

Развитие двигательной активности невидящего ребенка в раннем детстве

Ребенок с глубокими нарушениями зрения отличается, как правило, меньшей подвижностью. Для активизации его собственных движений необходимо создать оптимальные условия. Если с первых дней жизни не проводить специальные упражнения, ребенок будет существенно отставать в двигательном развитии, а это повлечет за собой отставание и в психическом развитии.

С первых месяцев побуждайте ребенка совершать необходимые движения путем соприкосновения с ним: мама сгибает ноги малыша в коленях, поднимает туловище вместе с ногами, вращает туловище и голову в любом направлении и др. При этом лаской, своим прикосновением к телу ребенка “поощряет” удачно выполненное движение. Для того чтобы слепой ребенок в первые месяцы жизни научился управлять головой, целесообразно делать следующие упражнения. Положите ребенка на животик. Когда ребенка кладут на животик, он, как правило, резко поднимает голову. В этот момент мать своим лицом соприкасается с головкой малыша, ласково поглаживает его. Слепой ребенок начинает усваивать, что поднятие головки и поворот на приятный голос сопровождаются лаской. Когда ребенок лежит на животике на столе или другой твердой поверхности, можно погладить его по спине, чтобы он выпрямил голову и туловище. Если ребенок лежит на животике на коленях матери, следует привлекать его внимание какой-нибудь звуковой игрушкой, к которой он может прикоснуться и положение которой следует менять (вверху, слева и др.). Ставя малыша в различные положения, мы помогаем ему развивать равновесие и укреплять мышцы. Каждое новое положение (на боку, на спине, на животике, вращение тела и т. д.) тела ребенка дает ему новое ощущение, укрепляет уверенность в себе и готовит к самостоятельным движениям. Обучение положению “сидя” — длительный и поэтапный процесс. Прежде чем ребенок освоит это положение, он

должен научиться хвататься за пальцы рук взрослого и держаться за них в положении “сидя”. Когда ребенок начнет садиться, его следует учить двигаться на животе. Зрячий ребенок начинает ползать, чтобы дотянуться до интересной ему игрушки, но расположенной далеко от него. Ребенок, который не видит игрушки или предмета, не начинает ползать. Малыш начнет ползать, если появится побудительная причина: мама близко, но, чтобы до нее дотронуться, нужно сделать движение в том направлении, откуда малыш слышит ее ласковый голос. Ребенка следует учить становиться в позу “на четвереньки”, выпрямлять ему спинку, поддерживать за талию и раскачивать его тело вперед и назад. Рекомендуются следующие упражнения для овладения слепым ребенком ползанием. Возьмите звучащую игрушку, которую можно толкать впереди себя. Ребенку в положении “сидя” предлагается взять игрушку в руки, ощупать ее. Затем взрослый берет игрушку из рук ребенка и кладет впереди него. Ребенка ставят в позу “на четвереньки” и подталкивают сзади. Одновременно игрушку двигают вперед и побуждают ребенка к тому, чтобы он полз к ней. Обязательно хвалите его за самые малые успехи. При обучении ходьбе можно использовать следующий прием: поставьте малыша на свои ноги, держа его сзади за руки. Делая шаги, взрослый как бы ведет ребенка, который синхронно вместе с ним выполняет движения. Некоторым детям легче делать первые шаги, если они идут боком, держась за мебель. Родители привлекают их внимание звуковой игрушкой или голосом. Можно через комнату натянуть веревку на уровне пояса малыша. Он, держась за веревку, будет свободно передвигаться из одного угла комнаты в противоположный.

На этапе обучения ходьбе важно продумать вопросы безопасного передвижения, чтобы у ребенка не возник страх пространства. Вы можете сделать многое для того, чтобы ваш дом был безопасным. Закройте острые углы на мебели, помните, что опасные углы могут быть не только на уровне пола. Для того чтобы определить возможные преграды перед ребенком, проведите

простой опыт; закройте глаза и обойдите свою квартиру с закрытыми глазами. Вы обнаружите потенциально опасные предметы. Преодолению страха пространства у слепого ребенка, начинающего познавать окружающий мир, способствует постоянный речевой контакт с матерью, бабушкой, отцом, братьями и сестрами. Говорите своему ребенку, когда он передвигается в знакомом и незнакомом пространстве, где он находится. Со временем благодаря постоянным повторениям ребенок узнает, где стоят преграды, поэтому вам все реже придется предостерегать своего ребенка.

.Нужно помнить, что область двигательной активности не исчерпывается только обучением основным движениям: ходьбе, бегу, прыжкам. Не менее важно развивать ручную ловкость, так называемую мелкую моторику рук. Невидящий ребенок познает окружающий предметный мир с помощью осязания. Надо обучать ребенка хватательным ощупывающим движениям. Очень важно развивать ловкость обеих рук, так как вторая рука выполняет функции «руки-поводыря»: ребенок одной рукой берет предмет, а другой рукой исследует игровое пространство. Например, в игре с пирамидкой малыш держит в одной руке колечко, а второй рукой находит палочку. Для развития ручной ловкости используйте прием «рука в руке»: взрослый выполняет действия с предметами, руками ребенка, которые взрослый держит в своих руках. Упражнения, в которых ребенок должен вставлять игрушки в дырки, в коробки, есть руками или ложкой, застегивать пуговицы очень полезны для развития мелкой моторики. Давайте ребенку задания или играйте в игры, в которых он должен делать работу пальцами, например, лепить из глины, мять тесто. Играйте с песком. Если ребенок будет рисовать пальцами на мокром песке, он сможет исследовать свой рисунок.

Нужно учитывать, что приобретение некоторых навыков у слепых детей длится несколько дольше, чем у зрячих, но зато они закрепляются более основательно. Помните, что в первые годы

жизни родители являются главными учителями невидящего ребенка. Ставьте перед собой и ребенком небольшие реальные задачи и двигайтесь вперед маленькими шагами. Более подробно с вопросами воспитания и развития невидящих детей раннего возраста можно познакомиться в этих книгах:

1. Л.И. Фильчикова, М.Э. Вернадская, О.В. Парамей Нарушения зрения у детей раннего возраста , «Экзамен» Москва, 2004.

2. Михаэль Брамбринг. Воспитание слепого ребенка раннего возраста в семье. АСАДЕМА Москва, 2003.

Материал подготовила

Образцова Е.В., учитель-дефектолог (тифлопедагог)