**Прогулки с незрячими детьми.**

 Прогулки могут быть разными: просто во дворе возле дома, в парке или ещё где-то. Однако не должно быть прогулок без цели. Пусть каждая будет маленьким уроком. Очень часто родители уединяются со своими детьми, гуляют отдельно от детворы, и вся прогулка сводится к тому, чтобы ребёнок сидел бы на одном месте или передвигался в очень ограниченном пространстве под присмотром взрослого.
 Но слепого человечка, как никакого другого, необходимо поощрять к самостоятельности. Отсутствие зрения не означает, что он не может адекватно познавать окружающий его мир. Только способы познания — через осязание, движение, слух и обоняние — требуют от него большей активности и самостоятельности, чем от зрячего.
 Куда бы вы не пришли с ребёнком, обязательно познакомьте его с этим местом, особенно, если оно для него новое. Дайте возможность всё обследовать руками, до всего дотронуться. Если это игровая площадка, то обойдите её всю, покажите границы, предметы, которые на ней находятся, и все препятствия. Малышу необходимо получить достаточно полное представление обо всей площадке, а не только о том уголке, где вы предпочитаете с ним гулять. Помогите ему познакомиться и обследовать горку, качели, песочницу. Покажите, где пролегают дорожки, какие растут на площадке деревья, кусты. Если необходимо, поднимите на руки, чтобы он смог дотянуться до верха обследуемых объектов. К одному и тому же месту гуляния первое время, пока ребёнок не полностью изучил его, лучше возвращаться довольно часто, чтобы он чувствовал себя всё свободней и свободней. Это воспитывает уверенность в себе.
 Не избегайте встреч с людьми, наоборот, стремитесь к тому, чтобы маленький человек усваивал навыки общения с другими. Найдите товарищей по играм и прогулкам. Лучше, если сначала вы познакомите его с одним зрячим ребёнком и научите их играть вместе. Затем круг знакомства можно расширять.
 Маленькие слепые дети, как правило, избегают контактов с незнакомыми. Поэтому проявите терпение, поговорите с родителями зрячего ребёнка, объясните особенности своего, расскажите, что он умеет делать. Ваша задача облегчается, если в семье уже есть старшие дети, но если он единственный, то знакомство со сверстниками или со старшими позволит ему приобрести товарищей по совместным играм и в определённой мере освободит вас от постоянной опеки на прогулке.
 Первое время старайтесь организовывать совместные игры детей сами, и пусть они играют под вашим присмотром. Со временем, когда товарищи вашего ребёнка освоятся с его особенностями, можно с ними отпускать его на прогулку.
 Гулять надо в любое время года и в любую погоду. Чем больше впечатлений об окружающем мире будет получать ваше чадо, тем полнее будут у него представления. Так, зимние прогулки, катание на санках, лыжах и коньках доставят ему столько же радости, сколько и зрячему, только необходимо предварительно объяснить, показать и всё выполнить вместе с ним: и с горы скатиться, и на лыжах пройти. Ваше участие и ваша уверенность в успехе дадут ему силы преодолеть в себе неуверенность или страх перед новым.
 Ваши совместные прогулки могут иметь вполне определённую цель: зайти в магазин за продуктами, в аптеку за лекарствами, на почту и т.д. Такие совместные походы являются хорошей школой. Предварительно перед выходом необходимо рассказать, куда вы пойдёте, что вы будете делать, как следует себя вести. Поясните, каким маршрутом вы пойдёте, сообщите названия улиц.
 Если вы едете на каком-нибудь транспорте, то ребёнок должен быть предупреждён об этом. Лучше, если он будет заранее подготовлен. Во время пути обращайте его внимание на особенности маршрута, тренируйте в умении ориентироваться на улице. При движении по тротуару пусть он идёт справа, чтобы встречные прохожие не наталкивались на него. Запомните, что и взрослого слепого следует сопровождать, находясь от него слева, и пусть он держит вас под руку, а не вы его. Когда вы ведёте своего ребёнка за руку, то не тащите его, приноровите свой шаг к его шагам.
 Как бы вы не спешили, помните, что вы ведёте незрячего, который не может увидеть моментально весь путь, дайте ему возможность познакомиться с той дорогой, по которой вы идёте. Перед каждым изменением пути следования (поворот, переход, ступеньки и т.п.) чуть приостановитесь и предупредите об этом («поворот направо», «ступеньки вниз»).
 Во время движения обязательно обращайте внимание малыша на звуки (что и как звучит); на запахи (некоторые места улиц имеют очень чёткий запах: магазины, например, парфюмерный, булочная, аптека, бензоколонка и т.п.); на особенности дороги, которые можно почувствовать стопой через обувь.
 Большое значение имеет умение определять с помощью сохранных органов чувств состояние погоды и даже время суток. Не забывайте обратить внимание на это, расскажите об изменениях, которые происходят в природе.
 Одно из суждений практиков и учёных заключается в том, что ребёнку нужно давать с раннего возраста трость для ориентировки при ходьбе на улице. В то же время многие специалисты считают, что к такому способу ориентировки следует переходить тогда, когда ребёнок получил достаточно полное представление об окружающем пространстве: тростью можно узнать то, что уже было изучено с помощью осязания. Поэтому очень важно научить его хорошо ориентироваться дома, во дворе, на ближайшей к дому улице посредством осязания, слуха и обоняния. Придя в какое-нибудь помещение, особенно впервые, дайте малышу возможность освоиться, познакомьте его с размерами этого помещения, по возможности, расскажите, что и где находится, и покажите ему.
Будьте терпеливы и последовательны, ведь для того, чтобы познакомиться с новым помещением, слепому необходимо совершить множество действий и затратить определённое время. Побуждайте сына или дочь к самостоятельным действиям, к вопросам относительно того места, где вы находитесь.
 Обратите внимание на звуки, объясните их происхождение. Знакомые звуки воспринимаются по-разному в зависимости от размеров пространства. Пусть ваш подопечный использует это свойство для определения размеров помещения. Обойдите его вместе по периметру в одну и в другую сторону от двери, дайте до всего дотронуться и ощупать. Это следует делать так, чтобы не мешать окружающим, не стесняйтесь любопытных взглядов или замечаний.
 В магазине предложите ребёнку, например, самому оплатить покупку в кассе и получить товар. Научите, как правильно обратиться к продавцу, как занять очередь. Со временем, когда ваше чадо станет постарше и освоится, можно будет посылать его в магазин одного за небольшими покупками. Конечно, многое определяется тем, где вы живёте, как далеко находится от вас магазин, сложно ли до него добраться.
 Совместные походы по хозяйственным делам воспитывает самостоятельность, а сознание своей полезности окрыляет. Подросток приобретёт ценный жизненный опыт: научится обращаться к незнакомым людям, усвоит цены, познакомится с различными учреждениями быта, запомнит запах и форму упаковки различных продуктов и т.п. Всё это ему пригодится и в учёбе, и в дальнейшей самостоятельной жизни.