***Учим ребенка ходить самостоятельно – опыт родителей*** (из книги В. Озерова. «Беседы с родителями незрячих детей»)

** ***Вячеслав Дмитриевич Озеров*** *- отец тотально незрячего сына, общественный деятель. Один из инициаторов создания и председатель АРДИЗ – одного из первых объединений родителей детей-инвалидов Санкт-Петербурга, впоследствии - вице-президент ГАООРДИ. Организатор летних социально-реабилитационных программ для детей-инвалидов по зрению, автор серии статей и книги «Беседы с родителями незрячих детей»*. *Ниже приводится отрывок из главы «Учимся ходить самостоятельно».*

…Для слабовидящих детей обычно нет больших проблем с ориентировкой и мобильностью. Обучение мобильности для них сводятся, в основном, к научению быть внимательным при передвижении, при посадке в общественный транспорт и высадке из него, а также в четком соблюдении правил дорожного движения.

***Среди незрячих детей, можно выделить две группы:***

*К первой группе* можно отнести детей, имеющих остатки зрения, не позволяющие им учиться по обычным учебникам, но достаточные, чтобы заметить крупные препятствия на своем пути, различать сигналы светофора, свет фар. Такие дети неплохо ориентируются на знакомых маршрутах. Обучение их мобильности не представляет большой сложности – достаточно им несколько раз пройти с сопровождающим по новому маршруту. Разовые поездки на более длительные расстояния могут также совершаться ими без сопровождающих, при тщательном обсуждении маршрута и умения ребенка прибегать к помощи окружающих. На знакомых маршрутах незрячие этой группы белой тростью обычно не пользуются, но желательно, чтобы они использовали её в местах больших скоплений людей, в часы пик на транспорте, и при передвижении по новым маршрутам. В старших классах они часто выступают в роли поводырей для своих одноклассников, имеющих более плохое зрение.

*Другая групп*а – слепые дети, не имеющие остатков зрения или имеющие только светоощущение. Это самая малочисленная и самая сложная группа в освоении мобильности на большие расстояния. Расскажу, как я обучал сына самостоятельно ходить.

…Неплохую подготовку к ориентировке, сын получил в школе на уроках пространственной ориентировки и физкультуры… Правда, когда Максим начал учиться самостоятельно ходить по улицам, выяснилось, что в ориентировке у него есть пробелы, связанные с отсутствием четкого зрительного образа городских кварталов, расположения улиц относительно друг друга. После двух – трех поворотов на перекрестках он терял ориентацию и не мог даже пройти обратно по тому же маршруту.

… Дома, вместе с Максимом начертили рельефно-точечные карты микрорайона нашего дома, микрорайона школы, схемы переходов в метро. На картах контурно были показаны улицы, переходы через них, остановки транспорта. После детального изучения карт, как дома, так и в процессе движения у Максима сформировались четкие образы микрорайонов. Он стал соотносить свой маршрут с расположением улиц, перекрестков и интересующих нас объектов: дом, школа, магазины, остановки транспорта и даже находить обходные пути, когда обычный маршрут оказывался недоступен, например, из-за дорожных работ. В дальнейшем, проблем с потерей ориентации из-за поворотов на перекрестках не возникало.

… Человек, сопровождающий незрячего ребенка во время прогулки, поездки, должен…делать все возможное для формирования образов о предметах окружающего мира. Еще когда Максим только начал ходить, я выработал для себя **несколько обязательных правил**:

1. Никогда не спешить, когда идешь с незрячим ребенком. По ходу движения всегда объяснять ребенку любое заинтересовавшее его событие.

2. При посещении одного и того же места: детской площадки, поликлиники, ДДУ, магазина и т.п. - пользоваться одним и тем же маршрутом.

3. При прохождении по маршруту использовать прямолинейные отрезки пути, делая повороты, как правило, под прямыми углами. Никогда не пользоваться «коротким путем»: различными тропинками, не пересекать улицы вне зон пешеходного перехода и т. п. Всегда объяснять ребенку причину отклонения от прямолинейного движения.

4. Объяснять сыну, мимо чего проходим. А при его желании давать возможность ознакомиться с любым доступным для него предметом (препятствием). Ребенок должен иметь возможность потрогать, ощупать, обойти, обнюхать интересующий его предмет.

5. При движении по маршруту стараться фиксировать в памяти ребенка положение любого предмета, вызвавшие у него те или иные ощущения: осязательные, слуховые, обонятельные, вестибулярные.

6. Дома совместно вспоминать маршрут, новые предметы и находить аналоги с уже известными предметами.

Для слепого ребенка хорошим подспорьем в познании является трость, которая как бы «удлиняет» руку и позволяет ощупать предмет без непосредственного тактильного контакта…К восьмому классу Максим принимал трость как естественный атрибут, понимал её необходимость и использовал её в качестве щупа на сложных участках маршрута: на лестничных переходах в метро, эскалаторах и чтобы самостоятельно пройти небольшие участки маршрута. У нас никогда не возникало дилеммы: брать трость, или не брать.

В 9-11 классе … Максим стал совмещать учебу в школе с посещением Санкт-Петербургского центра медико-социальной реабилитации слепых, где прошел курс реабилитации, включающий пространственную ориентировку...   Но отсутствие тренировки быстро могло свести все знания на нет. Поэтому с сентября мы уже самостоятельно стали отрабатывать хождение по ряду маршрутов. Такие тренировки делали 2- 3 раза в неделю. Основной маршрут был из дома в школу и обратно… Иногда надо было ездить по другим маршрутам: в библиотеку, на занятия английским языком и другие места.

Вначале мы ходили по каждому маршруту вместе: Максим шел впереди, используя трость, а я, находясь сзади в 2 – 3 метрах, объяснял ему, мимо чего он проходит, какие препятствия подстерегают, куда и как надо поворачивать и т.п. При необходимости отдельные участки проходили по несколько раз. Затем Максим стал ходить один, а я шел на некотором отдалении от него: сзади в метрах 20 – 30 либо по другой стороне улицы. Подходил к нему, только когда видел явные затруднения или грубые промахи. После прохождения маршрута мы обсуждали ошибки и их причины. Для подстраховки опробовали несколько альтернативных вариантов маршрута. Наступил день (в конце второго месяца тренировок), когда решили, что пора Максиму ехать в школу одному. Из дома он вышел один, я же, подождав несколько минут, пошел следом. Быстро догнал и, держась на расстоянии, проводил до школы. Так повторилось несколько раз. Вечером мы обсуждали каждый его поход, я соотносил его впечатления с моими наблюдениями и делал на основании них некоторые замечания, высказанные в виде предположений. У Максима повысилась уверенность в себе, вырос авторитет у товарищей и учителей. А о том, что я его некоторое время «пас», он узнал много позже. С тех пор он стал ездить по городу самостоятельно. Не скрою, я волновался за него, когда от него не было своевременного звонка о благополучном завершении похода или когда он опаздывал домой – это естественная реакция любого родителя, но моё волнение не в счет по сравнению с его сегодняшней самостоятельностью.

Сегодня он один ездит в университет, в библиотеки, в театр, на встречу с друзьями. Бывают случаи, когда ему необходим сопровождающий, тогда он заранее с кем-нибудь договаривается или пользуется на отдельных участках маршрута помощью окружающих людей… При поездке по новому маршруту он заранее уточняет его особенности, места пересадок, время прохода и проезда на отдельных участках…

*Сегодня широко используются мобильные телефоны*. «Мобильник» - прекрасное средство связи, но он может стать причиной несчастного случая. Слепой, двигающийся по маршруту, прежде чем ответить по телефону, должен найти безопасное место для разговора. Например, он переходит улицу или идет в сплошном потоке людей или т.п., но, услышав сигнал Вашего вызова и зная, что Вы волнуетесь, если он долго не отвечает, начинает спешить, а спешить или отвлекаться во время движения для него опасно. Эту проблему мы решили следующим образом: когда я звоню сыну, то жду его ответа в течение трех первых гудков, затем прекращаю вызов – значит, он не может ответить. Максим во время движения, узнав по мелодии вызова, что звоню я, не спешит ответить, и перезванивает, когда у него появляется возможность. Обычно приходится ждать его звонка не более двух минут. Так же он реагирует во время движения и на другие звонки.