

«Советы родителям детей с амблиопией и косоглазием»

Подготовила учитель – дефектолог Сохарева О.В.

Дети с функциональными нарушениями бинокулярного зрения, такими как амблиопия и косоглазие, испытывают значительные трудности в восприятии окружающего мира. У них снижена острота зрения, контрастная чувствительность, отсутствует или снижен уровень развития стереозрения и др.

Как видит ребенок с косоглазием?

В самом начале, когда у ребенка только начинает косить глаз, у него появляется двоение: одно изображение четкое, другое – нечеткое. Из-за разности изображения в головном мозге не образуется связи по соединению этих изображений в единый зрительный образ. В результате, связь зрительного центра в головном мозге с глазом, от которого идет нечеткое изображение, нарушается и мозг как бы отключает от себя зрительную информацию, идущую от этого глаза. В результате острота зрения «отключенного от мозга» глаза становится все хуже и хуже, т.е. в нем развивается амблиопия

Амблиопия – это понижение зрения без видимых причин, выражающееся в снижении остроты центрального зрения.

Основным методом лечения амблиопии является окклюзия (заклейка), которая предполагает «отключение» от акта зрения здорового или лучше видящего глаза. В результате происходит раздражение светом нервных клеток, отвечающих за зрение косящего глаза. Постепенно нервные клетки начинают воспринимать изображение и глаз, который косит, встает прямо. И чем больше работает амблиопичный глаз, тем лучше.

В зависимости от того, куда отклонен глаз, выделяют:

- сходящееся (внутреннее, конвергирующее) косоглазие, при котором глаз косит в сторону носа. Встречается в 10 раз чаще, чем расходящееся.
- расходящееся (внешнее, дивергирующее) косоглазие, при котором глаз косит в сторону виска.
- косоглазие кверху.
- косоглазие книзу.

Также различают косоглазие:

- альтернирующее (перемежающееся, двустороннее) – попеременно косят оба глаза.
- монокулярное (монологатеральное, одностороннее) – косит постоянно один глаз.

Игры и упражнения для занятий с ребенком дома.

Основной целью упражнений и игр, используемых **при сходящемся косоглазии**, является расслабление конвергенции (сведение зрительных осей обоих глаз), развитие направления взгляда ребенка вдаль и вверх. Например:

- Подбрось вверх воздушный шарик, мяч и поймай;
- Кто дальше бросит предмет?;
- Поймай солнечного зайчика, который «бегает» по стене, потолку
- Сбей кеглю;
- Попади мячом в цель;
- Закати мяч на горку;
- Бадминтон;
- Волейбол и др.

При просмотре телевизора, работе на компьютере необходимо, чтобы экран (монитор) находился выше уровня глаз ребенка, т.е. взгляд должен быть снизу вверх.

Основной целью упражнений и игр, используемых **при расходящемся косоглазии**, является усиление аккомодации (приспособляемость глаза, позволяющая ясно видеть предметы, находящиеся на различных расстояниях от него), развитие направления взгляда ребенка вблизи и вниз. Например:

- Построй пирамидку;

- Составь рисунок из мозаики;
- Перекатывание мяча друг другу;
- Прокатывание мяча в ворота, вокруг кеглей, кубов;
- Скатывание мячей с возвышенностей (наклонная доска, горка);
- Отбивание мяча об пол;
- Проведи мяч ногой;
- Настольный бильярд;
- Настольный баскетбол;
- Футбол и др.

При просмотре телевизора, работе на компьютере необходимо, чтобы экран (монитор) находился на уровне или ниже уровня глаз ребенка, т.е. взгляд должен быть вниз.

При амблиопии для развития зрительных функций и повышения остроты зрения амблиопичного глаза очень важны и полезны следующие игры и упражнения:

- обнаружение отличия в двух на первый взгляд одинаковых картинках;
- нахождение определенной фигуры в общей массе фигур;
- нахождение одинаковых фигур среди многих похожих;
- «распутывание» лабиринтов;
- раскрашивание мелких деталей рисунков;
- обнаружение ошибок в рисунке;
- вычерчивание фигур путем соединения точек ;
- переведение картинок через кальку;
- рисование с помощью шаблонов, трафаретов, лекал;
- собираание пазлов;
- выкладывание рисунков цветными кнопками, палочками, мозаикой;
- калейдоскоп.

При этом всегда необходимо помнить, что при выполнении любой деятельности непрерывная зрительная нагрузка не должна превышать:

- для детей 3-4 лет более 5 минут;
- для детей 4-5 лет более 7 минут;
- для детей 5-7 лет более 10 минут.