

VIỆN KHOA HỌC GIÁO DỤC VIỆT NAM
DỰ ÁN CAN THIỆP SỚM TRẺ KHUYẾT TẬT DỰA VÀO GIA ĐÌNH
HUYỆN BẮC QUANG, TỈNH HÀ GIANG

CAN THIỆP SỚM TRẺ KHIẾM THỊ

Th.S. Phạm Minh Mục

**Early Intervention
for Children with Visual Impairment**

HÀ NỘI, 2008

VIỆN KHOA HỌC GIÁO DỤC VIỆT NAM
DỰ ÁN CAN THIỆP SỚM TRẺ KHIUẾT TẬT DỰA VÀO GIA ĐÌNH
Huyện Bắc Quang, Tỉnh Hà Giang

CAN THIỆP SỚM TRẺ KHIẾM THỊ

ThS Phạm Minh Mục

Hà Nội, 2008

MỤC LỤC

TRẺ KHIẾM THỊ.....	3
NHỮNG BỆNH VÀ TẬT VỀ MẮT THƯỜNG GẶP Ở TRẺ EM.....	5
PHÁT TRIỂN MỘT SỐ KỸ NĂNG CHO TRẺ KHIẾM THỊ.....	8
1. Phát triển và rèn luyện phần thị lực còn lại.....	9
2. Phát triển và rèn luyện xúc giác	11
3. Phát triển và rèn luyện thính giác	13
4. Phát triển và rèn luyện vị giác và khứu giác	16
5. Phát triển và rèn luyện kỹ năng vận động, định hướng và di chuyển ..	24
6. Phát triển và rèn luyện kỹ năng tự phục vụ.....	27
ĐỊA CHỈ CẦN BIẾT.....	34

TRẺ KHIẾM THỊ

Trẻ khiếm thị là trẻ em dưới 18 tuổi có khuyết tật thị giác, khi đã có phương tiện trợ thị nhưng vẫn gặp nhiều khó khăn trong các hoạt động cần sử dụng mắt.

Xác định trẻ khiếm thị

- Phát hiện trẻ khiếm thị thông qua quan sát cấu tạo của mắt
 - Không có mắt (Không có hốc mắt, không có cầu mắt)
 - Hình dạng của mắt không bình thường
 - Mắt quá nhiều tròng trắng
 - Mi mắt bị sụp ít hoặc nhiều
 - Hai mắt không to bằng nhau
 - Mắt không sáng và không trong
 - Mắt có màu trắng đục
 - Cầu mắt lồi ra
 - Cầu mắt bị xẹp, mắt hõm sâu
 - Không có lông mày, lông mi
- Phát hiện trẻ khiếm thị thông qua các hoạt động của trẻ và chức năng của mắt
 - Không phản ứng với ánh sáng. Không chớp mắt khi chiếu đèn pin vào mắt.
 - Không dõi theo vật chuyển động trong khoảng mắt nhìn thấy.
 - Không với lấy đồ chơi, không thích thú dùng mắt khám phá các đồ chơi khi cầm chúng.
 - Không tiếp xúc bằng mắt khi được cho ăn hoặc âu yếm (Không nhìn hoặc mắt không biểu lộ với người chơi cùng).
 - Nhắm hoặc lấy tay che mắt khi tập trung nhìn.
 - Thường xuyên dụi/ ấn tay lên mắt.

- Cầm đồ chơi hoặc bất cứ cái gì có trong tay đưa lên sát mắt.
- Không thích các vật có màu sắc sặc sỡ và không chú ý tới sự khác nhau về màu sắc.
- Không nhìn thẳng vào vật cần nhìn mà nghiêng, cúi, ngửa đầu khi nhìn.
- Luôn cúi sát vật để nhìn.
- Hay phàn nàn vì đau đầu, buồn nôn, hoa mắt, mắt bị nóng và ngứa.
- Phàn nàn vì nhìn mọi thứ thấy bị mờ, không rõ.
- Sự phối hợp giữa mắt nhìn và tay làm không tốt.
- Không nhìn rõ người khác hoặc các vật khi trời chập choạng tối.
- Khi nhìn hai mắt không cùng tập trung vào vật cần nhìn
- Mắt nhìn không linh hoạt, lờ đờ
- Thường xuyên chảy nước mắt
- Mắt luôn có rỉ, có mù
- Mắt chớp liên tục
- Hay va vấp vào các vật/ người trên đường đi.
- Đưa tay cầm, với không đúng vật cần lấy.
- Trẻ khó nắm bắt các vật nhỏ hoặc điều khiển tay theo các đường nét nhỏ...



NHỮNG BỆNH VÀ TẬT VỀ MẮT THƯỜNG GẶP Ở TRẺ EM

- Bệnh đục thủy tinh thể bẩm sinh và cách phòng ngừa

Nguyên nhân:

Bệnh có thể do di truyền hoặc do mẹ bị nhiễm vi rút từ tuần thứ 5 đến tuần thứ 10 khi có thai.

Cách phòng và điều trị:

Cần xem xét tiền sử về các loại bệnh mắt của gia đình và đặc biệt khi người mẹ mang thai trong giai đoạn từ tuần thứ 5-10 cần tránh bị nhiễm các loại virus.

Chưa có phương pháp điều trị nội khoa cho người bị bệnh đục thủy tinh thể bẩm sinh. Nếu đục thủy tinh thể toàn bộ cả hai mắt nên mổ sớm (trẻ đã đủ 12 tháng tuổi) theo chỉ định của bác sĩ nhãn khoa.

- Bệnh Glôcôm bẩm sinh và cách phòng ngừa

Glôcôm là một tình trạng tăng nhãn áp bất thường.

Đề phòng bệnh glôcôm bẩm sinh

Nguyên nhân sinh bệnh của Glôcôm bẩm sinh chưa rõ ràng, còn có nhiều giả thuyết. Nhưng tất cả đều thừa nhận Glôcôm do sự phát triển bất thường và tồn tại trong phôi ở góc tiền phòng. Bệnh có thể do di truyền, do đột biến về gen hoặc bị ảnh hưởng từ những tác nhân thời kỳ mẹ mang thai.

- Bệnh khô mắt do thiếu Vitamin A

Là một bệnh được phát hiện từ lâu và bệnh có tính chất xã hội liên quan đến tình trạng vệ sinh, chế độ ăn uống của trẻ. Bệnh khô mắt dẫn đến mù thường diễn ra ở trẻ dưới 5 tuổi.

Nguyên nhân của bệnh

- Thiếu vitamin A kéo dài trong chế độ ăn uống của trẻ.

- Do rối loạn quá trình hấp thụ vitamin A qua ruột;

- Thiếu chất đạm trong dinh dưỡng của trẻ, gây hiện tượng phù toàn thân ảnh hưởng đến khả năng tự vệ của nhãn cầu, giác mạc và kết mạc.

Đề phòng khô mắt ở trẻ em do thiếu vitamin A cần nâng cao khẩu phần ăn của bà mẹ và trẻ, đảm bảo tỷ lệ vitamin A.

- Bệnh mắt hột ở trẻ em

Nguyên nhân: là một loại vi khuẩn có khả năng gây bệnh ở mắt.

Cách phòng bệnh:

Chú ý vệ sinh cá nhân, gia đình, nơi cộng đồng;

Dùng nước sạch để rửa mặt;

Không dùng chung khăn với người bệnh.

- Bệnh lậu ở mắt

Nguyên nhân: người mẹ có bệnh lậu khi sinh con.

Cách phòng tránh bệnh:

Trẻ cần được nhỏ thuốc tetracycline mỡ hoặc nitrat bạc ngay khi vừa sinh. Điều trị bệnh cho trẻ theo chỉ dẫn của bác sĩ nhãn khoa.

Khi người mẹ có bệnh nếu chưa chữa trị thì chưa nên sinh con.

- Tật khúc xạ mắt ở trẻ em

Cận thị: Nhìn xa không rõ, các đồ vật phải đưa sát mắt trẻ mới nhìn rõ hoặc trẻ nói như ruồi bay, sương mù chập chờn trước mắt.

Nguyên nhân:

Trẻ thường xuyên và liên tục nhìn gần.

Thiếu ánh sáng khi viết và đọc.

Bàn ghế ngồi học không thích hợp với độ tuổi.

Tư thế đọc và viết (ngồi đọc không có bàn ghế hay nằm đọc)

Cường độ làm việc của mắt và độ tuổi.

Viễn thị: Khó khăn khi nhìn các vật ở gần, nhìn được các vật ở xa.

Nguyên nhân :

Phần lớn người ta cho rằng sự ngừng trệ phát triển chiều dài của nhãn cầu là nguyên nhân của viễn thị.

Cá biệt còn do lệch thủy tinh thể hoặc có khối u ở sau nhãn cầu.

Loạn thị: Nhìn các vật không rõ, chập chờn; đôi khi trẻ kêu nhức đầu, chóng mặt. Trẻ bị loạn thị thường they lờ mờ khi nhìn bảng hoặc hay đọc nhầm các con chữ. Loạn thị có thể là đơn thuần hoặc phối hợp với cận thị (Loạn thị cận) hoặc với viễn thị (Loạn thị viễn) hay cả loạn thị cận và viễn (Loạn thị hỗn hợp). Mắt loạn thị được điều chỉnh bằng kính hình lăng trụ (Theo chỉ dẫn của bác sĩ nhãn khoa).

Nguyên nhân : Khuyết tật của giác mạc và các yếu tố khác khiến khi nhìn ảnh không hiện rõ trên võng mạc.

Cách phòng ngừa tật khúc xạ :

Đối với trẻ có tật khúc xạ (cận thị hoặc viễn thị) của mắt cần khắc phục những nguyên nhân gây ra tật.

Nếu phải dùng kính thì phải theo chỉ dẫn của bác sĩ nhãn khoa.

- Tật lác cơ năng

Lác cơ năng là hội chứng có hai đặc điểm: Sự lệch trục của nhãn cầu hoặc rối loạn thị lực cả hai mắt.



Nguyên nhân

Có từ 25-50% trẻ bị lác có yếu tố di truyền;

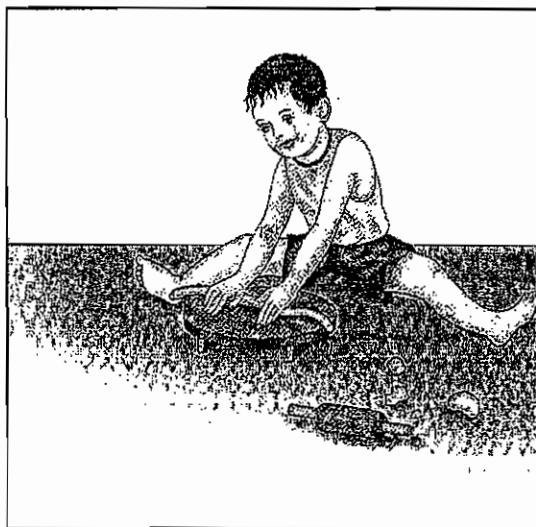
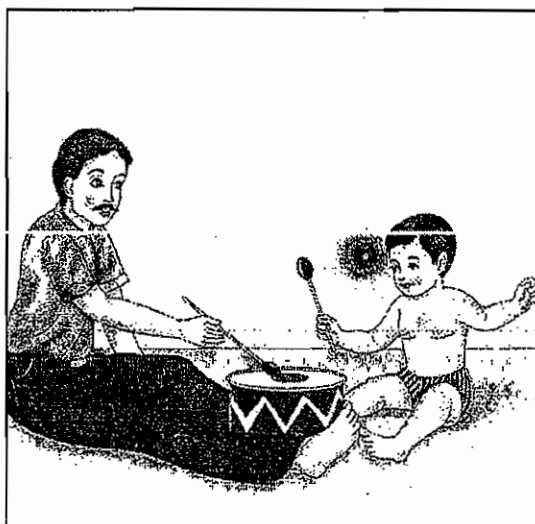
Có nhiều thuyết giải thích về cơ chế và nguyên nhân gây ra lác mắt, chưa có thuyết nào được công nhận một cách hoàn hảo.

Cách điều trị

Phẫu thuật lác mắt theo chỉ dẫn của bác sĩ nhãn khoa. Điều trị lác mắt phải lâu dài và có hệ thống, vì vậy, gia đình và bác sĩ phải phối hợp và kiên trì.

Điều trị giải phẫu kết hợp với luyện tập, đeo kính kết hợp với chống nhược thị, chỉnh quang trước và sau khi mổ.

PHÁT TRIỂN MỘT SỐ KỸ NĂNG CHO TRẺ KHIẾM THỊ



1. Phát triển và rèn luyện phần thị lực còn lại

Phải biết sử dụng phần thị giác còn lại của trẻ một cách hợp lý trong hoạt động, không làm cho chức năng của nó suy giảm mà ngược lại phải nâng cao, cải thiện khả năng phân biệt ánh sáng, màu sắc của mắt.

Dựa vào các mức độ khuyết tật khác nhau của mắt để hướng dẫn cho trẻ về thời lượng và khả năng dùng mắt trong từng hoạt động cụ thể. Những kỹ năng cơ bản trẻ khiếm thị cần đạt được khi sử dụng thị giác còn lại:

Nhận được hướng phát ra nguồn sáng;

Nhận biết và phân biệt được các màu cơ bản như: Xanh, đỏ, vàng...;

Tự bảo vệ mắt khỏi các tác nhân gây hại;

Kết hợp với tai, mũi, tay để tìm hiểu, khám phá các sự vật, hiện tượng.

Bài tập rèn luyện thị giác

HOẠT ĐỘNG 1: KÍCH THÍCH THỊ GIÁC

Xích lại phía trước trẻ và khuyến khích trẻ giao tiếp bằng mắt. Gọi tên trẻ để lôi kéo sự chú ý của trẻ.

Cầm vật có màu sắc hay đèn đưa gần vào khoảng nhìn thấy của trẻ. Cẩn thận, tuyệt đối không chiếu đèn đang sáng trực tiếp vào mắt của trẻ vì sẽ gây đau mắt.

Di chuyển vật có màu sắc hoặc đèn chậm rãi sang một phía và khuyến khích trẻ xem vật đó. Sử dụng đồ chơi phát ra âm thanh để kích thích trẻ.

Ngừng di chuyển vật trước mặt của bạn và gọi tên trẻ.

Vào giờ ăn, khuyến khích trẻ nhìn muống hoặc ly và dõi theo bằng mắt. Biết cách dùng vật đó ngay trước mặt bạn sẽ giúp trẻ nhìn vào bạn.

HOẠT ĐỘNG 2: TẬP CHO TRẺ NHẬN BIẾT NGUỒN PHÁT SÁNG

Trẻ còn nhận biết sáng tối hướng dẫn cho trẻ dựa vào các nguồn sáng xác định ngày - đêm, cửa sổ, cửa ra vào, bóng của cây, bức tường... Luyện cho trẻ các thao tác:

Quay trẻ một vài vòng sau đó hỏi trẻ đâu là cửa ra vào, cửa sổ;

Dùng nến, đèn di chuyển và đề nghị trẻ chỉ hướng chuyển động;

Dùng gương thay đổi hướng của ánh sáng cho trẻ dõi mắt theo (dạy trẻ tự chơi sẽ gây hứng thú nhiều hơn)...

HOẠT ĐỘNG 3: PHÂN BIỆT CÁC MÀU CƠ BẢN

Các bài tập sử dụng thị lực còn lại với các màu cơ bản cần tiến hành theo từng giai đoạn:

- Trẻ nhận biết màu đỏ, nhớ tên gọi sau đó đưa thêm vào nhóm các vật màu đỏ một vài vật mang màu xanh để trẻ phân loại riêng màu đỏ, số còn lại có cùng màu cho trẻ quan sát và cho trẻ biết tên gọi màu xanh.
- Tiếp tục làm như vậy đối với từng màu khác trong nhóm các màu đã biết.



- Trong khi dạy về màu cần chú ý đặt các vật lên phông có độ tương phản cao để trẻ dễ nhận biết.
- Luyện tập cho trẻ thông qua các trò chơi:

Chọn vật theo màu, chọn màu theo tên gọi;

Tô màu, trang trí theo tranh vẽ

Trò chơi xây dựng, xếp hình, ghép hình, nối hình (các khối đồng màu, khác màu);

Cắm cờ theo màu sắc;

Trò chơi xâu hạt (đồng màu, phối màu);

Trò chơi “Em đi qua ngã tư”...

HOẠT ĐỘNG 4:

BẢO VỆ VÀ PHÁT TRIỂN THỊ GIÁC CÒN LẠI CỦA TRẺ

Không nên cho trẻ sử dụng mắt quá nhiều và quá lâu vì điều đó sẽ làm cho mắt của trẻ xấu đi. Ngược lại, cũng cần tận dụng mọi cơ hội có thể để trẻ sử dụng mắt vào việc tìm hiểu, khám phá các sự vật và hiện tượng xung quanh.

Chú ý tới độ chiếu sáng và sự tương phản của màu sắc (giữa phông và vật được quan sát) cũng như kích thước của vật sao cho phù hợp.

Sử dụng cơ hội khi trẻ tập trung quan sát bằng mắt để nói chuyện, trao đổi cùng với trẻ.



Trong khi chơi nếu trẻ đang bị thu hút vào vật nào đó thì chúng ta cần tận dụng để hỏi và hướng dẫn trẻ tập trung quan sát, nhận xét về một số đặc điểm như : hình dạng, kích thước, chất liệu, cấu tạo ngoài...của vật.

Khi mắt bị hạn chế khả năng nhìn, trẻ cần học cách sờ, cách nghe âm thanh của vật (nếu có), nghe lời giải thích của cô, của bạn và nếm, ngửi (nếu có thể), nắn, nâng... để tìm hiểu thêm.

2. Phát triển và rèn luyện xúc giác

Cảm giác sờ

Cha mẹ hãy nâng bế trẻ, vuốt ve, âu yếm trẻ. Khi được bế và khi bú, trẻ hay quờ lên mặt và lên người mẹ, nên giúp trẻ làm điều đó, nếu trẻ không làm được.

Trẻ thích đưa tay hoặc chân lên miệng. Hãy cứ để trẻ làm (Phải bảo đảm để tay, chân trẻ sạch sẽ).

Nên đưa đồ chơi vào tay cho trẻ chơi.

Khi đồ chơi tuột khỏi tay, hãy giúp trẻ vươn tay về phía đồ vật, theo tiếng động khi rơi để tìm lại.

Dạy trẻ dùng tay chỉ vào các bộ phận trên cơ thể mình.

Đưa cho trẻ một vài đồ chơi, cho trẻ cầm và lắc chúng, đồng thời cho trẻ biết tên từng đồ chơi. Sau đó, hỏi trẻ: Con đang chơi với cái gì đấy?

Đưa cho trẻ vật mà trẻ thích, giúp trẻ nhận định hình dạng, các bộ phận, cho trẻ biết tên gọi vật đó, dùng làm gì và cách sử dụng.

Dắt trẻ đi chơi và cho trẻ biết là đang đi trên cỏ hay đường đá.

Cho trẻ thấy sự khác biệt khi đi ngoài nắng, trong bóng râm, trong khoảng gió thổi hoặc nơi kín gió.



Các bước tiến hành 'luyện sờ': (chú ý đến tư thế ngồi hoặc sờ)

Thông báo cho trẻ biết trước nhiệm vụ cần được thực hiện để trẻ an tâm, cần chú trọng khâu an toàn khi sờ con vật sống; cách thức sờ hiện vật;

Đặt đối tượng sờ đúng chiều, như sờ bức tranh nổi: phía đầu lên trên, phía chân xuống dưới...;

Giúp trẻ hướng đúng vào vật quan sát, đúng chỗ quan sát;

+ Sờ khái quát toàn thể vật cần quan sát, để tách đường viền của nó với nền xung quanh, sau đó sờ chi tiết để thấy vị trí, đặc điểm của mỗi bộ phận, lắp ráp lại từng bộ phận với nhau để có hình ảnh trọn vẹn. Chú ý về mối quan hệ của các bộ phận;

+ Khái quát mọi chi tiết, kết hợp các bộ phận với nhau để có hình ảnh trọn vẹn của sự vật hiện tượng. Chú ý quan hệ giữa các bộ phận theo đặc điểm, hình dạng độ lớn của vật cần quan sát mà yêu cầu trẻ vận động một hoặc hai tay theo hướng nào khi sờ.

+ Những vật thể có hình đối xứng, chuyển động của hai tay ngược chiều nhau.

+ Nếu vật không đối xứng thì dùng một tay cố định làm điểm xuất phát của tay kia, tay kia sờ theo đường viền, để rồi trở lại điểm xuất phát. Sau đó đổi tay để hình ảnh được xuất hiện trọn vẹn trên não bộ của trẻ.

+ Trong khi sờ, các ngón tay phải chuyển động nhiều (sờ đi, sờ lại) để vừa phát hiện, vừa ghi nhớ.

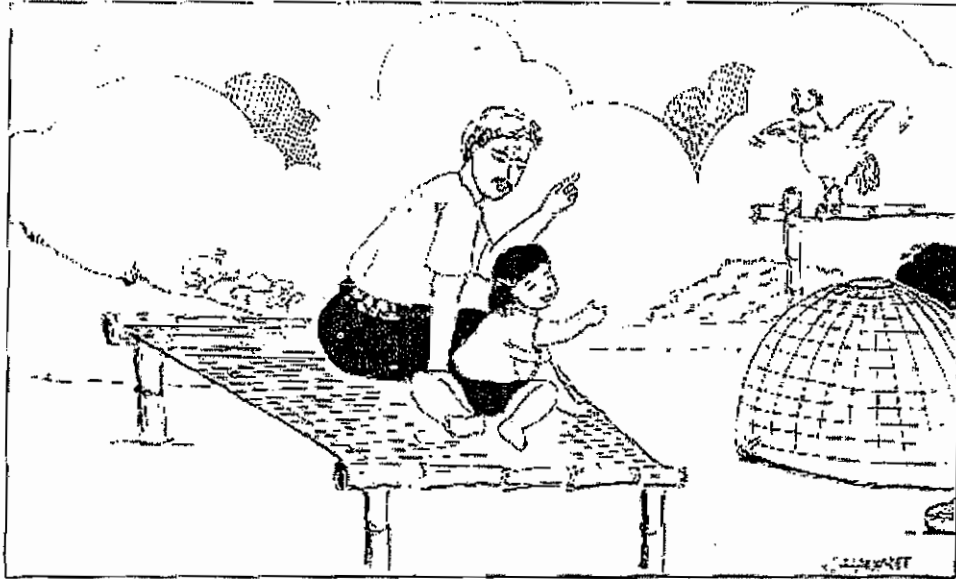
3. Phát triển và rèn luyện thính giác

Việc rèn luyện tai nghe bao gồm:

Định hướng được nơi phát ra âm thanh, khoảng cách phát ra âm thanh và hướng chuyển động của âm thanh đó.

Phân biệt được các loại âm thanh khác nhau.

Cảm thụ các loại âm thanh (trong tự nhiên và xã hội), gia đình cần tiến hành luyện khả năng nghe cho trẻ từ ngay từ khi còn nhỏ.



Bài tập rèn luyện thính giác cho trẻ khiếm thị

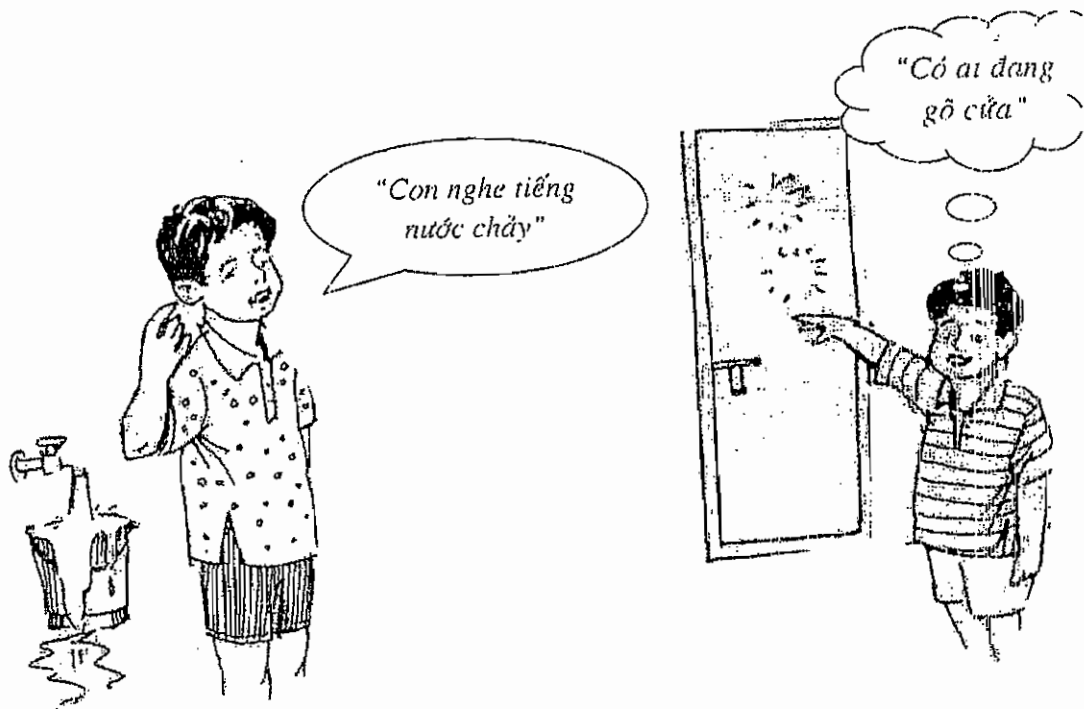
HOẠT ĐỘNG 1:

Ngồi cách xa đứa trẻ chừng 1- 2m, rồi lần lượt làm rơi chiếc thìa, cốc nhựa, bao diêm, đôi đũa...

Yêu cầu trẻ chú ý nghe và cho biết những vật gì đã rơi.

Khi trẻ nhận biết tốt, cùng một lúc tung hai, ba vật thể để tạo ra chất lượng âm thanh khác nhau và yêu cầu trẻ hãy kể tên các vật thể đó.

Những vật mới lạ cho trẻ tự quan sát sờ trước rồi cho rơi để nhận biết tiếng động.



HOẠT ĐỘNG 2:

Thay đổi vị trí tạo ra âm thanh và giúp trẻ hướng về phía âm thanh đã phát ra để xác định khoảng cách và hướng thay đổi của âm thanh đó.

HOẠT ĐỘNG 3:

Mỗi khi nói chuyện với trẻ, trước hết hãy gọi tên trẻ để hướng trẻ về phía mình.

Nếu trẻ bên mình, nên luôn nói chuyện hoặc tạo ra âm thanh để trẻ cảm thấy luôn có người ở bên cạnh trẻ.

HOẠT ĐỘNG 4:

Tập cho trẻ nghe quen tiếng bước chân bước của bố, của mẹ và của những người thân trong gia đình, để khi trẻ nghe tiếng bước chân của mỗi người, trẻ nhận ra được đó là ai.

HOẠT ĐỘNG 5:

Khi cha mẹ làm việc nhà, thường có âm thanh va chạm của đồ vật. Nên cho trẻ biết mình đang làm gì. Sau này khi làm việc đó, bạn có thể hỏi trẻ: “Đố con biết, bố/ mẹ đang làm gì?”.

HOẠT ĐỘNG 6:

Khách tới nhà, hoặc trẻ hàng xóm đến chơi, cần giúp trẻ nhận ra qua giọng nói: “Bác A đến chơi, con chào bác đi!”, hoặc “Bạn B đến chơi đây, con gọi bạn đi!”.

Luôn hướng dẫn trẻ biết hướng vành tai về phía phát ra âm thanh mà trẻ đang tò mò chú ý.

Nên dành thời gian hát và kể chuyện cho trẻ nghe. Dạy trẻ hát đúng theo nhịp điệu và vỗ tay theo hoặc cho trẻ tập kể lại chuyện sau khi đã hiểu nội dung.

HOẠT ĐỘNG 7:

Cho trẻ đứng ở vị trí khác nhau, gây ra âm thanh như: gõ, vỗ tay để trẻ quen xác định hướng của các âm vọng.

Sau đó cho trẻ tự tạo ra âm thanh và tự xác định vị trí của mình (các phía của bản thân trẻ).

HOẠT ĐỘNG 8:

Dùng các vật chướng ngại với chất liệu khác nhau cho trẻ nhận ra khi chạm gậy trong di chuyển những chướng ngại vật ấy, để tạo ra những loại âm thanh khác nhau.

4. Phát triển và rèn luyện vị giác và khứu giác

Đối với trẻ khiếm thị, khứu giác và vị giác có ý nghĩa hơn đối với trẻ bình thường ở chỗ giúp trẻ cảm nhận sự vật hiện tượng chính xác hơn vì bổ sung cho sự thiếu hụt của mắt nhìn. Nhờ có cảm giác này, trẻ mù có thể phân biệt được sự giống và khác nhau đặc trưng của vật thể.

Được rèn luyện ngửi và nếm (chất không độc hại) ngay từ nhỏ sẽ góp phần tích cực cho trẻ nhận biết thế giới xung quanh.

***Rèn luyện kỹ năng người
và ném:***



Nhận biết và phân biệt các mùi, vị khác nhau mà trẻ gặp trong cuộc sống hằng ngày.

Nhận biết người quen hay lạ dựa vào mùi mồ hôi hoặc mỹ phẩm thường dùng: Chủ động hướng dẫn và luyện tập cho trẻ

khiếm thị kỹ năng nhận biết bạn bè, những người xung quanh trẻ thông qua mùi bằng cách đưa ra các câu hỏi để trẻ tập trung hơn. Cùng cố thường xuyên cho trẻ kỹ năng nhận biết người thông qua mùi trong các hoạt động.

Rất nhiều sự vật thiên nhiên cũng như vật dụng trong sinh hoạt xã hội có những mùi đặc trưng, vì vậy trẻ mù cũng rất cần được hướng dẫn để nhận ra chúng.

Bài tập rèn luyện kỹ năng

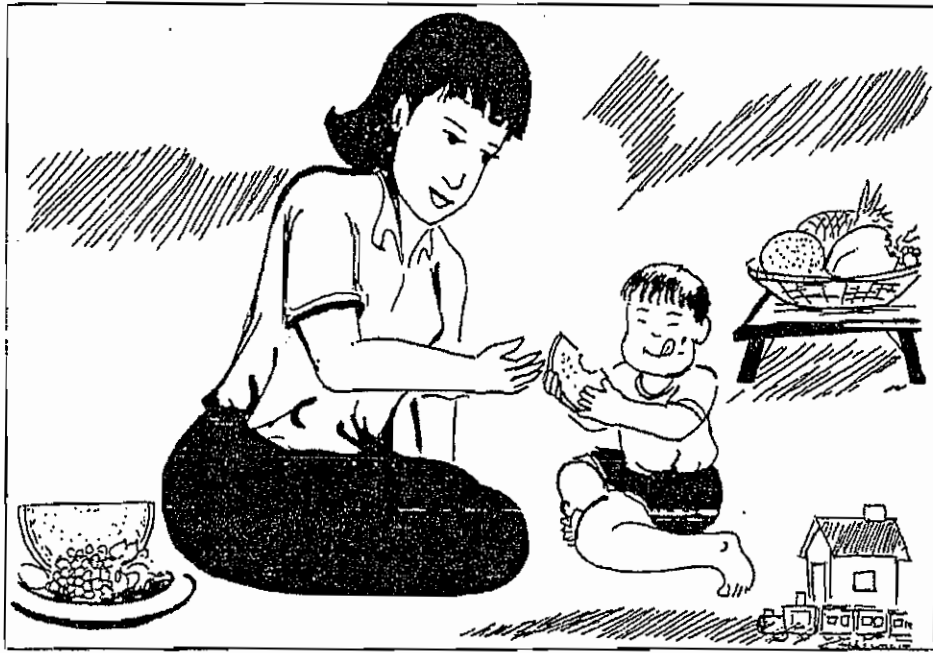
HOẠT ĐỘNG 1:

Nhận biết mùi thơm quyến rũ của hoa, quả tươi, thức ăn, đồ uống:

Trẻ cần biết được mùi của đồ ăn thức uống tươi cũng như mùi ôi thiu của thức ăn do bảo quản không tốt để sử dụng hoặc không sử dụng chúng.

Trước khi ăn có thể để trẻ cho biết sắp được ăn (quả, món ăn, nước uống...) gì?

Luyện tập cho trẻ qua các trò chơi bán hoa quả, hàng ăn tập trung nhiều hơn vào sử dụng khứu giác, nếm ăn, nghe gọi tên đồ ăn, uống - tả mùi,...



HOẠT ĐỘNG 2:

Phân biệt mùi của một số hoá, mỹ phẩm:

Cho trẻ ngửi mùi một số hoá mỹ phẩm đồng thời cho trẻ biết tên gọi của chúng (chú ý bảo đảm an toàn cho trẻ khi tiếp xúc với các chất có thể gây độc hại).

Cùng với tên gọi cần cung cấp các thông tin về tác dụng cũng như tác hại và cách tiếp cận cho trẻ.

Củng cố kiến thức cho trẻ qua các hoạt động hàng ngày.

Cho trẻ chơi trò chơi chăm sóc em bé, bán hàng...

HOẠT ĐỘNG 3:

Phân biệt một số mùi khác:

Nhiều công trình trong nhà hoặc nơi công cộng (nhà vệ sinh, nhà bếp, hồ rác, cửa hàng ăn uống, mỹ phẩm, công viên...) cũng có những mùi đặc trưng mà trẻ cần phải tìm hiểu và phân biệt. Trẻ cần được tiếp xúc trực tiếp những địa điểm trên, khi trẻ tìm hiểu cần cung cấp thêm các thông tin về tên gọi, các mùi đặc trưng.

Cần kích thích trí tò mò của trẻ trong việc nhận biết mùi bằng cách tạo cho trẻ sự chú ý vào mùi cần giới thiệu hoặc củng cố rồi đề nghị trẻ cho biết đó là mùi gì, tương ứng với các mùi đó là cái gì?

Tổ chức các trò chơi: nghe tên gọi – nêu các mùi đặc trưng, ngửi mùi gọi tên nơi có mùi đó...

Ngoài việc nhận biết và phân biệt mùi, trẻ cần phải tập luyện phát hiện vị trí của nguồn phát ra mùi dựa vào nồng độ khuếch tán của mùi. Điều này giúp trẻ kiểm thị trong các hoạt động định hướng không gian.

HOẠT ĐỘNG 4:

Hướng dẫn trẻ nắm được vị của những thức ăn đồ uống:



Thường tên gọi các sự vật được gắn với vị của nó: ngọt như đường, chua như chanh, đắng như mật, mặn như muối, cay như ớt... Trong khi ăn cung cấp cho trẻ cả tên gọi và vị của đồ ăn, uống.

Trong các hoạt động vui chơi học tập trẻ thường được tiếp xúc với sự vật có vị khác nhau, nếu trẻ nhận biết được tên gọi của vật đó hãy đề nghị trẻ cho biết nó có vị gì?

Trong trường hợp trẻ không biết thì cần bổ sung thêm kiến thức cho trẻ.

Tổ chức các trò chơi ném vị gọi tên, nghe tên gọi - nói vị, bán hàng ăn uống, bán hoa quả....

Cùng với việc nhận biết các mùi, vị và tên gọi các sự vật, cần cho trẻ các thông tin về cách tiếp xúc và thái độ ứng xử phù hợp. Khi có mùi, vị lạ trẻ cần phải biết đưa ra các câu hỏi để tìm lời giải đáp, không nên mạo hiểm tiếp xúc. Tổ chức các trò chơi mô phỏng thái độ đối với một số mùi, vị.

Một số bài tập phát triển kỹ năng kết hợp các giác quan

HOẠT ĐỘNG VỚI ÂM THANH, ÁNH SÁNG, SỜ, DI CHUYỂN

Gọi tên trẻ.

Sử dụng các đồ chơi, chuông hoặc bộ gõ để tạo ra âm thanh.

Khuyến khích trẻ quay hay hướng về nguồn phát ra âm thanh.

Dem vật phát ra âm thanh đến gần trẻ và cho phép trẻ sờ và chơi với đồ vật phát ra âm thanh đó. Sau đó, đem vật đó từ từ xa dần với trẻ nhưng khuyến khích trẻ với tay và tìm được vật đó.

Từ từ dời vật tạo ra âm thanh sang bên trái trẻ rồi chuyển sang bên phải. Di chuyển phía trên đầu trẻ rồi xuống phía dưới, mỗi lần làm như vậy nên khuyến khích trẻ với tìm vật đó.

Cũng có thể thực hiện hoạt động này bằng các đồ chơi và đồ vật có màu sắc sặc sỡ hay có ánh sáng.

Phủ lên trẻ một chiếc khăn hay chăn quen thuộc có chất liệu đặc biệt.

Ôm trẻ vào lòng và lúc lắc nhịp nhàng theo nhịp.

Lưu ý:

Nếu trẻ nhìn kém, hãy sử dụng những đồ chơi có nhiều màu sắc và phát ra ánh sáng.

Sử dụng vải giống nhau để trẻ làm quen với chất liệu vải.

Đu đưa trẻ nhẹ nhàng, theo nhịp, tránh không để trẻ giật mình hay hoảng sợ.

KHÁM PHÁ MÔI TRƯỜNG XUNG QUANH

Để những đồ chơi và các vật dụng trong tầm với của trẻ. Cho phép trẻ khám phá những vật đó.

Di chuyển chậm các đồ vật trong khoảng cách gần với trẻ để trẻ với xa hơn một chút và dần dần trẻ di chuyển để lấy được những vật đó.

Lưu ý:

Sử dụng những đồ dùng phát ra âm thanh, đèn, quạt và những vật tác động vào nhiều giác quan khác để khuyến khích trẻ khám phá.

Cùng với trẻ chủ động khám phá từng đồ vật một để trẻ cũng cảm thấy đôi tay của bạn cùng khám phá đồ vật với trẻ.

Tạo môi trường an toàn cho trẻ. Phải đảm bảo rằng những đồ chơi gây đau, dễ vỡ... được để xa tầm với của trẻ.

NIỀM HOẠT ĐỘNG GIẢI TRÍ

Các trò chơi:

Chơi với cát và nước.

Các trò chơi có luật, từ đơn giản (trò chơi tung bóng...) đến phức tạp (cờ vua, cờ tướng...).

Các câu chuyện:

Nghe các chuyện có nội dung đơn giản.

Kể lại một câu chuyện.

Đóng vai kể chuyện.

Các hoạt động thủ công:

Vẽ bằng các ngón tay bôi màu.

Các hoạt động nặn (bằng đất sét...)

Các hoạt động gấp và xé giấy.

Các hoạt động âm nhạc:

Các trò chơi âm nhạc (Ai tai thính...)

Hát

Chơi các loại nhạc cụ (đàn, trống...)

Các hoạt động mang tính cộng đồng:

Di dã ngoại hay đi giải trí ngoài trời.

Tham gia các lễ hội.



NHẬN BIẾT CÁC ĐỒ VẬT

Đưa cho trẻ hai đồ vật quen thuộc khác nhau (ví dụ: một cái cốc và một cái lược).

Đề các đồ vật đó trên khay hay trong một không gian xác định để trẻ có thể sờ chúng một cách dễ dàng, đảm bảo là trẻ "nhìn" thấy cả hai vật đó.

Yêu cầu trẻ đưa cho bạn một cái, ví dụ: "Con hãy đưa cho mẹ cái cốc".

Thay đổi vị trí của các đồ vật, để đồ vật mà bạn yêu cầu lúc thì ở bên phải lúc thì ở bên trái.

Khi trẻ có khả năng đưa cho bạn một đồ vật theo yêu cầu, thay đổi hoạt động bằng cách đưa cho trẻ đồ vật và yêu cầu trẻ nói cho bạn biết tên của đồ vật đó. Ví dụ: đưa cho trẻ cái cốc và hỏi trẻ: "Đây là cái gì?".

Lưu ý:

Sử dụng các đồ vật quen thuộc trong cuộc sống hàng ngày của trẻ như thìa, cốc, đĩa, xà bông tắm, lược chải tóc, bàn chải đánh răng, quần áo, các đồ chơi...

Lặp lại việc gọi tên các đồ vật và sự kiện trong mọi hoạt động hàng ngày. Ví dụ: trong suốt bữa ăn, yêu cầu trẻ nói tên cái cốc và cái thìa.

BIẾT TRÌNH TỰ CÁC SỰ KIỆN HÀNG NGÀY

Trao đổi với trẻ về các hoạt động khác nhau gắn với các thời điểm cụ thể trong ngày (sáng, trưa và tối) khi trẻ làm các hoạt động hàng ngày của mình.

Nói với trẻ về công việc hàng ngày sau khi thức dậy như đánh răng, rửa mặt, thay quần áo, ăn sáng... Điều quan trọng cần phải đảm bảo là trẻ có một số công việc để làm hàng ngày và nối tiếp nhau để trẻ đoán ra là việc gì sẽ làm vào ngày hôm sau.

Hỏi trẻ đã làm gì vào từng thời điểm khác nhau trong ngày, ví dụ: "Con làm gì khi thức dậy vào buổi sáng?".

Hỏi trẻ khi nào thì các hoạt động và sự kiện khác nhau xảy ra. Ví dụ: "Con ăn tối vào lúc nào?", "Khi nào thì bố con về nhà?"...

Lưu ý:

Dùng các đồ vật gắn với các sự kiện khác nhau để giúp trẻ đoán điều gì sắp xảy ra như cầm thìa cho biết sắp đến giờ ăn, lấy xà bông cho biết đến giờ tắm, lấy giày cho biết sắp đi ra ngoài...

Hỏi trẻ về các hoạt động diễn ra trong ngày, ví dụ: đưa cho trẻ bàn chải đánh răng và hỏi trẻ: "Bây giờ đến giờ làm gì?".

Đặt trẻ ra khỏi nhà vào các thời điểm khác nhau trong ngày để trẻ có khái niệm sự khác nhau về nhiệt độ vào các thời điểm khác nhau trong ngày.

GHÉP NÓI, SẮP XẾP VÀ PHÂN LOẠI CÁC ĐỒ VẬT TỪ MÔI TRƯỜNG

Chọn các loại rau quả khác nhau và giới thiệu với trẻ.

Yêu cầu trẻ chỉ hay nhặt các loại rau quả khác nhau như cam, táo, cà chua, su hào... Ví dụ: đưa quả táo và quả cam ra phía trước trẻ, yêu trẻ đưa cho bạn quả cam.

Yêu cầu trẻ nói tên các loại rau quả khác nhau bằng cách đưa ra từng loại rau quả và hỏi.

Yêu cầu trẻ nói và phân loại các nhóm rau quả khác nhau.



Yêu cầu trẻ phân biệt các loại rau quả khác nhau khi nấu ăn, ăn và đi chợ (hướng dẫn phụ huynh hoạt động trợ giúp trẻ).

Dẫn trẻ ra ngoài đường phố, giải thích cho trẻ về các phương tiện giao thông khác nhau (xe đạp, xe máy, ô tô...).

Lưu ý:

Khuyến khích trẻ nhận biết các đồ vật bằng cách sử dụng các giác quan còn lại như nếm, ngửi, sờ.

Kể tên các đồ vật hay sự kiện có trong cuộc sống tự nhiên diễn ra hàng ngày, sử dụng lời nói và kí hiệu khi thấy phù hợp.

Thực hiện các hoạt động tương tự với các loại đồ vật khác như hoa quả, quần áo, các đồ vật sử dụng trong gia đình và trường học, các loại động vật...

Trao đổi với trẻ về đặc tính của các đồ vật như màu sắc, hình dạng, kích thước và trọng lượng. Trao đổi về chức năng của các đồ vật khác nhau.

Trao đổi về các kinh nghiệm sống của trẻ và những đồ vật này liên quan đến cuộc sống của trẻ như thế nào, ví dụ: "Con đi học bằng xe gì?"...

CÁC KHÁI NIỆM SỐ VÀ TÍNH TOÁN

Tạo cho trẻ có nhiều cơ hội đếm và tính toán trong cả ngày, ngoài thời gian học tập chính thức như khi chơi, nấu ăn, ăn, đi dạo...

Có thể cùng trẻ đếm và tính toán rồi dừng lại đột ngột cho trẻ tự mình tiếp tục thực hiện.

5. Phát triển và rèn luyện kỹ năng vận động, định hướng và di chuyển

KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG

Cho trẻ tham gia vào các hoạt động như nhún nhảy, chơi xích đu, lắc lư nếu trẻ thích những trò này.

Cho trẻ có thể bò lên gối, xuống dưới bàn, xung quanh ghế,... Trong khi trẻ vận động, hãy dùng từ ngữ để mô tả những hành động này.

Đối với trẻ lớn hơn, hãy đặt một số vật cản an toàn để trẻ vượt qua, từ đó trẻ học được về cấu trúc không gian và cách vượt qua trở ngại trên đường. Điều này đồng nghĩa với việc trẻ phải trải qua những kinh nghiệm như va đập, té ngã giống như bất kì đứa trẻ nào.

Cung cấp cho trẻ những tín hiệu thích hợp (chẳng hạn như xúc giác hoặc thính giác) để khuyến khích hoặc nhắc nhở trẻ giữ đầu đúng tư thế.

Giúp trẻ cầm nắm, sờ mó và cảm nhận những vật có kích thước, hình dạng, chất liệu và phát ra âm thanh khác nhau,... Khi trẻ chơi với những đồ chơi này, hãy mô tả đặc điểm và những thao tác của trẻ trên đồ chơi cho chúng biết.

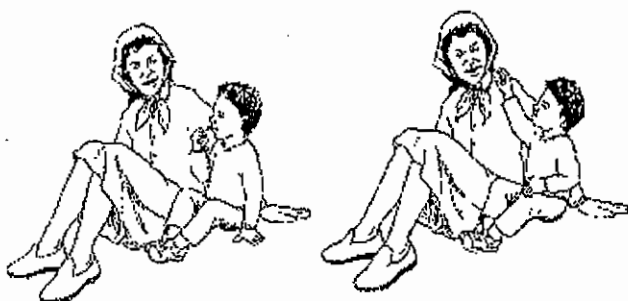
Giúp trẻ sử dụng cả hai tay phía trước cơ thể. Có thể bắt đầu cho trẻ cầm nắm những đồ vật lớn bằng hai tay hoặc có thể cầm một lúc hai vật nhỏ hơn, mỗi tay cầm một đồ vật, rồi đập chúng vào nhau. Cho trẻ chơi những trò chơi để phối hợp sử dụng cả hai tay và đổi tay cho nhau.

Đặt đồ chơi và đồ dùng ở những khoảng cách và vị trí khác để trẻ phải tiến đến, xoay thân người hoặc vươn vai cả phần trước cơ thể và thân mình để lấy một vật khác để lấy được đồ vật mong muốn.

Giúp trẻ sử dụng đa dạng các cử động của tay khi chơi với đồ chơi (đặt 2 cánh tay nghiêng để lòng bàn tay đối diện nhau, thọc bằng ngón tay trở...)

KĨ NĂNG ĐỊNH HƯỚNG VÀ DI CHUYỂN

Định hướng không gian gồm:



Dạy trẻ có thói quen sử dụng trí giác của các giác quan còn lại như: thị giác, xúc giác, thính giác, gắn với sự phân biệt các phía của bản thân mình.

Hình thành cho trẻ những biểu tượng, khái niệm đúng đắn và chính xác, biết đánh giá và phán đoán hình dạng, kích thước của các vật thể ở xung quanh trẻ.

Hướng dẫn cho trẻ làm quen với hệ thống giao thông đường phố để trẻ có hiểu biết tối thiểu về luật giao thông, các tín hiệu đèn giao thông, âm thanh của các loại phương tiện, các loại đường giao thông, tín hiệu âm thanh trên các đường phố giao nhau....

Hướng dẫn trẻ biết sử dụng các phương tiện giao thông công cộng như: tìm đến nơi đỗ xe, nhà ga, lên xuống tàu xe, tìm đúng chỗ ngồi khi tham gia các phương tiện giao thông...

Hướng dẫn trẻ biết cách giao tiếp, tranh thủ sự giúp đỡ, chỉ dẫn của mọi người xung quanh, biết cách hỏi đường khi không biết đồng thời cũng biết cách chỉ đường cho người khác nếu có thể.

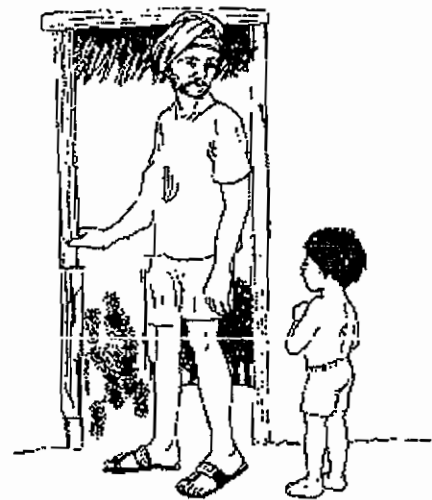
Một số nội dung định hướng không gian cần thiết hướng dẫn cho trẻ

+ Định hướng không gian ba chiều: nhận biết được các phía của bản thân như: phải - trái, trên - dưới, trước - sau. Biết xác định vị trí không gian trong lớp học theo các phía của bản thân.

+ Luyện tập quay phải, quay trái theo khẩu lệnh

+ Biết nhận biết và xác định hình dạng, kích thước của các vật thể

+ Biết vận dụng phối hợp các giác quan, các phương pháp khác nhau trong việc định hướng và di chuyển trong các môi trường khác nhau. Tập định hướng di chuyển từ môi trường lớp học sang các phòng khác....

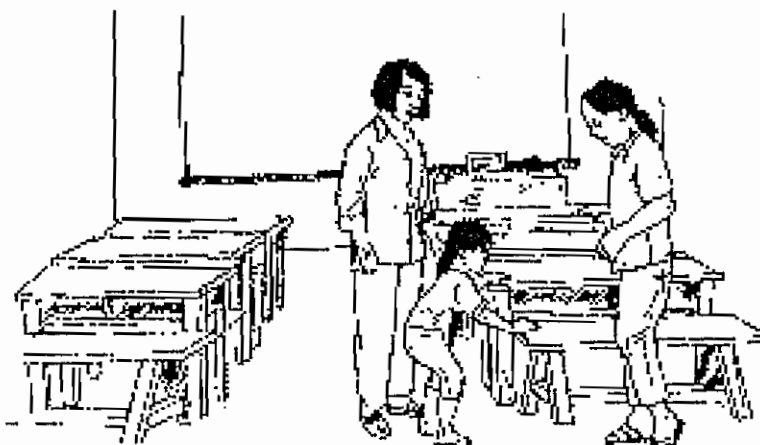


+ Cho trẻ làm quen với thầy cô, bạn bè: Trẻ biết được tên giáo viên, bạn bè, vị trí chỗ ngồi của mình. Biết nhận ra người ngồi xung quanh mình thông qua giọng nói và mùi hương.

+ Cho trẻ biết cách làm quen với phòng ở, phòng học: vị trí cửa ra vào, cửa sổ, đồ đạc trong phòng...

+ Bước đầu hình thành cho trẻ các khái niệm cơ bản gắn gũi với cuộc sống sinh

hoạt của trẻ
như: bút, bàn
ghế, con gà,
con cá, hoa,
quả....



NHẬN BIẾT MÔI TRƯỜNG XUNG QUANH

Nhận biết được các sự vật, hiện tượng diễn ra trong môi trường gần nhất (trong gia đình, trong lớp học).



- + Giới thiệu cho trẻ không gian trong nhà, trong lớp học
- + Giới thiệu cho trẻ những đồ vật trong nhà, trong lớp học
- + Hướng dẫn trẻ thực hiện các thao tác nhận biết không gian: cửa ra vào, cửa sổ, bàn ghế, bảng...
- + Hướng dẫn trẻ định hướng và di chuyển đến vị trí ngồi, nằm...

Nhận biết được các sự vật, hiện tượng diễn ra trong môi trường xa lạ (trên đường đến trường, chợ, nhà hàng....).

6. Phát triển và rèn luyện kỹ năng tự phục vụ

KỸ NĂNG ĂN UỐNG

Giới thiệu và cho trẻ tiếp cận từ từ với loại thức ăn.

Vào thời gian đầu, việc ăn uống của trẻ khiêm thị bao giờ cũng vất vả, bừa bộn, dơ bẩn hơn những trẻ khác cùng tuổi. Trẻ có thể phải chạm vào đồ ăn. Trẻ cần được tạo cơ hội để tìm hiểu thức ăn bằng tay và cảm nhận bằng mắt.

Khi mang thức ăn ra hãy cho trẻ biết đó là thức ăn gì. Chẳng hạn, “Đây là bát com nè. Chà, mùi mới tuyệt làm sao. Nó đang nóng lắm đấy! Cứ sờ vào bát thì biết.” (Bạn đưa tay trẻ chạm vào bát com.)

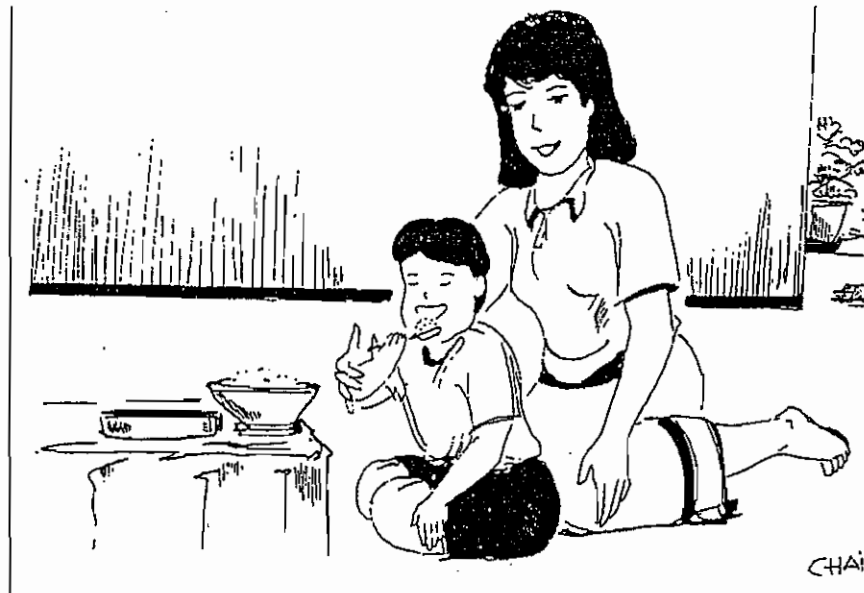
Khi ngôn ngữ của trẻ đã phát triển cùng với một số kinh nghiệm trong ăn uống, hãy cho trẻ cơ hội để tự xác định đồ ăn trong đĩa. Hỏi trẻ:

Đồ ăn như thế nào?

Nóng hay lạnh?

Được đặt trong đĩa hay trong bát?

Khi các kỹ năng của trẻ đã hình thành, hãy khuyến khích để trẻ đặt câu hỏi tự khám phá hơn là chỉ đưa ra câu trả lời..



Một số lưu ý khi dạy trẻ ăn uống:

Luôn luôn cho trẻ ăn ở một vị trí nhất định.

Bàn, ghế hoặc chỗ ngồi nên luôn luôn có hỗ trợ, sao cho toàn bộ bàn chân trẻ đặt vững chắc trên nền nhà hoặc trên một cục gạch lớn hoặc những đồ vật khác nhưng phải đảm bảo tư thế ngồi của trẻ thật vững chắc và thoải mái.

Để trẻ nhỏ học xúc bằng thìa, người lớn nên đặt thức ăn vào bát hoặc những chiếc đĩa có đáy hơi sâu một chút vì như vậy, trẻ mới có điểm tựa cần thiết khi xúc thức ăn.

Trong khi tập cho trẻ xúc thức ăn, bao giờ người lớn cũng hướng dẫn trẻ dùng một tay để xúc còn tay kia đặt lên miệng chén thức ăn đối diện vừa để giữ thức ăn vừa làm dấu chỉ dẫn.

Để hỗ trợ trẻ ăn, hãy ngồi ngay phía sau trẻ, chỉnh bàn tay trước tiên sau đó đến động tác xúc và cở tay. Cuối cùng, chỉ cần hỗ trợ khuỷu tay của

trẻ là đủ. Tất nhiên, mục đích cuối cùng của việc này là để trẻ tự xúc ăn một mình.

Thời gian đầu khi trẻ đã có thể tự xúc ăn một mình, người lớn vẫn nên ngồi ngay phía sau trẻ để em cảm thấy sự an toàn khi xúc ăn một mình.

Hãy cho trẻ sử dụng những chiếc đĩa và chiếc cốc có mép rõ ràng. Làm như vậy, trẻ có thể dễ dàng nhận ra đĩa hoặc chén đồ ăn trong khay.



Những trẻ nhìn kém thường được hỗ trợ bằng những chiếc chén hoặc đĩa được sơn màu sặc sỡ, đậm và được làm bằng nhựa. Cho trẻ đủ thời gian để hoàn tất chuyện ăn uống. Tuy nhiên, cũng cần đưa ra thời gian tối đa cho một bữa ăn, thường 30 phút thì đủ và sau đó là kết thúc bữa ăn.

Thời điểm tốt nhất để tập cho trẻ tự ăn là khi trẻ đang đói, chẳng hạn như bữa sáng và lúc bắt đầu của mọi bữa ăn.

Sau đây là một số lưu ý với những người chưa quen với việc dạy trẻ kỹ năng ăn uống, những điểm lưu ý dưới đây sẽ rất có ích:

Kiên nhẫn. Cố gắng cho trẻ ăn cùng một số bữa trong mỗi ngày.

Tất cả các bữa ăn nên diễn ra ở cùng một chỗ.

Sẵn sàng đón nhận sự bừa bộn, dơ bẩn khi cho trẻ ăn.

Cho trẻ ăn cùng bữa với cả gia đình.

Đảm bảo trẻ ngồi đúng tư thế khi ăn.

Đảm bảo trẻ ngồi trong tư thế thoải mái.

Tránh sự gián đoạn, ngắt quãng trong khi ăn.

Không nên gây ồn, chỉ nên giữ ở mức độ trò chuyện bình thường.

Sử dụng cùng một từ để gọi tên thức ăn, đồng phục ăn tối, dụng cụ nấu ăn và các động tác khi ăn.

Các bữa ăn nên chuẩn bị thành phần ăn cân đối và đa dạng về chủng loại nhưng phải đảm bảo đầy đủ dinh dưỡng.

Cho trẻ khẩu phần ăn ít hơn.

Cho trẻ chạm vào thức ăn nhưng không được chơi với thức ăn.

Cho trẻ đủ thời gian để ăn.

Để trẻ giúp gia đình chuẩn bị bữa ăn.

Giúp trẻ từ phía sau và luôn để mắt đến trẻ.

Nên nhớ rằng, mọi trẻ đều có những thức ăn mà chúng thích ăn hơn và những thức ăn mà chúng không thích ăn và trẻ khiếm thị cũng không phải là trường hợp ngoại lệ.

KĨ NĂNG MẶC QUẦN ÁO

Trẻ nhỏ khiếm thị thường có xu hướng thích những loại quần áo làm chúng cảm thấy thoải mái và mặc vào cởi ra dễ dàng. Loại quần áo bằng vải mềm, quần áo dính liền với nhau, dễ kéo quần lên và trùm đầu thường là sở thích của trẻ nhỏ. Loại này làm trẻ thấy dễ mặc vào, mềm, nhẹ và thoải mái.

Các bước cơ bản khi thực hiện dạy trẻ kĩ năng mặc quần áo:

Giới thiệu cho trẻ loại quần áo: kiểu (áo chui đầu hay áo mở cúc), chất liệu, màu sắc.....

Mặc quần hoặc áo trước (tùy theo sở thích của trẻ). Nói cho trẻ về cấu tạo chiếc áo hay quần (tay áo, thân áo, ống quần....)

Hướng dẫn trẻ mặc quần áo (xỏ tay, cài khuy áo, ống quần, khoá quần....).

Hướng dẫn trẻ cởi quần áo...

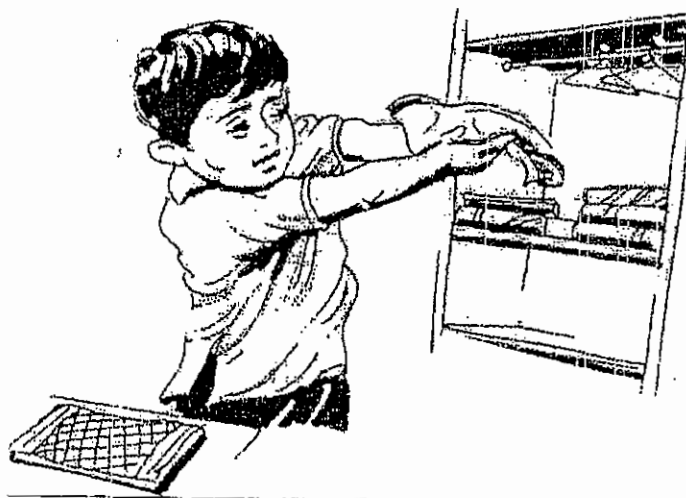
Một số lưu ý:

Trong khi dạy trẻ mặc đồ và cởi đồ, người lớn hãy hình thành thói quen nói chuyện với trẻ.

Thư
ờng xuyên
sử dụng
những từ
chỉ màu
sắc khi nói
chuyện với
trẻ.



Thông thường thực hành dạy trẻ kỹ năng cởi quần áo là vào buổi tối, trước khi trẻ đi ngủ. Vào thời gian này, tất cả mọi người đều có nhiều thời gian hơn một chút và thoải mái hơn là buổi sáng trước khi trẻ đến trường. Tuy nhiên, cách dễ nhất để dạy trẻ kỹ năng này là dạy trong những tình huống tự nhiên, vì khi ấy người lớn dễ đưa ra những lời tán thưởng và khuyến khích trẻ. Chẳng hạn, mặc áo vét trước khi ra ngoài chơi, thay đồ tắm trước khi xuống hồ bơi. Nên nhớ, cần cho trẻ rộng rãi thời gian để hoàn thành những nhiệm vụ này.



KĨ NĂNG ĐI VỆ SINH VÀ GIỮ VỆ SINH

Việc luyện tập kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ khiếm thị cũng không khác gì so với trẻ sáng mắt. “Luyện tập kỹ năng vệ sinh không chỉ đơn giản là việc sử dụng nhà cầu” và cần một loạt những kỹ năng cần thiết dưới đây:

Cảm thấy buồn đi vệ sinh
Tìm ra phòng tắm
Kéo quần xuống gọn gàng
Đi tiểu hoặc đi cầu vào nhà cầu
Lau chùi sạch sẽ
Kéo quần lên
Đạp nước rửa nhà cầu
Rửa tay sạch sẽ và lau khô
Ra khỏi nhà tắm

Cố gắng hình thành thói quen đi vệ sinh hàng ngày vào những thời điểm thuận tiện nhất: chẳng hạn, trước hoặc sau bữa sáng hoặc sau đó phụ thuộc vào việc quan sát nhu cầu của trẻ hàng ngày.

Cương quyết giữ thói quen vệ sinh hàng ngày, không chỉ chú ý đến thời điểm đi vệ sinh mà còn chú ý đến cách đi vệ sinh. Trẻ thường thích làm theo một cách nhất định, chúng thích sự lặp lại. Ngoài ra, cũng cần tạo cho trẻ cảm giác an toàn và nhu cầu được an toàn.

Cho trẻ mặc những loại quần áo dễ thao tác. Dạy trẻ mặc quần càng sớm càng tốt.

KĨ NĂNG SỬ DỤNG KHĂN LAU MẶT

Học cách sử dụng khăn lau mặt có thể khó khăn vì tay các em nhỏ. Do vậy, để quá trình này dễ dàng hơn, hãy cho trẻ sử dụng những chiếc khăn lau nhỏ.

Trẻ cũng có thể thực hành giặt áo búp bê trong một chậu nước nhỏ. Rất nhiều trẻ thích làm việc này khi được nghe một bản nhạc yêu thích.

Các bước thực hành kỹ năng rửa mặt:

Hướng dẫn trẻ làm quen với các đồ dùng để rửa mặt: chậu đựng nước, khăn mặt, nước...

Hướng dẫn trẻ cho khăn vào trong chậu nước, vò khăn mặt và vắt, gấp khăn mặt cho phù hợp với bàn tay trẻ.

Cầm tay trẻ hướng dẫn rửa mặt: mắt, miệng, má, mũi.....

Hướng dẫn trẻ vò lại khăn mặt và vắt khô, phơi.

ĐỊA CHỈ CẦN BIẾT

- Ông Phạm Minh Mục, Trung tâm Giáo dục Chuyên biệt, Viện Khoa học Giáo dục Việt Nam.

Địa chỉ: 101- Trần Hưng Đạo; ĐT: (04) 9422938; 0913578708

- Bệnh Viện Mắt Trung Ương;

Địa chỉ: 85 Bà Triệu - Hà Nội; ĐT: (04) 9438004

- Khoa Giáo dục Đặc biệt- Đại học Sư phạm Hà Nội

Địa chỉ: 136 Xuân Thủy- Cầu Giấy- Hà Nội; ĐT: (04) 8349541

- Khoa Giáo dục Đặc biệt- Cao đẳng Sư phạm Trung Ương

Địa chỉ: 387 Hoàng Quốc Việt- Hà Nội; ĐT: (04) 7914011