*ИНФОРМАЦИЯ ОТ УЧИТЕЛЯ-ДЕФЕКТОЛОГА КЛАССОВ ОХРАНЫ ЗРЕНИЯ*

### КАК НОСИТЬ ОЧКИ

Многим детям, чтобы нормально видеть или для коррекции зрения, нужно носить очки, но не все дети это охотно делают.

*Чтобы дети примирились с очками, родители должны побеседовать о том:*

- как ясно и отчётливо они видят, когда надевают очки. Что у каждого из нас есть какой-нибудь недостаток. У некоторых детей плоскостопие, и им приходится носить обувь со специальными вкладышами, у других болят зубы, и они вынуждены посещать зубного врача, чтобы ставить пломбы. В конце концов носить очки не так уж плохо. Выйдя на улицу мы видим, что многие носят очки;

- что с очками надо обращаться бережно, ведь хорошие очки стоят дорого, и нужно стараться их не разбить;

- обратить внимание детей, чтобы они не оставляли очки где попало: ведь даже самые прочные могут сломаться от плохого обращения;

- чтобы не носили очки в кармане брюк или платья, ведь оправа может прогнуться или сломаться или можно случайно сесть или упасть на очки и раздавить стёкла;

- когда дети снимают очки, лучше класть их в нагрудный карман рубашки или куртки. Хранить очки лучше и надёжнее в жёстком очёчнике;

- нужно снимать очки, когда дети играют в подвижные игры. Когда они снимают очки, чтобы клали их на стол стёклами вверх, чтобы они не поцарапались;

- обратить внимание детей на то, что очки регулярно надо мыть, грязь на очках мешает хорошо видеть и приходиться постоянно напрягать зрение;

- спрашивайте у детей хорошо ли они видят в очках, если плохо, нужно обратиться к окулисту.

C уважением учитель – дефектолог.