конечно, он нуждается и во внимании, и в заботе, и в помощи; что-то он будет делать только с помощью зрячих. Но если вы его совсем отстраните от всех дел, то от нечего делать он погрузится в свои переживания. Кроме того, если он не пробует что-то сделать сам, то и не знает, может ли справиться самостоятельно. Обязательно привлекайте его ко всем домашним делам, и не забывайте мотивировать похвалой.</p> <p>Также, не следует спорить с человеком, находящимся в состоянии душевного кризиса. Очень хорошо удастся погасить вспышку раздражения у незрячего родственника, если вы сами в это время в хорошем настроении, если вы спокойно и внимательно выслушиваете его недовольство, брюзжание, тогда и он быстро успокаивается, остывает, приходит в себя. Помогите ему выговориться, высказать вслух свои неприятные переживания, обиды, чтобы не доводить дело до взрыва.</p>
18	Могут ли незрячие пользоваться электроприборами?	<p>Человек, потерявший зрение, может прекрасно пользоваться любой бытовой и электротехникой. Слепому трудно мелко шинковать капусту, нарезать морковь, свеклу, картофель. Для этого можно использовать разные шинковки, которыми пользуются зрячие. Поэтому не запрещайте, а учите его пользоваться мясорубкой, кофемолкой, соковыжималкой, шинковками, кухонными процессорами и другой электротехникой.</p> <p>Покупая новый бытовой прибор, обязательно объясните и покажите, из каких деталей он состоит, как он работает и какие надо соблюдать правила техники безопасности.</p> <p>Бытовые приборы старайтесь отбирать такие, которые облегчают слепому самостоятельную ориентировку в окружающих предметах. Например, чайник со свистком позволяет незрячему легко на слух определить момент закипания воды; электрозажигалка является безопаснее спичек при пользовании газовой плитой и другие.</p>
19	В чем разница «ребенку нужна психолого-педагогическая помощь» и «ребенку нужны специальные условия обучения»?	<p>Если речь идет о том, что ребенок нуждается в психолого-педагогической помощи – это означает, что он может обучаться по основной общеобразовательной программе (ООП), но ему требуется небольшая поддержка специалистов (педагога-психолога и/или учителя-логопеда). Такую поддержку образовательное учреждение может предоставить обучающемуся по решению школьного психолого-педагогического консилиума и поход на ПМПК не нужен.</p> <p>Если в рекомендациях ПМПК указаны «специальные условия обучения и воспитания», это означает, что ребенок является «обучающимся с ограниченными возможностями здоровья» и нуждается в специальных условиях для получения образования. Под специальными условиями понимаются условия, определенные Законом об образовании №273 – ФЗ: специальные образовательные программы и методы обучения и воспитания, специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь,</p>

		<p>проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность, и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ.</p>
20	Имеется ли в вашей школе психологическая служба?	<p>Обязательно. В системе школьного образования психодиагностика направлена на изучение адаптации учащихся к школе, исследование детско-родительских отношений, межличностных отношений внутри класса, особенностей развития познавательной, личностной, эмоционально-волевой сферы ребенка. Часто именно благодаря диагностике психолог выявляет проблемы, как во всем классе, так и у конкретных учеников, которые пока еще незаметны со стороны, но которые не могут пройти бесследно. И в этом случае школьный психолог проводит коррекционные и развивающие занятия с детьми как групповые, так и индивидуальные. Формат мероприятий определен как возрастными особенностями учащихся, так и существующей проблематикой.</p> <p>На уровне нашей школы-интерната психолого-педагогическая помощь оказывается специалистами сопровождения школы-интерната: педагогом-психологом, социальным педагогом, учителем-логопедом, - и участниками сопровождения - другими педагогическими работниками.</p>
21	Что обычно выбирают выпускники вашей школы: обычное или специализированное учебное заведение?	<p>Выпускники нашей школы очень успешно сдают ЕГЭ и выбирают для себя различные учебные заведения, как специализированные, так и обычные. Например, Московская специализированная академия искусств, Университет физкультуры имени Лесгафта, РГПУ имени Герцена, Санкт-Петербургский государственный университет, медицинский колледж и др.</p>
22	Как проверить есть ли патология зрения у грудного ребенка?	<p>Новорожденным проводят первую проверку зрения в родильном доме. Эта диагностика позволяет увидеть грубые врожденные пороки органов зрения — катаракту, ретинобластому, глаукому, птоз. Плановые посещения офтальмолога предусмотрены в 1 месяц, в 3 месяца, в 6 и 12 месяцев. На этих осмотрах доктор уже сможет оценить состояние глазного дна, способность зрачка сокращаться при попадании на него луча света, а также выявить некоторые патологии, которые остались незамеченными в роддоме. Но, родители могут и сами увидеть проблемы у своего ребенка. Необходимо наблюдать за ребенком. Обратиться к врачу-офтальмологу необходимо если вы заметили:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. В конце первого месяца не появляется кратковременная заинтересованность на движении крупного объекта, нет реакции на яркий свет.</li> <li>2. Если к трем месяцам не фокусирует взгляд на яркой игрушке.</li> <li>3. Если 4-5 месяцам не пытается потянуться за игрушкой, а держа ее руках не пытается рассмотреть; не узнает лица родных.</li> <li>4. Вертикальные или горизонтальные движения глаз, косоглазие, которые со временем становятся более выраженными.</li> </ol>

23	Как незрячие пользуются компьютером и смартфонами?	<p>Производители смартфонов позаботились о том, чтобы ими могли пользоваться слабовидящие и незрячие. Во всех iPhone есть функция VoiceOver, при включении которой вся информация на экране гаджета начинает озвучиваться синтезатором речи, а все совершаемые действия начинают подтверждаться с помощью голосовых сообщений. Ведущие производители смартфонов на базе Android, такие как Samsung, LG и другие, тоже уже давно встраивают в свои устройства Voice Assistant и при первой активации телефона достаточно нажать кнопку, чтобы он начал говорить с вами на русском языке. В смартфоны также обычно встроены тренажеры, благодаря которым незрячий может научиться выполнять основные необходимые для управления смартфоном жесты.</p> <p>Для компьютера нужна специальная программа экранного доступа JAWS for Windows. Она позволяет синтезаторами речи озвучить все, что написано на экране — тексты, сообщения, названия ярлыков, программ и так далее. С этой программой незрячие могут работать в текстовых редакторах, читать электронную почту, интернет-ресурсы, соцсети и прочее. Главный недостаток – высокая цена, около 30 тысяч рублей. Далеко не все незрячие могут себе такое позволить. Конечно, есть альтернативы, но они существенно уступают по возможностям.</p>
24	Подскажите, пожалуйста, как выбрать трость слепому 10 му ребенку?	<p>Основным критерием подбора трости является рост человека. Можно сделать расчет. Для взрослого это рост минус 50 см, для ребенка до 12 лет - рост минус 30 см. В итоге белая трость должна достигать примерно до подмышки. Также длина трости может зависеть от ширины плеч человека. Если человек имеет очень широкие плечи и бедра, то ему может понадобиться трость длиннее. Главное – трость должна быть впереди на два шага в рабочем положении. Такая трость даёт информацию на два шага вперёд и большую уверенность при передвижении. Слишком длинная трость неудобна так как приходится прилагать усилие для её координации, к тому же она может мешать другим прохожим. Слишком короткая трость не дает достаточно времени на реакцию, так как позволяет ощупать только то, что находится непосредственно у ног незрячего человека, поэтому он вынужден двигаться медленно и с опаской.</p> <p>Трости выпускаются с шагом по 5 см. Если вам нужна трость 123 см, приобретайте трость длиной 125 см. Если выбор ограничен и нет подходящей трости, но есть чуть длиннее и чуть короче, отдайте предпочтение более длинной трости. Это будет безопаснее. Но следует учитывать: чем длиннее белая трость, тем труднее с ней управляться и тем хуже чувствуются небольшие изменения уровня пола (речь идет о ситуациях, когда трость значительно длиннее, чем нужно). Если трость короткая, то остается мало времени на реакцию после столкновения с препятствием.</p> <p>Привыкнув к одной трости, трудно привыкнуть к другой. Поэтому незрячему, не имевшему опыта ходьбы с тростью, надо с самого начала подобрать удобную для него трость, показать, как нужно дер-</p>

		<p>жать трость, чтобы не уставала рука и сохранялась правильная осанка. В этом опять необходима помощь семьи, члены которой на первых этапах хождения незрячего с тростью будут сопровождать и помогать ему в освоении этих навыков.</p>
25	<p>Как передвигаются незрячие?</p>	<p>Способы передвижения незрячих различны. Часть из них передвигается только с помощью зрячих сопровождающих. В данном случае отсутствует сложность самостоятельного передвижения. Другая часть незрячих передвигается с помощью трости или собаки-проводника. Часть незрячих, передвигающихся самостоятельно, без каких-либо средств. Трудности, связанные с проблемами передвижения незрячих, могут носить как объективный, так и субъективный характер. Большое влияние на ориентировку и мобильность незрячих оказывает их собственное отношение к проблеме, их мотивация. Выбор незрячим способа передвижения строго индивидуален, каждый незрячий выбирает его для себя сам, исходя из своих обстоятельств, вкусов, возможностей. Очень большое влияние на выбор того или иного средства передвижения оказывают другие незрячие, которые свободно владеют навыками ориентировки и мобильности. Поэтому недавно потерявшим зрение полезно привести в пример таких незрячих.</p>
26	<p>Почему в музеях можно встретить слепых людей? Разве им там интересно?</p>	<p>Незрячие люди, конечно, посещают музеи и различные экскурсии. Люди с нарушением зрения прекрасно понимают, где, в каком помещении находятся, они так же, как и другие посетители музея, способны ощущать его особую атмосферу. Слова экскурсовода позволяют им получить много новой полезной текстовой информации. В различных музеях много экспонатов, доступных для тактильного восприятия. Кроме того, в программах для незрячих и слабовидящих гостей музея используется тифлокомментарий - лаконичное описание действия или предмета.</p> <p>Ряд музеев Петербурга, которые могут посетить незрячие:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- музей-заповедник "Гатчина" и его программа для слепых и слабовидящих детей "Ощущение дворца";</li> <li>- государственный музей-заповедник "Царское Село" с программой для слепых и слабовидящих детей "Прикоснись к прекрасному";</li> <li>- в Петербургском музее-памятнике "Спас на Крови" созданы специальные экскурсии - проект "Увидеть невидимое" состоит из нескольких приспособлений, которые дают возможность людям с ограничениями по зрению представить, как выглядит этот красивейший храм Петербурга снаружи, а также тактильно "полюбоваться" его внутренним убранством;</li> <li>- экспозиция для слепых и слабовидящих людей в музее городской скульптуры;</li> <li>- экспозиция музея Суворова, включающая в себя макет здания музея, муляжи предметов вооружения и элементов обмундирования, которые можно воспринимать тактильно, и путеводитель, напечатанный азбукой Брайля;</li> <li>- музей игрушки.</li> </ul>

27	Учитывая специфику здоровья, на сколько широк выбор профессии для незрячих людей?	Выбор профессии достаточно широк. Наиболее доступными для слепых и слабовидящих являются следующие профессии и специальности: массажист, музыкант, переплетчик, настройщик музыкальных инструментов, переводчик, юрист, адвокат, преподаватель вуза, журналист, диктор, звукооператор, рекламное дело, лозоплетение, программист.
28	Где можно получить профессию тифлокомментатора?	Профессия тифлокомментатор становится все более востребованной. В России по данной специальности обучают в ИПРПП ВОС «Реакомп» (Москва).
29	Что такое эхолокация и помогает ли она незрячим людям?	Эхолокация — это способность по движению звуковых волн определять положение объектов в пространстве. Для человека - это умение, которое можно развить, натренировав слух. Овладевшие эхолокацией люди, как правило, цокают языком, создавая резкий звук, а затем слушают отражение и по его тональности, громкости и тембру определяют, есть ли вокруг предметы, а если есть, то, где они находятся и какие они. Эхолокация у человека пока изучена недостаточно хорошо, однако результаты тех исследований, которые уже проведены, очень интересны и говорят о большом потенциале способности. То, что хорошо владеющий эхолокацией незрячий человек может видеть мир благодаря звукам, доказывает и пример американца Дэниэла Киша. В младенчестве он лишился глаз из-за рака, а затем самостоятельно, исследуя мир без особых запретов и контроля со стороны взрослых, освоил умение ориентироваться по звуку, отраженному после щелчка языком. Свою способность Киш буквально довел до совершенства: сегодня он не только путешествует и, например, катается на велосипеде при помощи эхолокации, но и учит других людей с нарушением зрения эффективно использовать отраженный звук.
30	Почему важно объяснить ребенку значение белой трости в его жизни?	<p>Некоторые незрячие стесняются ходить с тростью, а у некоторых формируется страх, связанный с их внешним видом в целом. Данная проблема особенно характерна для лиц с врожденной слепотой, в связи с отсутствием у них особенностей подражания поведению зрячих, однако, она встречается и у лиц с приобретённым зрительным дефектом. Это объясняется тем, что потерявший зрение человек ещё совсем недавно ходил без посторонней помощи и сам принимал решения в жизненных вопросах. Людям, имеющим дело с незрячими людьми, необходимо обратить на это внимание. Прежде, чем переходить от одного вида деятельности к другому (ориентировка по зданию, ориентировка на улице), необходимо сформировать у ребенка уверенность в себе, в своих силах. Формирование уверенности - процесс сложный, но при использовании разного рода мотивировок, похвалы, фиксации внимания на внешнем виде человека, приводит к положительному формированию образа себя и позитивно сказывается на процессе адаптации.</p> <p>Важно объяснить ребенку, что трость играет важную роль в жизни незрячего: «Трость - удлиняет руку и расширяет зону обследования для незрячего человека; трость смягчает удар или предупреждает столкновение с предметом (трость первая касается обочины, забора и т.д.); трость генератор звука, т.е. с помощью трости мы можем образовать звук и получить звук, отраженный от препятствий, т.е. можем обследовать пространство и определить наличие в нем предметов (при приближении к зданию удар об</p>

		асфальт будет более глухой, чем в открытом пространстве)». Одно из главнейших ролей трости: трость - предупреждающий знак для водителей транспортных средств. Эту функцию трость приобрела в 1931 году во Франции. В правилах дорожного движения записано, что человек с белой тростью - незрячий человек и надо пропускать его. Формирование у незрячего ребенка правильного представления о белой трости ведет к успешному овладению навыками пространственной ориентировки.
31	Чем различаются рельефно-линейный шрифт и рельефно-точечный?	В 1785 году тифлопедагог Валентин Гаюи изобрел рельефно-линейный шрифт. Это алфавит обычной письменности, переведенный в рельеф. Рельефно-линейный шрифт повторяет очертания обычных букв. Однако, он годится лишь для чтения, но никак не для письма. Рельефно-точечный шрифт создан Луи Брайлем. В основе письма и чтения лежит шеститочие – ячейка, состоящая из двух рядов по три знака в каждом. Из разных комбинаций шести точек составляются все брайлевские знаки: буквы, цифры, знаки препинания и т.п. Всего 63 комбинации. Одной из особенностей использования шрифта Брайля является то, что текст пишется справа налево, а потом письмо переворачивается и написанное читается слева направо.
32	Почему у незрячего ребенка задерживается развитие мускулатуры?	Снижение зрительной информации приводит к снижению двигательной активности. Зрячий ребенок при обнаружении на периферии его поля зрения движущегося объекта инстинктивно поворачивает голову. Ребенок с глубокими нарушениями зрения обычно этого не делает, из-за чего задерживается развитие мускулатуры, он позже начинает держать голову, переворачиваться, сидеть. Информация, получаемая незрячим ребенком с помощью слуха, начинает увязываться им с конкретными действиями или предметами только с 6-7 месячного возраста. Все это приводит к тому, что у незрячего ребенка, по сравнению с его зрячим сверстником, наблюдается снижение общей активности, а это в свою очередь приводит к задержке физического и психического развития.
33	Как правильно кормить грудного незрячего ребенка?	В первые месяцы кормление ребенка слепого или с остаточным зрением не вызывает проблем, так как отсутствие зрения не влияет на способность сосать. Позже, для того чтобы ребенок понял, что происходит, необходимо говорить с ним, сообщать ему, что наступило время еды, и вслед за этим давать бутылочку. В два месяца руки ребенка должны быть положены на бутылочку, чтобы он постепенно научился самостоятельно ее держать. Режим питания слепого ребенка не отличается от режима зрячего. Обучая его навыкам самостоятельной еды, необходимо помнить, что овладение этими навыками требует длительного времени, что ему нужна помощь, сначала в виде совместной деятельности, а в дальнейшем - в виде раздельной, когда взрослый берет на себя выполнение лишь части действий. Знакомить с вкусовыми качествами новой пищи следует постепенно, но так, чтобы к году ребенок уже ел разнообразную еду. Не следует волноваться, если он ест не так, как другие дети. Это может быть связано с тем, что он еще недостаточно активен и ему меньше требуется еды. Уже в возрасте 6 - 7 месяцев малыш должен научиться пить из чашки. С появлением зубов ему нужно давать сухари, печенье, яблоки, вкладывая их в руку ребенка и поднося к его рту. Если он уронит печенье, надо показать ему, как его найти,

		<p>как взять в ручку и поднять. К 6 - 7 месяцам ребенок тащит в рот все, что может держать в руках. Это значит, что наступило время обучать его самостоятельно брать еду и самостоятельно есть. Слепые дети, не имея возможности видеть, как едят другие, быстрее привыкают есть руками, когда их привлекают сильный запах и приятный вкус. Умение есть руками предшествует обучению есть ложкой. Слепому ребенку необходимо осторожно поднимать подбородок, потому что он часто сидит, опустив голову, подносить ложку ко рту и одновременно говорить: "Открой рот". В относительно короткое время ребенок научится открывать рот сразу, как только проглотит новую порцию пищи. Когда ребенок при кормлении с ложки начал захватывать пищу губами, уже не нужно опрокидывать ее, достаточно лишь коснуться ложкой его губ. Чтобы научить малыша самостоятельно пользоваться ложкой, лучше встать за его спиной и его же рукой подносить ложку ко рту. Родители должны почувствовать, когда предоставить ребенку возможность самостоятельно подносить ложку ко рту, помогая только наполнять ее, а впоследствии научить его делать и это самостоятельно, пусть даже с помощью пальцев.</p>
34	<p>Как развивать незрячего ребенка на первом году жизни?</p>	<p>У слепого ребенка уже в первые месяцы жизни возникают вторичные отклонения в развитии, выражающиеся в меньшей активности и подвижности, более позднем выделении отдельных специфических раздражений от жизненно важных для ребенка предметов и явлений окружающего мира. Однако, в благоприятных для психического развития условиях можно предупредить эти отклонения за счет формирования компенсаторных процессов. Самое важное для этого - постоянное общение с ребенком, возбуждение всех сохранившихся анализаторов (остаточного зрения, слуха, осязания, вкуса и т. д.). Также важным условием развития компенсации слепоты на этой стадии является сочетание дистантного слухового восприятия с контактным тактильным и осязательным, установление связей между осязаемыми объектами и их звуковой характеристикой, что позволяет слепому ребенку выделять звук как сигнальный признак предметов и явлений. Помимо этого, необходимо активизировать моторную деятельность ребенка, помогать пассивными движениями и специальной гимнастикой. Необходимо как можно больше разговаривать с ребенком. Общение на всех этапах раннего развития основное условие развития речи ребенка. Не забывайте о добрых и выразительных интонациях. Соедините процесс гуления как выражение доброго расположения ребенка с манипулированием подвешенными над кроваткой игрушками. Делайте это своей и его рукой. Игрушки слепому ребенку старайтесь подбирать звучащие. Говорите с ребенком нормально, расширяя по мере возможности его круг общения с окружающим миром, выражая своими интонациями отношение к предметам, которые вы начинаете вводить в обиход ребенка. Они должны быть достаточно достигаемыми для него. Держа его ручку в своей, поглаживайте, ощупывайте предметы, называя их. Играйте голосом, т. е. меняйте тембр, модуляцию, его направление. Всеми этими действиями вы разрушаете стену, которая стоит между слепым ребенком и окружающим миром, и насыщаете его информативный "голод". Но при этом не используйте "пустых" слов, за кото-</p>

		<p>рыми нет реального мира, иначе в последующем это может вызвать вербализм его знаний, то есть. ребенок научится множеству слов, не зная, что за этим стоит. Если Вы не можете постоянно находиться рядом с ребенком, когда он бодрствует, то включайте музыкальные записи. Музыка и музыкальные сказки, подобранные с учетом возраста ребенка, являются хорошими стимулами для развития слуха, слуховой ориентации в пространстве, подготовки его к использованию речи.</p>
35	Как обучать слепого ребенка навыкам туалета?	<p>Обучение слепого ребенка навыкам туалета, чтобы опрятность и чистота стали для него привычкой, по существу, ничем не отличается от того, что делают родители зрячих детей. В выработке навыков туалета очень важно, чтобы мать была внимательна к поведению своего ребенка и знала способы выражения им неудобства. Не следует начинать высаживать ребенка на горшок слишком рано; надо четко выработать время высаживания (до сна, после сна, после еды и т. д.). И если попытки не всегда увенчаются успехом, не следует настаивать, так как это часто приводит к сопротивлению ребенка, что значительно затян timer время формирования навыка. Никогда не оставляйте ребенка одного на горшке до того, как у него не выработается самостоятельность, и не оставляйте его сидеть долго, так как слепой ребенок, как и зрячий, ищет в таких случаях занятия и у него могут выработаться вредные привычки. К двум годам слепой ребенок, как и зрячий, способен овладеть навыками туалета.</p>
36	Как научить слепого ребенка пить из чашки?	<p>Вначале лучше давать ребенку маленькую кружечку, наполовину наполненную жидкостью, поскольку руки у него еще слабые. Научите ребенка держать кружку сначала двумя руками, а затем за ручку. Помогите малышу пить, слегка поддерживая кружку снизу. Необходимо следить, чтобы кружка не оказалась горячей — это приведет к отказу ребенка держать ее в руках. Возможно, что первое время ребенок будет выпускать кружку из рук сразу же после того, как содержимое попало в рот. Научите ребенка сначала найти свободную площадь стола и только потом ставить кружку. Со временем он научится ставить кружку на стол.</p>
37	Как научить слепого ребенка пользоваться ложкой?	<p>Обучение самостоятельности в еде ложкой довольно сложный, процесс. Прежде всего, нужно познакомить ребенка с ложкой и тарелкой (обследовать и назвать их). Рукой ребенка нужно потрогать дно пустой тарелки, затем положить в тарелку еду (не горячую) и тоже потрогать ее, объясняя при этом каждое свое действие. После этого можно дать ребенку ложку, сказав, что есть нужно ложкой, а не руками, и показать, как надо есть из ложки. Для этого надо зачерпнуть ложкой еду и показать это ребенку (потрогать еду в ложке его рукой). Очевидно, что делать это надо не на протяжении всего кормления, а лишь в его начале. Ребенок может сопротивляться, если взрослый пытается действовать при кормлении его рукой. Можно попробовать положить его руку на свою. Таким образом, рука ребенка будет следовать за рукой взрослого. Движение руки будет согласовываться с движениями головы и губ. После того как ребенок научится держать в руках ложку, наиболее трудной операцией становится зачерпывание пищи. Если пища не жидкая, ребенок часто пытается положить ее в ложку левой рукой и, неся ложку ко рту,</p>



		поддерживать её. Если своевременно начать обучение, то к трем годам ребенок научится самостоятельно есть ложкой.
38	Как научить слепого ребенка застегивать пуговицы?	Справиться с пуговицами можно лишь при условии, если хорошо развиты пальцы рук. Если ребенку трудно просунуть пуговицу в петлю, пальцы его не слушаются, необходима тренировка. Помимо общих упражнений для развития и укрепления пальцев рук необходимы специальные игры-упражнения с пуговицами и другими застежками. Лучше всего превращать эти занятия в увлекательную игру, используя свою фантазию.
39	Как обучить слепого ребенка элементарным гигиеническим навыкам: умываться, чистить зубы?	Обучение элементарным гигиеническим навыкам слепого ребенка практически ничем не отличается от обучения зрячего. Обучая ребенка умываться, внимательно осмотрите ванную комнату: все ли в ней удобно для ребенка, может ли он достать до крана и самостоятельно включить воду, взять умывальные принадлежности, найти свое полотенце. В случае, если раковина расположена слишком высоко для ребенка, необходимо подставить широкую устойчивую скамейку. Купите малышу удобные умывальные принадлежности: зубную пасту и щетку, мыльницу, стаканчик для полоскания рта. Все это должно находиться в доступном для ребенка месте. Чтобы паста, выдавливаемая ребенком из тюбика, попадала именно на щетину, а не на руки, учите ребенка правильно держать щетку: щетиной вверх и так, чтобы указательный пальчик был вытянут вдоль щетины, образуя бортик. Ребенок, держа тюбик с пастой в левой руке, помещает его отверстие на начало ряда щетинок и, осторожно надавливая на тюбик, двигает его по щетине. Указательный пальчик придерживает выдавливаемую пасту. Совместными действиями покажите ребенку, как надо правильно чистить зубы. После чистки зубов ребенок должен прополоскать рот водой из своего стаканчика. Обучаясь умыванию, дети с недостатками зрения не всегда могут быть аккуратными в ванной. Непременно будут и расплесканная вода, и размазанная зубная паста. Какое-то время придется мириться с этим. Но постепенно приучайте ребенка к аккуратности. Обязательно при умывании используйте игровые моменты.
40	Как научить слепого ребенка найти упавший предмет?	Важно научить незрячего ребенка эффективным поисковым приемам. Обратите внимание малыша на то, что всякая вещь, падая, издает какой-либо звук. Упражняйте ребенка в распознавании различных звуков, издаваемых вещами при падении. При этом обратите внимание на направление («упало слева»), характер движения («покатилось, рассыпалось» и пр.) и звука («звук тихий, значит упало на ковер»). Такой анализ поможет эффективнее вести поиски. Если ребенок отыскивает вещь, находящуюся на полу, можно учить его действовать двумя способами: 1-й способ — ребенок сидит на корточках, а ладонью руки совершает поиск предмета, двигая рукой по кругу или по дуге. (Радиус круга или дуги постепенно увеличивается до тех пор, пока ребенок рукой не отыщет вещь).

		<p>2-й способ — если ребенок ищет предмет, зная, что он находится где-то перед ним (на полу, на плоскости стола), можно посоветовать ему ладонью руки совершать зигзагообразные движения (так называемая змейка»).</p> <p>Упражнения ребенка в поисковых действиях помогут ему справиться не только с уборкой игрушек, но и с выполнением других домашних дел, поручений родителей, сделают его более самостоятельным.</p>
41	Что включают в себя специальные условия обучения?	<p>Специальные условия обучения могут включать в себя:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы.</li> <li>• Технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования.</li> <li>• Предоставление услуг ассистента.</li> <li>• Беспрепятственное обеспечение доступа в здание образовательной организации.</li> <li>• Адаптированные образовательные программы и методы обучения и воспитания.</li> <li>• Проведение коррекционных занятий со специалистами: педагогом-психологом, учителем-логопедом, учителем-дефектологом и т. д.</li> </ul>
42	Какой срок действия у заключения ПМПК?	<p>Заключение комиссии действительно для представления в указанные органы, организации в течение календарного года с даты его подписания.</p>
43	Какие упражнения для глаз наиболее эффективные?	<p>Пример упражнений для гимнастики</p> <p><b>Упражнение 1.</b> Выполняется сидя. 1 - крепко зажмурить глаза на 3-5 с. Затем открыть глаза на 3-5 с. Повторить 6-8 раз. Упражнение укрепляет мышцы век, способствует улучшению кровообращения и расслаблению мышц глаза.</p> <p><b>Упражнение 2.</b> Выполняется сидя. Быстрые моргания в течение 1-2 мин. Упражнение способствует улучшению кровообращения.</p> <p><b>Упражнение 3.</b> Выполняется стоя. 1 - смотреть вдаль прямо перед собой 2-3 с, 2 - поставить палец руки по средней линии лица на расстоянии 25-30 см от глаз, 3 - перевести взгляд на конец пальца и смотреть на него 3-5 с, 4 - опустить руку. Повторить 10-12 раз. Упражнение снижает утомление аккомодационной мышцы и облегчает зрительную работу на близком расстоянии.</p> <p><b>Упражнение 4.</b> Выполняется стоя. 1 - вытянуть руку вперед, 2 - смотреть на конец пальца вытянутой руки, расположенной по средней линии лица, 3 - медленно приближать палец, не сводя с него глаз до появления двоения. Повторить 6-8 раз. Упражнение облегчает зрительную работу на близком расстоянии.</p> <p><b>Упражнение 5.</b> Выполняется сидя. 1 - закрыть веки, 2 - массировать их круговыми движениями пальца. Повторять в течение 1 мин. Упражнение расслабляет мышцы и улучшает кровообращение.</p> <p><b>Упражнение 6.</b> Выполняется стоя. 1. - поставить палец правой руки по средней линии лица на расстоянии 25-30 см от глаз, 2 - смотреть двумя глазами на конец пальца 3-5 с, 3 - прикрыть ладонью левой руки левый глаз на 3-5 с, 4 - убрать ладонь, смотреть двумя глазами на конец пальца 3-5 с, 5 - поставить</p>

		<p>палец левой руки по средней линии лица на расстоянии 25-30 см от глаз, 6 - смотреть двумя глазами на конец пальца 3-5 с, 7 - прикрыть ладонью правой руки правый глаз на 3-5 с, 8 - убрать ладонь, смотреть двумя глазами на конец пальца 3-5 с. Повторить 5-6 раз. Упражнение укрепляет объединенную работу обоих глаз (бинокулярное зрение).</p> <p><b>Упражнение 7.</b> Выполняется стоя. 1 - отвести руку в правую сторону, 2 - медленно передвигать палец полусогнутой руки справа налево и, не поворачивая головы, следить глазами за пальцем, 3 - медленно передвигать палец полусогнутой руки слева направо и, не поворачивая головы, следить глазами за пальцем. Повторить 10-12 раз. Упражнение укрепляет мышцы глаза горизонтального действия и совершенствует их координацию.</p> <p><b>Упражнение 8.</b> Выполняется сидя. 1 - тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко соответствующего глаза, 2 - спустя 1-2 с снять пальцы с век. Повторить 3-4 раза. Упражнение улучшает циркуляцию внутриглазной жидкости.</p> <p><b>Упражнение 9.</b> Выполняется сидя. 1 - смотреть вдаль прямо перед собой 2-3 с, 2 - перевести взгляд на кончик носа на 3-5 с. Повторить 6-8 раз. Упражнение развивает способность длительно удерживать взгляд на близких предметах.</p> <p><b>Упражнение 10.</b> Выполняется стоя. 1 - поднять правую руку вверх, 2 - медленно передвигать палец полусогнутой руки сверху вниз и, не опуская головы, следить глазами за пальцем, 3 - медленно передвигать палец полусогнутой руки снизу вверх и, не поднимая головы следить глазами за пальцем. Повторить 10-12 раз. Упражнение укрепляет мышцы глаза вертикального действия и совершенствует их координацию.</p>
44	Как правильно ухаживать за очками?	<p>Советы по уходу за очками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Приобретайте очки только в специализированных магазинах. Помните, что неправильно подобранные очки могут значительно ухудшить зрение.</li> <li>• Обязательно храните очки в футляре, берегите от падений и ударов.</li> <li>• Чтобы не поцарапать стекла, не кладите очки стеклом на стол .</li> <li>• Регулярно промывайте очки теплой водой с мылом, затем насухо протирайте салфеткой. Для удаления грязи из труднодоступных мест оправы пользуйтесь старой зубной щёткой.</li> <li>• Если оправа очков металлическая, следите за винтами и регулярно подкручивайте винты.</li> <li>• Чтобы избежать деформации очков, снимайте и надевайте их двумя руками.</li> <li>• Проверяйте зрение не реже не реже 1 раза в 3 года, детям – ежегодно.</li> </ul>
45	Можно ли детям смотреть 3D-фильмы?	<p>По словам офтальмологов смотреть 3D-фильмы детям можно. Но, это распространяется только на тех детей, у которых нет таких глазных патологий, как: косоглазие, анизометропия или амблиопия. Им смотреть 3D-фильмы не стоит. При определённых формах косоглазия у ребёнка может отсутствовать бинокулярное зрение - то есть он просто не способен воспринимать не только такие фильмы, но и объём</p>

		<p>в обычной жизни. Он видит мир плоским. Места в кинотеатре стоит выбирать как можно дальше от экрана, а вот сам экран - как можно больше по размеру. Просмотр 3D-фильмов разрешается только детям с 5-6 лет. К этому моменту зрительная система уже давно сформирована и относительно устойчива к такому видео ряду. И самое главное, соблюдать меру. Ни в коем случае не злоупотребляйте походами на 3D-фильмы, так как это может привести к развитию зрительной патологии у ребёнка.</p>
46	Почему родители так часто боятся ПМПК?	<p>К сожалению, родители, приводя ребенка на психолого-медико-педагогическую комиссию (ПМПК), часто не всегда готовы услышать, что у него есть проблемы. Им сложно принять, что придется его лечить, обучать по адаптированным программам, посещать занятия со специалистами. Многие просто не готовы принять и понять результат комиссии, взять на себя ответственность за дальнейшую судьбу ребенка. Ведь проще услышать, что у него нет проблем, что все пройдет само собой, и это все временно. Но так бывает очень и очень редко.</p>
47	В каких случаях школа разрабатывает СИПР?	<p>Школа разрабатывает СИПР для учеников, которые обучаются по 3-му, 4-му вариантам адаптированной основной общеобразовательной программы (АООП) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и 2-му варианту АООП обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).</p> <p>Цель СИПР – обучающийся должен обрести жизненные компетенции, которые позволят ему достигнуть максимально возможной самостоятельности, когда он решает повседневные жизненные задачи. СИПР включает школьника в жизнь общества, расширяет его жизненный опыт и повседневные социальные контакты в доступных пределах. СИПР решает задачи: воспитательные, коррекционно-развивающие, образовательные, формирует социально-бытовые навыки.</p> <p>СИПР разрабатывается по ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) или ФГОС начального общего образования обучающихся с ОВЗ. Когда организуется обучение по СИПР, соблюдаются принципы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Индивидуализации. СИПР для каждого обучающегося основывается на психолого-медико-педагогических рекомендациях.</li> <li>• Целесообразности. Школа может увеличить или уменьшить часы учебного плана, что позволит учесть индивидуальные особенности обучающегося и характер заболевания.</li> <li>• Междисциплинарного подхода. Учитель-дефектолог, учитель-логопед, педагог-психолог, социальный педагог, медицинский работник взаимодействуют между собой.</li> <li>• Семейно-ориентированного сопровождения. Школа активно включает родителей в образовательную деятельность, они взаимодействуют со всеми специалистами.</li> </ul>
48	Что входит в структуру СИПР?	<p>СИПР разрабатывают на один год.</p> <p>В структуру СИПР школа включает:</p>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Фамилию, имя, отчество обучающегося, возраст на тот момент, когда составляется программа, дату рождения, место жительства, сведения о матери, отце, год обучения, форму обучения.</li> <li>2. Характеристику, которая содержит оценку состояния обучающегося на тот момент, когда составляется программа; заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК), данные о физическом здоровье, двигательном и сенсорном развитии учащегося, особенности познавательных процессов, сформированность устной речи и речемыслительных операций, характеристику поведенческих и эмоциональных реакций ребенка, сформированность социально значимых навыков, умений, бытовые условия семьи, оценку отношения членов семьи к образованию ребенка, выводы по итогам обследования.</li> <li>3. ИУП, который отражает доступные для обучающегося приоритетные предметные области, учебные предметы, коррекционные курсы, внеурочную деятельность и устанавливает объем недельной нагрузки на обучающегося.</li> <li>4. Содержание образования в условиях организации и семьи: базовые учебные действия, содержание учебных предметов и коррекционных занятий, нравственное воспитание, воспитание экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, внеурочная деятельность.</li> <li>5. Условия, которые реализуют потребность в уходе и присмотре.</li> <li>6. Перечень специалистов, которые разрабатывают и реализуют СИПР.</li> <li>7. Перечень возможных задач, мероприятий и форм сотрудничества организации и семьи обучающегося.</li> <li>8. Перечень необходимых технических средств и дидактических материалов.</li> <li>9. Средства мониторинга и оценки динамики обучения.</li> </ol> <p>СИПР может содержать приложение, в котором размещаются задания и рекомендации, чтобы их выполнить.</p>
49	Можно ли пройти ПМПК без направления от школы?	Обследование детей на ПМПК может проводиться по инициативе и заявлению родителей (законных представителей), либо по направлению образовательной организации, организации, осуществляющей социальное обслуживание, медицинской организации, другой организации (п. 15в Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 года № 1082 «Об утверждении положения о психолого-медико-педагогической комиссии»).
50	Как обеспечить безопасность слепого ребенка дома?	<p>Незрячий ребенок должен чувствовать себя дома в безопасности. Вот некоторые правила, которые актуальны не только для слепого ребенка, но и для зрячего:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Держите все двери или постоянно открытыми или постоянно закрытыми. Если дверь открыта не полностью, то есть большая вероятность того, что ребенок ударится об нее. Он может поранить голову или еще больше повредить свои глаза.</li> </ol>

		<p>2. Ребенку постарше необходимо указать на опасные места в квартире (острые углы мебели, ковровые дорожки, половики, пороги, ступеньки), объяснить правила безопасного передвижения по квартире.</p> <p>3. Не загромождайте путь из одной комнаты в другую предметами. Старайтесь оставлять как можно более свободными те пространства вашего дома, где ходит ребенок. Всегда ставьте предметы на свои места и предупреждайте ребенка, если передвигаете их.</p> <p>4. Лестницы в вашем доме должны иметь перила. Перила предотвратят падения вашего ребенка. Убедитесь, что перила достаточно низкие, чтобы ребенок не мог проскользнуть в отверстие между лестницей и перилами.</p> <p>5. Убедитесь в том, что электропроводка недоступна вашему ребенку. Ребенок может споткнуться об электрический провод и упасть, поэтому электропроводку лучше прокладывать так, чтобы она была недоступна ребенку. Если приходится прокладывать проводку вдоль стен, надежно закрепляйте ее. После использования утюгов и другого электрооборудования сразу же убирайте их на место, чтобы ребенок не мог пораниться.</p> <p>6. Закрывайте электрические розетки. Ваш ребенок может получить серьезное поражение электрическим током, если коснется к источнику тока пальцами или каким-либо предметом. Прикрывайте неиспользуемые розетки чехлами, или ставьте перед ними тяжелые предметы, которые ребенок не сможет сдвинуть с места. Объясните ребенку как опасно электричество.</p> <p>7. Держите медикаменты и ядовитые вещества в недоступном для ребенка месте.</p> <p>8. Убедитесь в том, что ребенок не может достать до открытого окна. Существует опасность того, что ребенок может выпасть из открытого окна. Объясните взрослым детям как правильно пользоваться окном, чтобы не допустить опасность.</p> <p>9. Не подпускайте ребенка к электронагревательным приборам и открытым источникам огня. Держите емкости с горячим содержимым в недоступном для ребенка месте.</p>
51	Почему нужно читать по системе Брайля двумя руками?	<p>Учить читать незрячего человека нужно обязательно двумя руками. Обе руки при чтении несут одинаковую нагрузку, особенно указательные пальцы. Надо следить за тем, чтобы указательный палец левой руки находил начало строки и начинал читать первое слово строки после того, как указательным пальцем правой руки закончено чтение последнего слова предшествующей строки; в тот момент, когда левым указательным пальцем прочитывают первое слово указательный палец правой руки надо приставить впереди указательного пальца левой руки и обоими пальцами продолжают читать среднюю часть текста строки. Однако указательный палец левой руки не дочитывает строчку до конца. Это делает указательный палец правой руки, а левая рука в это время должна найти начало следующей строки, начать разбирать и читать текст первой половины этой /следующей/ строки. Когда правая рука дочитает строчку, ее указательный палец надо поместить перед указательным пальцем левой руки. Часть текста</p>

		<p>опять обе руки будут читать вместе, а затем их функции разделяются: правая будет дочитывать строку, а левая искать и начинать читать начало следующей строки.</p> <p>Читать надо подушечками указательных пальцев. При чтении подушечки этих пальцев двигаются слева направо по строке текста, а также еле заметно вибрируют сверху вниз и обратно, при этом плотно прикрывают читаемые знаки. Остальные пальцы, особенно средний и безымянный, помогают читающим пальцам в ориентации по строчкам книги или тетради в отыскании нужных мест. Один-два раза в неделю на 5-10 минут можно давать чтение целых строк одной рукой. Сначала читают одной левой рукой, а затем одной правой. Это делается для проверки того, что каждый учащийся умеет читать и левой и правой руками и, в случае надобности, например, при утомлении или повреждении одной руки сумеет читать одной, пока это будет нужно. Но эти упражнения нужно применять осторожно, чтобы не приучить учеников к чтению всегда одной рукой.</p>
52	<p>Что такое «ложная близорукость»?</p>	<p>Ложной миопией принято называть функциональное зрительное нарушение, при котором спазмируется мышца, отвечающая за нормальное функционирование аккомодационного аппарата. Если эта мышца по какой-то причине находится в состоянии спазма, то хрусталик не меняет кривизну, нарушается фокусировка и снижается четкость зрения. Такое состояние называют спазмом аккомодации. Именно его принято называть ложной близорукостью.</p> <p>Вот симптомы, которые могут указывать на аккомодационный спазм:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• глаза быстро устают при работе на близком расстоянии;</li> <li>• неприятные симптомы: сухость, жжение, краснота, боль;</li> <li>• снижение зрительной остроты, двоение в глазах;</li> <li>• слезоточивость;</li> <li>• слабость, головная боль.</li> </ul> <p>Есть несколько факторов, которые могут спровоцировать такое состояние:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышенная зрительная нагрузка (возникает при долгой работе за компьютером, несоблюдении гигиены чтения или выполнения уроков, длительном просмотре ТВ и т.п.);</li> <li>• слабое освещение;</li> <li>• недостаток сна, физической активности, малоподвижный образ жизни;</li> <li>• слабые мышцы спины, шеи, нарушение кровоснабжения;</li> <li>• неправильное питание, гиповитаминоз.</li> </ul> <p>Нередко проблему выявляют у детей, которые только пошли в школу. Ребята подолгу делают уроки, много времени проводят за партами, выполняя много зрительной работы на близком расстоянии. Важно заметить симптомы как можно раньше и обратиться к офтальмологу до того, как процесс ухудшения зрения перейдет в необратимую стадию. В отличие от истинной близорукости, ложная обратима.</p>

53	Что такое очки «супер-вижн»? Можно ли их использовать при нарушении зрения?	Они выглядят, как обычные очки, но с темными (чаще — черными) линзами, в которых проделано несколько отверстий диаметром 1-1.5 мм. В разных моделях может быть больше или меньше таких дырочек. Световые лучи, проходя через них, разбиваются на множество тонких потоков, которые объединяются в один и проникают в глазное яблоко. За счет этого удается частично устранить проблемы с неправильным преломлением света. Острота зрения повышается, а нагрузка на глаза снижается. Как утверждают создатели такой оптики, она помогает предотвратить прогрессирование зрительной патологии. Но не все врачи уверены в пользе очков-тренажеров. Поэтому, прежде чем их использовать, необходимо проконсультироваться с врачом-офтальмологом.
54	Как слепому человеку получить собаку-проводника?	Согласно российским законам, определенные категории инвалидов по зрению могут стать обладателями собак-поводырей, при этом животные и сопутствующее оборудование предоставляются незрячим безвозмездно. Чтобы получить четвероногого проводника, нужно соответствовать нескольким требованиям: <ul style="list-style-type: none"> <li>• быть старше 18 лет;</li> <li>• являться гражданином России;</li> <li>• иметь инвалидность I группы по зрению;</li> <li>• получить назначение собаки-поводыря как технического средства реабилитации в индивидуальной реабилитационной программе.</li> </ul> Владельцам собак-проводников положена от государства компенсация расходов на животное, куда входят содержание, питание, обслуживание у ветеринара.
55	Как позаботиться о зрении ребенка перед школой, чтобы оно не ухудшилось?	Забота о зрении важна не только для здоровья, но и для качественного обучения. Есть несколько основных факторов, способствующих ухудшению зрения у детей школьного возраста: <ul style="list-style-type: none"> <li>• большие зрительные нагрузки;</li> <li>• злоупотребление временем использования гаджетов;</li> <li>• сокращение физической активности, малоподвижный образ жизни;</li> <li>• выполнение уроков при плохом освещении;</li> <li>• неправильно организованная рабочая зона;</li> <li>• нерегулярное посещение офтальмолога.</li> </ul> Чтобы зрение ребенка в школе не ухудшилось необходимо уменьшить влияние негативных факторов на зрение, и увеличить влияние положительных. Обязательно пройдите офтальмологическую диагностику. Врач-офтальмолог оценит состояние глаз, рефракции, бинокулярного зрения. Если будут выявлены патологии, назначит специальную терапию или оптическую коррекцию. Правильно организуйте рабочую зону. У ребенка должен быть удобный стул с ортопедической спинкой, который позволит ему при выполнении домашних заданий держать осанку и не склоняться низко



		<p>над тетрадь. Рабочая поверхность стола должна располагаться на уровне солнечного сплетения сидящего ребенка. Обязательно оборудуйте стол школьника настольной лампой, которую следует разместить справа — для левши и слева — для правши. Если на столе будет компьютер, то расстояние от глаз до монитора должно быть более 40 см.</p> <p>Ограничьте время использования гаджетов. Смартфоны угрожают зрению школьников сильнее, чем зрительные нагрузки на уроках и большие объемы домашних заданий.</p> <p>Отдайте ребенка в спорт. Занятия спортом будут компенсировать недостаток физической нагрузки в школе, отвлекать от гаджетов, способствовать укреплению здоровья в целом и зрительной системы в частности.</p> <p>Также в качестве профилактики глазных заболеваний школьникам полезно часто бывать на улице, разнообразно и сбалансировано питаться.</p>
56	Какая связь между нарушениями зрения и неправильной осанкой?	<p>Самыми распространенными нарушениями зрения в детском возрасте являются близорукость, гиперметропия, косоглазие и амблиопия. Существует большой список причин, которые могут привести к подобным дисфункциям, и плохая осанка также входит в этот перечень.</p> <p>В первую очередь эта проблема касается школьников, которые много времени проводят за партой, столом, на диване в сидячем положении. Длительное пребывание в такой позе с прямой спиной могут выдержать немногие, большинство детей сутулятся. В результате неправильной позы может развиваться сколиоз. Также причиной плохой осанки может быть малоподвижный образ жизни современных детей, отсутствие сбалансированных физических нагрузок и некоторые другие факторы.</p> <p>В любом случае при неправильной осанке происходит смещение позвонков в области грудного и шейного отделов позвоночника. Из-за этого нарушается кровоток, и головной мозг перестает получать необходимое питание. Как известно, хорошее зрение напрямую зависит от нормального функционирования головного мозга. Если последний страдает от нехватки кислорода и питательных веществ, то нарушения коснутся в том числе и зрительной функции.</p>
57	В чем польза стереокартинок для зрения?	<p>Стереокартинки многие воспринимают как интересное развлечение, но, оказывается, их рассматривание очень полезно для зрения.</p> <p>Чтобы увидеть трехмерную картинку, нужно смотреть на плоское изображение особым образом — как бы сквозь него, расфокусировав взгляд. Врачи-офтальмологи поясняют, что такое занятие положительно отражается на работе зрительного аппарата:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Улучшается аккомодационная способность глаз и повышается четкость зрения.</li> <li>• Усиливается кровообращение, что способствует лучшему питанию глазных тканей, нормализует внутриглазное давление.</li> <li>• Развиваются навыки стереоскопического зрения (человек учится точнее оценивать объем, форму, положение в пространстве, расстояние до объектов).</li> </ul>

		<p>Врачи рекомендуют регулярный просмотр стереокартинок тем, кто много работает за компьютером, имеет проблемы с фокусировкой, остротой зрения. Занимаясь пять минут в день, можно снять напряжение с глаз, улучшить кровообращение в зрительных органах и повысить четкость зрения.</p> <p>Рассматривание стереокартинок является хорошей тренировкой не только для глаз, но и для мозга. Такие занятия улучшают концентрацию, скорость мозговых реакций, внимательность, способствуют снятию стресса и развитию воображения.</p>
58	Есть ли компьютерные игры для улучшения зрения?	<p>В детском возрасте часто встречается такое нарушение зрения, как амблиопия, по-другому синдром «ленивого глаза», а также косоглазие. Для лечения амблиопии и косоглазия применяют аппаратную методику, упражнения, в том числе и специально разработанные электронные игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игра «Паучок». На экране располагаются две паутины: первая в центре, вторая возникает в произвольной области. Задача ребенка - зацепить мышью случайную паутину и совместить центры обеих, наложив друг на друга. Для повышения эффективности нужно играть сначала с одним закрытым глазом, потом с другим, затем провести игру, используя оба глаза.</li> <li>• Игра «Крестики». Рабочее поле похоже на шахматную доску с клетками двух цветов. В зависимости от уровня клетки будут менять размер и количество. Задача игрока - охота курсором в виде круга за крестиком, появляющимся в разных сегментах игрового поля, в это время цвет клеток будет меняться на другой. За каждое попадание начисляются баллы: чем меньше крестик, тем их больше. Сочетания цветов подобраны так, чтобы тренировать заодно и цветовосприимчивость.</li> <li>• Игра «Цветок». Ребенок должен выбрать картинку, нарисованную в середине цветка, повторяющуюся на одном из лепестков. В процессе поиска задействованы оба глаза, и это важно для коррекции амблиопии. Цвет изображений меняется, чтобы органы зрения не переутомились. Врачи рекомендуют играть в «Цветок» 1-2 раза в день по полчаса.</li> <li>• Игра «Контур». Ребенок должен нарисовать картинку по представленному контуру. Для упражнения используют специальные сине-красные очки, в которых один глаз видит рисунок, а второй - его контур. Результат достигается благодаря совместной работе обоих органов зрения. Улучшается бинокулярность, глаза постепенно привыкают действовать одновременно. Постепенно рисунки усложняются, а линии контура становятся тоньше. Врачи отмечают хороший эффект при использовании этой программы для маленьких детей.</li> </ul>
59	На какой свет опасно смотреть, особенно слабовидящим детям?	<p>Некоторые источники света могут быть опасными для человеческого зрения и в иногда даже приводят к слепоте:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Солнце. Это самый мощный и в то же время самый опасный источник света. Если смотреть на него невооруженным взглядом, может развиваться фотокератит - тяжелейший ожог роговой оболочки глаза. При продолжительном воздействии солнечных лучей на зрительные органы человек может ослепнуть.</li> <li>• Сварка. Нельзя смотреть без специальной защиты глаз на сварку. При сварке производится УФ-излучение, неразличимое человеческим глазом, поэтому зрачок при работе не сужается. Даже при сильнейшем поражении сетчатки человек может не испытывать боль. Явные признаки электроофтальмии - поражения светом - появляются спустя время. Возникает боль, резь, чувство жжения в глазах.</li> <li>• Снег. Похожее воздействие на глаза человека оказывает солнечный свет, отраженный от снежного покрова. Он может приводить к поражению глаз - так называемой «снежной слепоте», которая только через 6-7 часов проявляет себя. Наблюдается временная потеря или ухудшение зрения, появляются болевые ощущения, слезоточивость. При незначительном поражении симптомы могут пройти через пару дней, в более сложных случаях потребуется длительное лечение.</li> <li>• Светодиодные лампы. LED-источники света сегодня широко используются в офисах, дома и на улицах, но не все знают, что подобное излучение может быть вредным для зрения. Если продолжительное время вглядываться в подобный источник света, сетчатая оболочка может получить серьезные повреждения.</li> <li>• Свет фотовспышки. Некоторые ученые считают, что опасен для глаз также свет, который излучает вспышка фотоаппарата. Излучение от фотовспышки может достигать мощности более 20 Джоулей, что является серьезным «ударом» по здоровью сетчатки. При регулярном воздействии может развиваться временная слепота или серьезное заболевание глаз.</li> </ul>
60	Что такое антивандальные очки?	<p>Антивандальными называют такие очки, которые изготовлены из гуттаперчивого неломяющегося материала и безопасны для детей.</p> <p>Чаще всего они изготавливаются из силикона. Этот материал отличается высокой мягкостью, при контакте с детской кожей не создает дискомфорта и не давит на виски. Силиконовая оправа хорошо фиксируется на голове и не съезжает во время активных движений. Сломать ее невозможно, поэтому очки прослужат долго, а ребенок не сможет случайно пораниться.</p> <p>Линзы антивандальных очков, как правило, изготовлены из пластика, что также является залогом безопасности малышей. В отличие от стеклянных линз, которые при неаккуратном обращении могут разбиться и поранить ребенка, пластик даже при повреждении не причинит большого вреда.</p> <p>Антивандальные очки могут крепиться двумя способами. Крепление на резинке плотно обхватывает голову и надежно фиксирует очки. Такой вариант подойдет самым маленьким, очень активным малышам и детям с астигматизмом. Для последних неподвижность очковых линз имеет принципиальное зна-</p>

		<p>чение, потому что в астигматических линзах сила оптической коррекции неоднородна по всей поверхности и строго соответствует определенному участку глаза. Крепление на резинке не причиняет дискомфорт, даже когда ребенок лежит на боку или на спине.</p> <p>Второй тип крепления - мягкие заушники, которые хорошо прилегают к голове и также обеспечивают достаточную силу фиксации. Модель с заушниками подойдет дошкольникам старше 1,5 лет и девочкам с длинными волосами (для них крепление с резинкой не очень удобно в использовании и может путаться в волосах).</p>
61	Зачем нужны компьютерные очки?	<p>Многие люди пользуются компьютером ежедневно. Как известно, голубой цвет экрана негативно влияет на глаза и зрение, что способствует появлению «компьютерного зрительного синдрома». Это комплекс патологических симптомов, которые возникают при регулярной длительной работе за компьютером. Наиболее частыми его признаками являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ухудшение зрения;</li> <li>• слезотечение;</li> <li>• головная боль;</li> <li>• жжение;</li> <li>• зуд;</li> <li>• сухость глаз.</li> </ul> <p>Данные симптомы опасны тем, что повышают риск развития различных глазных заболеваний, например, прогрессирующей близорукости, помутнения хрусталика (катаракты), дистрофии сетчатки. Основная причина возникновения этого недуга — перенапряжение глазных мышц. Также не стоит забывать и о вредных лучах сине-фиолетового спектра, о которых мы говорили выше, ведь они способствуют усиленному образованию свободных радикалов в тканях глаз.</p> <p>Компьютерные очки полезны для профилактики усталости глаз. Они подходят всем и не имеют противопоказаний, носить их можно столько, сколько потребуется. Обычные средства очковой коррекции для использования за компьютером не подходят, поскольку на их стеклах, как правило, нет специального покрытия, защищающего от излучения экранов мониторов. Кроме того, такие очки могут способствовать развитию дискомфорта при работе за компьютером, поскольку они вызывают искажение шрифта на экране. Именно поэтому нужно специально пользоваться очковыми линзами с защитным покрытием. В таких изделиях на поверхность стекол наносится многослойный интерференционный фильтр, который пропускает безвредные световые лучи и поглощает опасные лучи сине-фиолетового спектра. За счет наличия специального покрытия снижается нагрузка на глаза и зрение. Также такие средства очковой коррекции улучшают изображение монитора — оно становится более четким и контрастным. Если человек страдает от рефракционных нарушений (близорукость, дальнозоркость, астигматизм), то ему понадобятся компьютерные очки с диоптриями, если же он не нуждается в коррекции</p>

		зрения, то, соответственно, без диоптрий. Приобрести данные средства очковой коррекции можно в салоне оптики или специализированных интернет-магазинах.
62	Как помочь незрячему ребенку не бояться ориентироваться в пространстве?	Прежде всего следует установить доверительные отношения, показать ему что взрослый не представляет опасности, и то, что взрослый будет показывать – тоже не будет представлять опасности. Ориентировку можно и нужно сопровождать комментированием, и самостоятельно принимать участие в ориентировке, доказывая безопасность окружающего. В дополнении очень важно не закреплять негативный опыт ребенка и подкреплять его положительными эмоциями, не заострять внимание на неудачах, поддерживать успех и интерес, создавать позитивную и благоприятную атмосферу.
63	Как заинтересовать незрячего ребенка продолжать саморазвитие в дальнейшем без помощи учителей?	Для этого рекомендуется комплексный подход. Прежде всего вызывать у обучающегося интерес к познанию, не закреплять негативный опыт, учить уверенности в своих действиях, не бояться совершать ошибки. Каждый ребенок уникален, и его план развития будет определяться от определенного набора составляющих качеств, все это реализуется в семье и конечно же – в школе.
64	Нужно ли знать незрячим детям жесты и движения во время общения, которые приняты у зрячих?	В качестве комфортного общения незрячие получают знания жестикмуляции зрячих людей, так как дети с нарушением зрения не могут наблюдать за позами и движениями окружающих, в процессе обучения им прививают нормы поведения в том или ином обществе например: смотреть в лицо говорящего, не опуская голову, использовать указательные жесты или жесты образа, занимать правильную стоя или сидя.
65	Что означает фраза в заключении ПМПК ребенка: "Требуется оказание индивидуальной технической помощи по преодолению препятствий в части передвижения по образовательной организации?"	Данное утверждение свидетельствует о том, что для сопровождения ребенка требуется ассистент. Предоставление услуг ассистента (помощника) необходимо для технической помощи обучающимся с ОВЗ и инвалидностью в процессе получения образования. Должность ассистента (помощника) не относится к должностям педагогических работников. ПМПК может рекомендовать предоставление услуг ассистента (помощника) обучающемуся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с целью: <ul style="list-style-type: none"> <li>• оказания помощи в использовании технических средств реабилитации (предусмотренных ИПРА ребенка-инвалида);</li> <li>• оказания помощи в соблюдении санитарно-гигиенических требований (в том числе для обучающихся со сложными дефектами);</li> <li>• обеспечения доступа в здание образовательной организации и предоставляемым в нем услугам;</li> <li>• оказания технической помощи по преодолению препятствий;</li> <li>• слепому обучающемуся с целью оказания индивидуальной технической помощи по преодолению препятствий в условиях инклюзивного образования.</li> </ul>
66	Что обозначает номер программы «4.1, 4.2»?	Вариант 4.1 предназначен для образования слабовидящих обучающихся, которые достигают к моменту поступления в школу уровня развития (в том числе компенсаторных способов деятельности), близкого к возрастной норме, а вариант 4.2 предназначен для слабовидящих обучающихся, которые не достигают

		к моменту поступления в школу уровня развития (в том числе компенсаторных способов деятельности), близкого возрастной норме, не имеют дополнительных ограничений здоровья, препятствующих получению начального общего образования в условиях, учитывающих их общие и особые образовательные потребности, связанные, в том числе, с ориентировкой в пространстве, жизненными компетенциями. Первый вариант программы подразумевает что сроки освоения программы те же, что и для обучающихся массовой школы. Второй вариант образовательной программы свидетельствует о том, что уровень сложности образовательной программы ниже, в учебный план включены курсы коррекционно-развивающей области. Наряду с академическими достижениями внимание обращено и к формированию сферы жизненной компетенции, сроки освоения программы более пролонгированные и определяются стандартом для каждой категории обучающихся.
67	Почему нет специальных тетрадей для слабовидящих?	Специальные тетради для слабовидящих в крупную клетку и линейку предоставляются в школе или покупаются самостоятельно. Например, тетрадь 24 листа в крупную контрастную клетку для слабовидящих детей, где размер клетки — 1x1 см можно найти в интернет-магазинах «Доступная среда».
68	Незрячий ребенок должен сдавать какие-то экзамены что бы поступить в отделение дополнительного образования вашей школы-интерната?	Прием обучающихся в ОДОД Школы-интерната осуществляется без вступительных испытаний (процедур отбора).
69	Имеются ли сопровождающие у учащихся вашего учебного заведения, которые нужны в дополнительной помощи при обучении или передвижении?	В школе должен быть выделен тьютор или ассистент каждому учащемуся, который получил соответствующие рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК). При наличии таких рекомендаций родители могут направить в администрацию школы заявление в письменном виде с просьбой организовать сопровождение.
70	Какова их роль тьютора период обучения в школе?	Цель тьютора — успешно включить ребенка с ОВЗ в среду общеобразовательной школы, проектировать образовательный маршрут ученика и участвовать в его реализации. В задачи тьютора входит: обеспечить ребенку комфортное пребывание в школе. Организовать в классе и школе рабочее место и место отдыха ребенка: парта ученика в классе и место тьютора, бумажные и электронные учебные материалы, освещение, специальные сенсорные принадлежности, помещение для индивидуальных занятий. Организовать пространство школы в соответствии с реальными возможностям «особого» ученика: навигация по школе с указателями, разметкой, табличками-текстами, карточками-пиктограммами, пандусы. Обеспечить ребенку особый школьный режим. Сотрудничать с педколлективом школы, родителями,

		<p>одноклассниками для создания комфортной психологической атмосферы. А также обеспечить социализацию ребенка. Помочь ребенку с ОВЗ войти в коллектив класса, установить и сохранять дружеские отношения со сверстниками. Помочь здоровым детям принять «особого» одноклассника, помогать ему и дружить с ним. Обеспечить усвоение ребенком общеобразовательной программы. Адаптировать программы и учебный материал с опорой на зоны ближайшего развития ребенка, его психические, физические особенности и ресурсы. Вместе с ребенком преодолевать затруднений в учебе. Свести всех специалистов (учителя, психолога, дефектолога, логопеда, завуча) и родителей в единую систему для реализации образовательного маршрута. Тьютор, находясь с ребенком в течение всего школьного дня корректно и четко помогает ученику встраиваться в учебный процесс.</p>
71	<p>Если мой ребенок обучается по программе 4.2, он не сможет сдавать выпускные экзамены?</p>	<p>Второй вариант образовательной программы подразумевает прохождение аттестации ГИА (ЕГЭ) – в формах по выбору обучающихся при создании специальных условий (конкретизируются для каждой категории детей с ОВЗ).</p>
72	<p>Слабовидящий обучающийся, который получает образование по варианту 4.2 получит какие-либо документы о том, что он учился в школе? Какие?</p>	<p>Второй вариант образовательной программы подразумевает что документы об образовании выдаются те же, что и обучающимся массовых школ без ограничений здоровья.</p>
73	<p>Имеются ли в вашей школе-интернате кружки по интересам?</p>	<p>В школе имеется отделение дополнительного образования, которое включает в себя множество направлений, такие как:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- художественное направление;</li> <li>- физкультурно-оздоровит направление;</li> <li>- социально гуманитарное направление;</li> <li>- естественнонаучное направление;</li> <li>- техническое направление.</li> </ul> <p>В каждом из направлений на официальном сайте нашей школы (<a href="http://grot-school.ru">grot-school.ru</a>) вы можете просмотреть во вкладке ОДОД описание конкретной программы по всем из перечисленных направлений.</p>
74	<p>Как организована аттестация для обучающихся по варианту 3.4?</p>	<p>Четвертый вариант образовательной программы означает, что основному нарушению сопутствует умственная отсталость в умеренной и более тяжелой форме. Ребенок обучается по специальной индивидуальной программе развития (СИПР), содержание которой устанавливается исходя из актуальных возможностей. Аттестация не предусмотрена.</p>
75	<p>Кто присваивает ребенку статус «ОВЗ»?</p>	<p>Только психолого-медико-педагогическая комиссия (ПМПК) вправе присвоить статус ОВЗ.</p>

76	Что приоритетно в системе воспитания младших школьников в вашей школе?	В воспитании детей младшего школьного возраста ( <i>уровень начального общего образования</i> ) целевым приоритетом является создание благоприятных условий для формирования навыков и умений самообслуживания для активной жизнедеятельности и усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.
77	Как слепой ребенок может писать выпускные экзамены (проходить аттестацию)?	Для незрячих экзаменационные материалы оформляются рельефно-точечным шрифтом Брайля или в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера; письменная экзаменационная работа выполняется рельефно-точечным шрифтом Брайля или на компьютере.
78	Как общаются незрячие ребята друг с другом? Что им это дает?	Обучающиеся имеют возможность общаться на переменах, кружках, групповых работах, экскурсиях и т.д. Ребята самостоятельно находят себе собеседника по интересам, если учащиеся имеют трудности в социализации и коммуникации, то преподаватель, воспитатель или (при наличии) тьютор помогают реализовать процесс общения в зависимости от индивидуальных особенностей учащегося.
79	В вашей школе есть какие-то мероприятия, конкурсы для слепых обучающихся? Или участвуют только слабовидящие?	В нашей школе сложились богатые традиции. К ним можно отнести как мероприятия, проводимые ежегодно, так и систему отношений, сложившихся между учителями, учениками и родителями. В системе школы яркими примерами ключевых дел являются: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Инклюзивный фестиваль «Все в твоих руках».</li> <li>• Открытый школьный фестиваль-конкурс инклюзивного творчества «Жар-птица».</li> <li>• Праздник «Спортивный калейдоскоп».</li> <li>• Образовательное-реабилитационное мероприятие «Осенний марафон».</li> <li>• Праздник «Семья - моя главная опора».</li> </ul>
80	Что такое предмет «ритмика»? Зачем это нужно детям с нарушением зрения?	«Ритмика» является составной частью физического воспитания детей с нарушением зрения и представляет собой систему физических упражнений, построенную на основе связи движений с музыкой. Занятие ритмикой способствуют повышению работоспособности организма, коррекции двигательных нарушений и недостатков физического развития, придают движениям стройность и уверенность.
81	Нужно ли детям с нарушением зрения принимать витамины? Кто за этим следит в вашей школе?	Принятие любых препаратов согласовывается индивидуально с лечащим врачом. Если ребенку назначены какие-либо необходимые препараты, родители или официальные представители ребенка самостоятельно регулируют процесс приема препарата, дозировку, а также осуществляют контроль за временем приема препарата.
82	Распространено ли в вашей школе надомное обучение, или это редкость?	В нашей школе-интернате ежегодно 20% детей обучается индивидуально (на дому).



83	Почему кто-то из учащихся получает образование на дому?	Контингент обучающихся на дому формируется по разным причинам: психиатрические нарушения, исключающие возможность работы в классе, нарушения аутистического спектра, травмы позвоночника и послеоперационные состояния, нарушения опорно-двигательного аппарата, а также тяжёлые множественные нарушения развития, требующие индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
84	Слепых детей с тяжёлыми множественными нарушениями как-то социализируют в вашей школе?	Социализация слепого или слабовидящего ребёнка с тяжёлыми множественными нарушениями развития (ТМНР), осуществляемая в рамках работы Отделения коррекционно-развивающего обучения и социальной реабилитации, требует не только вовлечения обучающегося в образовательный процесс и овладения им элементарными жизненно необходимыми навыками на доступном уровне, но и полного погружения учащегося в воспитательный процесс, направленный на развитие личности ребёнка и его полноправное участие в жизни общества.
85	Могут ли дети ходить на урок физкультуры ходить в очках, или они должны их снимать?	В соответствии с правилами техники безопасности учитель физкультуры может потребовать снять очки, если подразумевается выполнение задания, в ходе выполнения которого очки будут мешать или могут нанести травму обучающемуся.
86	Зачем незрячим обучающимся урок технологии в школе? Какую роль он играет в образовании незрячего ребёнка?	Основными задачами реализации содержания учебного предмета являются: <ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие эмоционально-ценностного отношения к труду и людям</li> <li>• труда;</li> <li>• развитие потребности к труду, овладение основными доступными трудовыми умениями;</li> <li>• овладение приемами целенаправленного обследования и наблюдения с помощью всех анализаторов (в том числе нарушенного зрения) для формирования адекватных представлений о предметах окружающего мира;</li> <li>• использование приемов и способов зрительного обследования натуральных предметов, их моделей, макетов и изображений;</li> <li>• овладение умениями сравнивать предметы по форме, величине и расположению в пространстве; умениями соотносить предметы с моделями, макетами, изображениями;</li> <li>• формирование навыков чтения изображений и соотнесение их с натурой;</li> <li>• формирование коммуникативных умений при работе в паре, в группе;</li> <li>• формирование первоначальных знаний и умений на основе обучения работе с технологической документацией (технологической картой), освоение приемов и способов работы с некоторыми материалами, организации рабочего места.</li> </ul>
87	Какие условия должны быть созданы для введения слабовидящего ребёнка в общеобразовательную школу? И	В обязательном порядке в образовательных организациях учитываются образовательные потребности каждого ребенка и при необходимости оказывается своевременная специальная помощь (тьютор, ассистент, сопровождающий и т.д.). Кроме того, оснащение материально-технической базы, необходимой для работы с конкретным ребенком; отсутствие специальных условий (офтальмо-эргономических) и

	имеет ли это положительный эффект на развитие ребёнка?	средств обучения (тифлотехнических, наглядных и пр.), используемых в работе с детьми с нарушением зрения, не позволяет многим общеобразовательным школам решить основную задачу инклюзивной школы - построить систему обучения, удовлетворяющую потребности ребенка с нарушением зрения, поэтому образование слабовидящего ребенка в общеобразовательной школе во многом будет зависеть от включенности родителей в этот процесс.
88	Какую литературу следуют прочитать для успешного сопровождения и преподавания у слабовидящих детей?	Можем предложить некоторые варианты: 1. Выготский Л.С. Сознание как проблема психологии поведения. Собр. соч. 2. Григорьева Л.П. Основные методы развития зрительного восприятия у детей с нарушениями зрения 3. Ермаков В.П. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения 4. Жаринцева Ю.Д. Методика обучения слабовидящих детей
89	Зачем слепым детям уроки ИЗО?	Смысловое значение изобразительной деятельности для детей с нарушением зрения заключается в познании окружающего мира и начинается с наблюдения предметов, произведений искусства, предметов рукотворного мира, материалов, инструментов и т. д. Для самостоятельной изобразительной деятельности этот этап имеет значение в том случае, если наблюдение не остается на уровне созерцания, а переходит на более высокую ступень изучения. Специфика изобразительной деятельности детей с нарушениями зрения проявляется и в воспроизведении изучаемых объектов. Воспроизведение реализуется либо в творческой, либо в репродуктивной деятельности. Освоение слабовидящим младшим школьником предмета «Изобразительное искусство» направлено, прежде всего, на формирование предметных и пространственных представлений, на развитие познавательной деятельности, компенсаторных механизмов, развитие потенциальных возможностей отображения реального мира, формирования отношения к окружающему, личностного развития.
90	На сколько актуально профессия дефектолог?	К сожалению, экологическая обстановка, образ жизни людей и ряд других неблагоприятных факторов приводят к рождению большого количества детей, имеющих дефекты развития. Никто не застрахован от несчастных случаев, различных травм и дефектов, но жизнь должна продолжаться. Поэтому потребность в дефектологах остается неизменной.
91	Слепые дети занимаются физкультурой? Как это организуется?	Первостепенной задачей физического воспитания детей слепых и слабовидящих является коррекционно-воспитательная работа по предупреждению и исправлению отклонений в физическом развитии и формированию двигательных качеств. Это возможно в условиях специального обучения и воспитания за счет мобилизации и использования резервных возможностей неполноценной зрительной системы, активизации функций двигательного анализатора в процессе занятий физкультурой. При организации учебного процесса педагоги учитывают: • принцип коррекционно-развивающей направленности процесса обучения и воспитания детей с патологией зрения, который предусматривает отбор специальных методов и приёмов педагогического воздействия на личность обучающегося, направленных на преодоление недостатков ее развития;

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• принцип индивидуально - дифференцированного подхода в обучении и воспитании, который предусматривает необходимость учёта индивидуальных и типологических особенностей психофизического развития слепых и слабовидящих школьников в осуществлении педагогической деятельности;</li> <li>• принцип комплексного подхода в реализации образовательным учреждением своих функций.</li> </ul>
92	Должен ли ребенок с нарушением зрения обучаться только в школе для слепых и слабовидящих детей?	Развитие доступного образования для лиц с ОВЗ одно из приоритетных направлений нашего государства. Образование, которое получают дети с ОВЗ, может быть организовано совместно с другими обучающимися, в отдельных классах, в отдельных группах. Организация обучения детей-инвалидов в обычных образовательных учреждениях по месту жительства позволяет избежать их помещения на длительный срок в интернатные учреждения, создать условия для проживания и воспитания детей в семье и обеспечить их постоянное общение со сверстниками.
93	Как слепые дети выполняют умножение, которое зрячие выполняют в столбик?	Незрячим обучающимся так же доступна запись действий «в столбик» используя рельефно точечный шрифт Брайля. При записи сложения, вычитания и умножения в столбик важно обратить внимание на следующее: <ul style="list-style-type: none"> <li>• запись первого числа начинают, отступив от начала строки 4-5 клеток;</li> <li>• цифровой знак ставится только перед числами, расположенными в первой строке;</li> <li>• перед полученным результатом ставят знак равенства.</li> </ul>
94	Сколько раз в день дети едят в столовой, находясь на занятии в вашей школе?	Обучающиеся Школы-интерната обеспечиваются двухразовым горячим питанием. Воспитанники, проживающие в Школе-интернате, обеспечиваются пятиразовым питанием.
95	Что такое школьный консилиум? Что он делает?	Психолого-педагогический консилиум школы-интерната является одной из форм взаимодействия руководящих и педагогических работников школы-интерната с целью создания оптимальных условий обучения, развития, социализации и адаптации учащихся посредством психолого-педагогического сопровождения. Задачами деятельности Консилиума являются следующие: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выявление трудностей в освоении образовательных программ, особенностей в развитии, социальной адаптации и поведении обучающихся для последующего принятия решений об организации психолого-педагогического сопровождения.</li> <li>• Разработка рекомендаций по организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся.</li> <li>• Консультирование участников образовательных отношений по вопросам актуального психофизического состояния и возможностей обучающихся, содержания и оказания им психолого-педагогической помощи, создания специальных условий получения образования.</li> </ul>

96	Если у ребенка часто устают глаза, может ли он не вести записи в тетрадь?	Ведение тетрадей по всем предметам обязательно для всех обучающихся. Заполнение контурных карт по географии в классах слабовидящих является обязательным, заполнение контурных карт по истории осуществляется при отсутствии противопоказаний врача-офтальмолога. Заполнение контурных карт слепыми обучающимися не производится. В процессе обучения педагоги тщательно следят за офтальмологическими показаниями обучающегося, выполняется гимнастика для глаз, четко распределяется время нагрузки на зрительный аппарат, рабочие кабинеты освещены, имеют индивидуальное освещение в виде настольных ламп.
97	Есть ли в библиотеке вашей школы аудио кассеты?	В состав фонда входят фонд учебников, фонд художественной литературы, справочно-библиографический фонд, фонд аудиовизуальных документов (CD, тифло-кассеты, флэш-карты).
98	На каком основании ребенок может попасть в школу-интернат для слепых и слабовидящих?	Основанием для приема является заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).
99	Незрячие обучающиеся учат иностранный язык в вашей школе? С какого класса?	Преподавание и изучение английского языка как иностранного осуществляется со 2 класса в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами, образовательными стандартами.
100	Если мой ребенок начинает учиться по специальной индивидуальной программе, кто именно будет писать для него программу?	Перечень специалистов, участвующих в разработке и реализации специальной индивидуальной программы развития (СИПР), должен включать всех учителей и специалистов, работающих с обучающимся.