**При организации с детьми, имеющими нарушения зрения необходимо придерживаться следующих правил и требований.**

1.Обязательное установление режима дня, как условие своевременного и правильного нервно- психического и физического развития ребёнка (организация бодрствования, сна, питания, режим прогулок).

2.В основе гигиенических мероприятий по охране зрения лежит рациональное освещение помещения, где находится ребёнок (рабочее место и игровое помещение, место, где расположен компьютер).

Глаз лучше приспособлен к дневному освещению, поэтому следует вводить близкие к нему – люминесцентные лампы (они обладают равномерным свечением и дают мягкий рассеянный свет, они не создают бликов и теней).

Обязательно должен быть плафон. Лампа не менее 60 ватт. Свет падает слева. Свет необходимо включать и во время просмотра телевизора.

3.Следить за использованием косметических средств, неправильное их использование может привести к раздражениям, воспалениям.

4.Обязательно необходимо обратить внимание на посадку детей во время занятий, для этого необходимо правильно подобрать мебель, в соответствии с ростом ребёнка.

 Мебель по возможности подбирать светлых тонов – она не поглощает, а отражает свет.

5.Правила ношения очков (правильно хранить – в футляре или в специальном сшитом кармашке: снимать, класть на стол, чтобы не деформировалась оправа, следить за чистотой стёкол).

6.При организации занятий необходимо соблюдать требования к наглядному демонстрационному материалу: пособия должны быть крупными, яркими с чёткими контурами.

7. Легче воспринимаются длинноволновые цвета - красный и оранжевый, средневолновые – жёлтый, зелёный, поэтому цвет для пособий выбирают преимущественно красный, оранжевый, жёлтый, зелёный, так как они лучше воспринимаются колбачковым аппаратом глаз. Не рекомендуется использовать цвета холодных оттенков (фиолетовый, синий, голубой), т.к. они наиболее трудны для восприятия.

Необходимо использовать разнообразие фонов, улучшающих зрительное восприятие при демонстрации объектов (наиболее благоприятен показ на чёрно-белом фоне, зелёном (успокаивающем) или коричневом (спокойном - контрастном), оранжевом (стимулирующем).

8.Необходимо обязательно использовать подставки - для детей со сходящимся косоглазием (взор должен идти вверх, вперёд).

9.Больше обследовать натуральные предметы, выделять их части. Игрушки не должны быть стилизованными, а больше быть похожими на натуральные объекты.

10.Утренний период времени наиболее благодатен для игр и занятий.

11.Не рекомендуется использовать пособия с глянцевой и полированной поверхностью, при использовании доски: доска должна быть покрашена в темно-зелёный цвет и так не иметь бликов, чтобы снять блики, её протирают сразу после покраски и просыхания нашатырным спиртом, обязательно использование указок для прослеживания контура или рисунков.

12.Обязательное использование зрительной гимнастики 3-4 раза в течение дня. Во время работы, где идёт большая игрушка на зрительный анализатор , зрительная гимнастика проводится через каждые 5-7 минут.