

ԲԱԺԻՆ 3. ՀԱՏՈՒԿ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ  
РАЗДЕЛ 3: СПЕЦИАЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА  
SECTION 3: SPECIAL PEDAGOGY

ПРОФИЛАКТИКА БЛИЗОРУКОСТИ У ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ СЕМЬИ

**Азарян Роберт**

*Армянский государственный педагогический  
университет им. Х. Абовяна, Армения*

**Меликян Лусине**

*Ширакский государственный университет  
им. М. Налбандяна*

**Краткое введение.** В статье представлены основные подходы к организации и проведению профилактики близорукости у детей в условиях семьи. Известно, что возникновение близорукости часто отмечается в дошкольном возрасте, когда ребенок в условиях семьи не соблюдает нормы, правила и требования к зрительной работе во время игр, рисования, просмотра телепередач, занятий на компьютере и т.д. И от того насколько информированы родители в вопросах профилактики близорукости у детей, во многом зависит сохранение хорошего зрения. Это и определяет необходимость разработки подходов к профилактике близорукости у детей в условиях семьи и оказания информационной помощи родителям в этих вопросах.

**Проблема.** Известно, что в условиях семьи многие виды деятельности ребенка (игра с игрушками, рисование, просмотр рисунков и картинок, занятия на компьютере и др.) проводятся не в благоприятных условиях зрительной работы, не соблюдаются нормы, требования и режим зрительной работы и отдыха глаз, что приводит к появлению близорукости у детей. (А.Н. Дымщиц, 1963; Э.С. Аветисов, 1975; А.Н. Гнеушева, 1982; Л.И. Солнцева, 1999; Р. Н. Азарян, 2008; Л. П. Рудницкий, 2018 и др.). Эта проблема усложняется тем, что многие родители не обращают внимание на условия проведения зрительной работы ребенка, а зачастую и не имеют должной информации о правилах и нормах зрительной работы и отдыха глаз ребенка. Поэтому изучение многих аспектов этой проблемы и разработка подходов к оказанию информационной помощи родителям в вопросах профилактики близорукости у детей в условиях семьи станет основой успешного решения этой проблемы и сохранения хорошего зрения у детей.

**Анализ актуальных исследований и публикаций, связанных с проблемой.**

В общей системе развития ребенка неизмеримо возрастает роль семьи и информированности родителей в вопросах укрепления здоровья ребенка, профилактики заболеваний, в том числе и близорукости. (А.Г. Литвак, 1985; R. Frenkenreich, R. Popula, 1990; Р.Н. Азарян, 1994; И.Л. Ферфильфаин, 2004; Н.Б. Мирская, 2016 и

др.). Однако несоблюдение норм, правил, требований и условий зрительной работы и отдыха глаз у детей в условиях семьи и недостаточная информированность родителей в этих вопросах зачастую становятся причиной возникновения близорукости у ребенка. Поэтому изучение условий проведения зрительной работы ребенка в условиях семьи и уровня информированности родителей в этих вопросах всегда находилось в центре внимания тифлопедагогов и тифлопсихологов.

В специальной научно-методической литературе подчеркивается важность профилактики близорукости у детей в условиях семьи, формирования и развития информированности родителей в вопросах соблюдения норм, правил, требований и условий зрительной работы и отдыха глаз детей (Л.А. Дымщиц, 1963, Л.И. Солнцева, 2000; Э.С. Аветисов, 2002, 2005; E. Ntuli, M.A. Traore, 2013; Н.Б. Мирская, 2016; И.И. Коган, 2017 и др.). Однако многие вопросы этой проблемы на сегодняшний день недостаточно разработаны.

Изложенное и определяет актуальность настоящего исследования, ее теоретическую и практическую значимость.

**Цель исследования.** Определить основные подходы к профилактике близорукости у детей в условиях семьи.

**Ключевые слова:** близорукость, семья, профилактика, дети с нарушением зрения, информированность родителей, проблема, зрительная работа, отдых глаз, исследование.

**Новизна** настоящего исследования определяется как теоретической и практической важностью рассматриваемой проблемы для профилактики близорукости у детей в условиях семьи, так и недостаточной изученностью и разработанностью основных подходов к соблюдению условий зрительной работы и отдыха глаз ребенка в условиях семьи и расширения информированности родителей в этих вопросах.

Важность проблемы определяется прежде всего тем, что многие родители не имеют достаточной информации о нормах, правилах, требованиях и условиях зрительной работы и отдыха глаз ребенка в игровой, учебной деятельности, занятиях на компьютере и т.д.

Итак, изучение специальной научно-методической литературы и ознакомление с опытом отдельных семей по соблюдению правил, норм, основных требований и условий зрительной работы и отдыха глаз ребенка в различных видах деятельности показывают, что от уровня информированности родителей в подходах к профилактике близорукости, от степени участия их в организации различных мероприятий для соблюдения требуемых норм, правил и условий зрительной работы и отдыха глаз ребенка в различных видах деятельности во многом зависит сохранение хорошего зрения у ребенка.

В связи с изложенным выше можно утверждать, что основная направленность настоящего исследования состоит в определении основных подходов в создании

благоприятных условий зрительной работы и отдыха глаз ребенка в различных видах деятельности в условиях семьи и выделении круга вопросов, относительно которых должны быть информированы родители для сохранения хорошего зрения у детей. С этой целью нами изучена и проанализирована специальная литература по исследуемой проблеме, проведены наблюдения за играми ребенка, рисованием, занятиями на компьютере в условиях семьи, опрос и беседы с родителями по изучаемым вопросам.

Результаты проведенной работы позволили выделить ряд вопросов, которым в семьях почти не уделяется внимания при различных видах зрительной деятельности детей, занятиях и играх на компьютере и др. Это позволило нам выделить следующие основные направления создания условий зрительной работы ребенка в различных видах деятельности с целью профилактики близорукости у них:

1. Создание нормальной освещенности в помещении, на игровой площадке и на рабочем столе:

- окна в комнате, где играет или занимается ребенок, не должны быть завешены шторами ;
- свет на игровую площадку или рабочий стол должен падать слева от ребенка;
- при игре или других видах зрительной работы свет не должен падать прямо на глаза;
- чаще следует пользоваться естественным освещением, чем искусственным;
- при зрительной работе на рабочем столе и плохой освещенности следует использовать настоящую лампу;
- при просмотре телепередач или занятий на компьютере свет должен падать сверху и сзади ребенка.

2. Соблюдение режима зрительной работы и отдыха глаз:

- при работе на рабочем столе (рисование, игра с мелкими предметами, просмотр картинок и рисунков и т.д.) зрительная нагрузка у ребенка дошкольного и младшего школьного возраста должна длиться от 20 до 45 минут;
- после установленного режима зрительной работы должен быть соблюден активный отдых глаз: ходьба, пребывание на свежем воздухе, выполнение двух-трех простых движений руками и туловищем, 1-2-х упражнений для глаз, для снятия зрительного напряжения и т.д.;
- при зрительной работе на рабочем столе расстояние от глаз до тетради, рисунков, картинок и других предметов должно составлять 20-25см.

3. Соблюдение правильного питания и режима дня ребенка:

- завтрак, обед, полдник и ужин ребенка должен быть организован строго в отведенные часы;

- в питание ребенка должны быть включены продукты, содержащие витамин «А»: сливочное масло, желток яйца, морковный сок, молоко и др.;
- в режиме дня ребенка должно быть отведено время для пребывания на свежем воздухе;
- в течении дня ребенок должен много двигаться, выполнять простые движения, упражнения, игровые задания, закаливающие процедуры и другие мероприятия, укрепляющие здоровье.

4. Профилактика и устранение следующих вредных привычек ребенка, которые могут стать причиной появления косоглазия, близорукости и других нарушений зрения:

- выполнение зрительной работы (рисование, занятие на компьютере и др.) сопровождается одновременным просмотром телепередач или беседой с родителями, братьями или сестрами;
- частые моргания глаз;
- потирание рукой одного или обоих глаз;
- чрезмерный наклон головы во время зрительной работы;
- выполнение зрительной работы лежа или полулежа;
- постоянное использование острых или режущих и колющих предметов.

Вышепредставленные основные направления работы семьи по созданию благоприятных условий зрительной работы и отдыха глаз детей, питания, организации правильного режима дня, устранение вредных привычек станут основой профилактики близорукости у этих детей в условиях семьи.

Из сказанного становится очевидным, что решение этой задачи во многом зависит от уровня информированности родителей в этих вопросах, от уделения постоянного внимания на правильное питание ребенка, освещенности помещения, игровой площадки и рабочего стола, условия зрительной работы и отдыха глаз ребенка и др. Поэтому для формирования и расширения уровня информированности родителей в вопросах профилактики близорукости у детей должна быть выполнена следующая работа:

- формирование и развитие психологической готовности родителей последовательно проводить работу в семье по профилактике близорукости у детей;
- предоставить родителям необходимую информацию об основных причинах возникновения близорукости у детей;
- содействовать установлению правильного освещения помещения, игрового уголка и рабочего стола ребенка;
- помочь в организации и проведении работы с ребенком по соблюдению норм, правил, требований и условий зрительной работы и отдыха глаз;
- предоставить информацию и помочь в организации и проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий, закаливающих процедур;

- предоставить информацию и помочь в организации и проведении работы по профилактике и устранению вредных привычек ребенка;
- ознакомить родителей со специальной литературой по профилактике близорукости у детей.

Становится очевидным, что одним из возможных разделов работы, проводимой врачами, тифлопедагогами и тифлопсихологами с родителями и членами семьи является подготовка их к последовательному и целенаправленному проведению мероприятий по профилактике близорукости у детей. С этой целью могут быть организованы и проведены серии мероприятий на базе специальных и интегративных детских садов и школ, лечебно-профилактических центров, территориальных поликлиник и других специальных учреждений.

Вышепредставленные задачи могут быть реализованы при широком использовании как индивидуальных, так и групповых занятий с родителями и членами семей.

Таким образом, становится очевидным, что соблюдение основных подходов при создании благоприятных условий зрительной работы и отдыха глаз различных видах деятельности в условиях семьи и хорошая информированность родителей в этих вопросах станет основой профилактики близорукости у детей и сохранению хорошего зрения.

#### **Список использованной литературы:**

1. Аветисов Э.С., Близорукость, М., Медицина, 2002, 288 с.
2. Аветисов Э.С., Кашенко Т.П., Шамшонова А.М., Зрительные функции и коррекция у детей, М.: Медицина, 2005, 872 с.
3. Аветисов Э.С., Охрана зрения у детей, М., Медицина, 1975, 272 с.
4. Азарян Р.Н., Зрение ребенка. Методическое пособие, Ереван, 2008, 48 с.
5. Азарян Р.Н., Как сохранить и улучшить зрение ребенка, Ереван, 1994, 54 с.
6. Дымшиц Л.А., Профилактика близорукости у детей, Л., Медицина, 1963, 175 с.
7. Коган И.И., Функциональная и клиническая анатомия органа зрения ГЭТАР-Медиа, 2017, 208с.
8. Литвак А.Г., Тифлопсихология, М., Просвещение, 1985, 207 с.
9. Мирская Н.Б., Профилактика и коррекция функциональных нарушений и заболеваний органа зрения у детей и подростков, Изд-во Флинта, М., 2016, 272 с.
10. Рудницкий Л.П., Болезни глаз. Причина, профилактика, лечение, Питер, 2018, 160 с.
11. Солнцева Л.И., Тифлопсихология детства, М., Полиграф сервис, 2000, 250 с.
12. Фельфильфаин И.Л., Близорукость у детей и взрослых, Книга ПЛЮС, М., 2004, 104 с.
13. Հստուկ կրթության հանրագիտարան /Ռ. Ն. Ազարյանի խմբագրությամբ, Եր., 2012, 248 էջ:
14. Freudenreich R., Paste R., Popula Sionsentwicklung in Blinden- Schulen. –Die Sonderschule, 1990, N1, S. 107-113.
15. Ntuli E. Traore M., A study of ghananian. Early Childhood teacher' s perceptions about Inclusive Education / The joirnal of the international Association of Special Education, 2013, vol. 14, N1, p. 50-58.

## PREVENTION OF CHILDREN'S MYOPIA IN THE FAMILY

**Azaryan Robert**

*Armenian State Pedagogical University after Kh. Abovyan,  
Armenia*

**Melikyan Lusine**

*Shirak State University after M. Nalbandyan,  
Armenia*

### Summary

The article presents the main approaches to the organization and prevention of myopia in children in the family. It is known that visual impairment, including myopia, is often observed in childhood, when a child in the family does not follow the rules, regulations, and requirements set for the protection of vision and visual work during games, drawing, viewing pictures, drawings, computer activities, etc. The preservation of good vision mainly depends on how parents are informed about the prevention of myopia in children. This determines the necessity of developing of approaches for prevention of myopia in children in the family and for provision the informational assistance to parents in these matters.

This problem is complicated by the fact, that many parents do not pay needed attention to the conditions of conducting the child's visual work, and often do not have the necessary information about the rules and standards of visual work and rest of the child's eyes. Therefore, the study of many aspects of this problem and the development of approaches for providing the informational assistance to parents on the prevention of myopia in children in the family will be the basis for a successful solution to this problem and maintaining good vision in children.

Thus, this article is based on the study of special literature and the experience of some families in observing the rules, norms, basic requirements and conditions of visual work and rest of the eyes of the child in various types of activities, and presents a number of questions and defines the main directions the family should pay great attention to for developing good vision in the child and for preventing myopia.

### References:

1. Avetisov S.E., Myopia, M, Medicine, 2002, p. 288.
2. Avetisov S.E., Vision protection in children, M, Medicine, 1975, p. 272.
3. Avetisov S.E. , Kashchenko T.P. , Shamshinova A.M., Visual functions and their correction in children M, Medicine, 2005, p. 872.
4. Azaryan R.N., Child's Vision, Methodological guide, Yerevan, 2008, p. 48.
5. Azaryan R.N., How to maintain and improve a child's vision, Yerevan, 1994, p. 54.
6. Dymshits L.A., Prevention of myopia in children, Medicine, 1963, p. 175.
7. Kogan I.I., Functional and clinical anatomy of the organ of vision, 2017, p. 208.
8. Litvak A.G. Typhlo-psychology, M., 1985, p. 207.
9. Mirskaya N.B., Prevention and correction of functional disorders and diseases of the organ of vision in children and adolescents, M., 2016, p. 272.
10. Rudnitsky L., "Eye diseases. Causes, prevention, treatment", S.-P., 2018, p. 160.
11. Solntseva L.I., Childhood Typhlo-psychology, M., 2000, p. 250.
12. Ferfilfayn I.L., Myopia in children and adults, M., 2004, p. 104.
13. Encyclopedia of special education, edited by R.N. Azaryan, Yerevan, 2012, p. 248.
14. Freudenreich R., Paste R., Popula eiosentwicklung in blinden, Schulen, Die Sonderschule, 1990, n.1, s.107, p.113.

15. Ntuli E., Traore M., A Study of Ghanaian Early Childhood Teachers' Perceptions about Inclusive Education, The journal of the international association of special education, 2013, vol. 14, n.1, pp.-50-58.

*Материал был представлен и отправлен на рецензию: 11.03.2020*

*Принято к публикации: 23.04.2020*

*Рецензент: канд. пед. наук, доцент Арусяк Оганисян*

*The material was submitted and sent to review: 11.03.2020*

*Was accepted for publication: 23.04.2020*

*Reviewer: Assoc. Prof., Ph.D. Arusyak Hovhannisyan*

## **ПОДХОДЫ К ОКАЗАНИЮ ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОМОЩИ РОДИТЕЛЯМ, ВОСПИТЫВАЮЩИМ РЕБЕНКА С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ**

**Денискина Венера**

*Московский педагогический  
государственный университет, Россия*

**Азарян Кристина**

*Армянский государственный педагогический  
Университет им. Х. Абовяна, Армения*

**Краткое введение.** В статье раскрываются основные подходы и положения к оказанию информационной помощи родителям, воспитывающих ребенка с нарушением зрения. Известно, что воспитание, обучение и развитие ребенка начинается в семье. И от того, насколько информированы родители о возрастных и психофизических особенностях развития детей с нарушением зрения, средствах, методах и условиях их применения для решения многих воспитательных задач, зависит успех проведения всей коррекционно-развивающей работы. Это и определяет необходимость разработки подходов к оказанию информационной помощи родителям в воспитании, обучении и развитии детей с нарушением зрения.

**Проблема.** Известно, что нарушения зрения значительно затрудняют игровую, двигательную, познавательную, учебную, трудовую и другие виды деятельности. Незрячие и слабовидящие дети отличаются пассивностью, замкнутостью, они стараются меньше двигаться, общаться с окружающими (М.Н. Земцова, 1956; А.Г. Литвак, 1985; Л.И. Солнцева, 2001; М. Zejrus 2007; Р.Н. Азарян, 2008; Л.В. Мардахаева, Е.А. Орлова, 2012; Е.Н. Подколотина, 2014 и др.). Поэтому изучение многих аспектов рассматриваемой проблемы и разработка подходов к оказанию информационной помощи родителям в воспитании, обучении и развитии ребенка с