

*Презентация по теме  
«Роль зрительной гимнастики в  
профилактике и коррекции нарушений  
зрения».*

**МБДОУ №3 «Ромашка»**



**Шлык М.В.**



Опыт работы  
муниципального бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения  
«Детский сад комбинированного вида №3 «Ромашка»  
г. Реутов ул. Комсомольская д.17



Усилия работников ДОО сегодня как никогда должны быть направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования.

Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немислим педагогический процесс



*Здоровые дети –  
это великое счастье!*



- В коррекционно-педагогической работе большое внимание уделяется охране и гигиене зрения детей, проводятся различные игры и упражнения, способствующие улучшению зрительных функций.
- Обязательным компонентом коррекционной работы с детьми является зрительная гимнастика.
- В работе используются разные виды упражнений. Комплекс зрительной

Профилактика зрительных нарушений – актуальная тема.





**Эдуард Сергеевич Аветисов**, учёный мирового масштаба, человек, имя которого известно каждому офтальмологу в России и странах ближнего и дальнего зарубежья. В Московском НИИ глазных болезней им.Гельмгольца Эдуард Сергеевич прошёл большой научный путь от младшего научного сотрудника до заместителя директора института по научной работе, бессменно возглавляя это ответственное направление работы института в течение 35 лет (с 1966 года). Научные, клинические и организационные идеи профессора Э.С.Аветисова продолжают жить и развиваться, они являются руководством к действию для офтальмологов – научных работников и практикующих врачей

## Г.Г. Демирчоглян

Вице-президент Международного фонда гуманитарных инициатив, руководитель Международного центра проблем зрения, профессор Московского института радиоэлектроники и автоматики, главный научный сотрудник ВНИИ физической культуры и спорта; родился в 1927 г. в г. Москве; окончил Московский государственный университет и Ереванский педагогический институт, доктор биологических наук, профессор, член корреспондент РАЕН, академик МАИ, академик АН Евразии; специалист в области биофизики зрения и офтальмо-физиологии; популяризатор науки, общественный деятель; основные работы посвящены механизмам зрения, электродиагностики глазных заболеваний, влиянию ионизирующих излучений на глаз, безопасным методикам восстановления зрения и профилактики, компьютерной экологии; создатель первых в мире безлинзовых оздоровительных очков и ряда

Г. Г. Демирчоглян

# УЛУЧШАЕМ ЗРЕНИЕ

Книга-тренажер для сохранения  
детского зрения



Строение и работа глаза

Оздоровительный комплекс упражнений  
«Зрительная гимнастика»

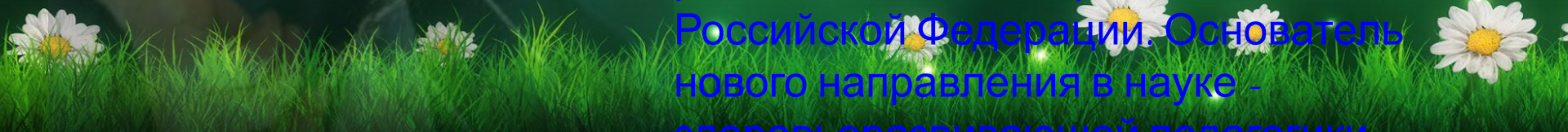
«Зрительная гимнастика»  
«Удобный комплекс упражнений»

Строение и работа глаза



## Базарный Владимир Филиппович (р.

4.05.1942), русский учёный, врач и педагог-новатор. Более 25 лет посвятил решению судьбоносной для России проблемы – предотвращению демографической катастрофы путём сохранения и укрепления здоровья подрастающих поколений. В своих исследованиях вскрыл корни и причины наблюдаемого в последние десятилетия процесса деградации и угасания жизнеспособности народа, убедительно показав, что существующая система воспитания и обучения детей в детских садах и школах ориентирована против природы ребёнка. Доктор медицинских наук, академик Российской академии творческой педагогики. Почётный работник общего образования Российской Федерации. Основатель нового направления в науке -



# Основной принцип: Учет общих и индивидуальных особенностей детей с нарушениями зрения.

Особенности:

Ограничение зрительных возможностей

Быстрая утомляемость

Плохое переключение психических  
процессов.

Разный уровень развития детей.





# В практике нашего ДОО педагогами применяются разные варианты использования зрительных гимнастик:

- со стихами;
- с опорой на схему;
- с сигнальными метками;
- с индивидуальными офтальмотренажерами;
- с настенными офтальмотренажерами;
- используются электронные зрительные гимнастики.
- Гимнастика для глаз проводится на 10-11й минуте в течение 2-3 минут в процессе НОД.
- на 14-17 минуте НОД – физкультминутка для снятия мышечного напряжения в течение 3 мин.



# ОФТАЛЬМОТРЕНАЖЕРЫ

- При работе с офтальмотренажерами мы можем выделить следующие **коррекционно-развивающие задачи**
- - Развивать глазодвигательные навыки: способность плавно перемещать глаза от точки к точке в разных направлениях (слева направо, сверху вниз и т.д.).



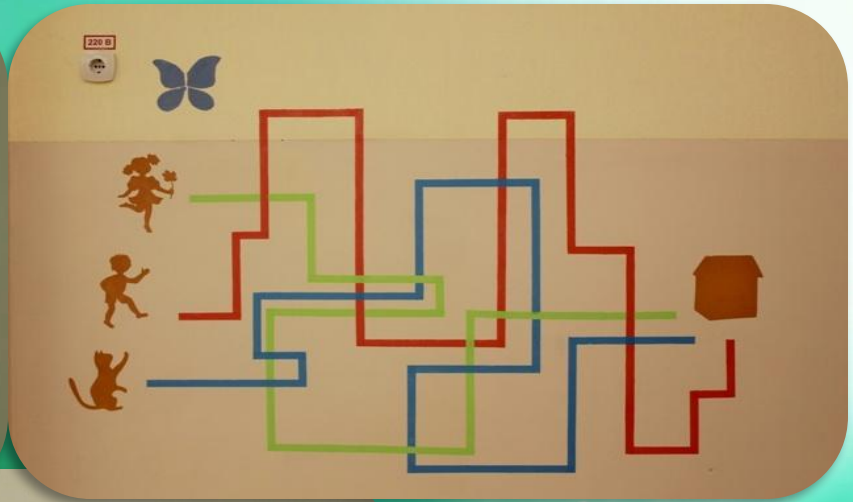
- - Развивать периферийное зрение, расширять боковой обзор: способность видеть то, что нас окружает.
- - Развивать навыки пространственной ориентации: способность судить о расположении одного предмета относительно другого.
- - Развивать навыки зрительного анализа: способность выделять зрительное сходство и различие в размерах, форме и цвете.

# Этапы обучения детей работе на офтальмотренажере.

- **Первый этап, подготовительный.**
- Ознакомление детей с офтальмотренажером. Педагог медленно ведет указкой по линиям. Обращает внимание на точность движений, которые не выходят за контур линии, предлагает детям следить глазами за указкой.
- **Второй этап, основной.**
- Ребенок ведет указкой по офтальмотренажеру. Педагог следит за точностью выполнения упражнения, помогает правильно проговаривать направления движений и их изменения на тренажере.
- **Третий этап, заключительный.**
- Ребенок самостоятельно, без указки работает на офтальмотренажере, прослеживая глазами и обязательно называя пространственные направления.



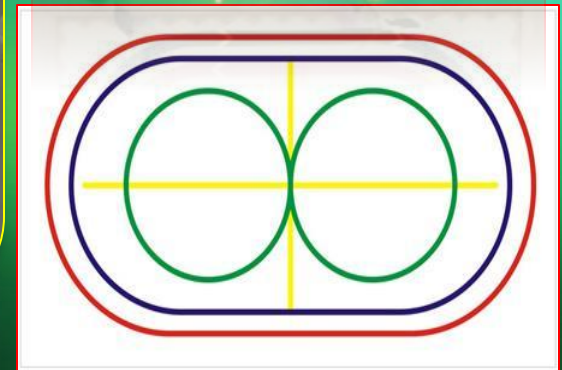
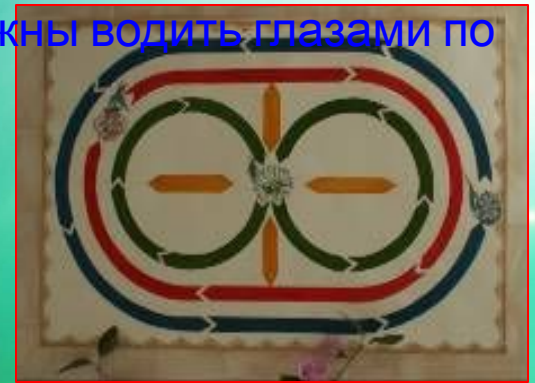
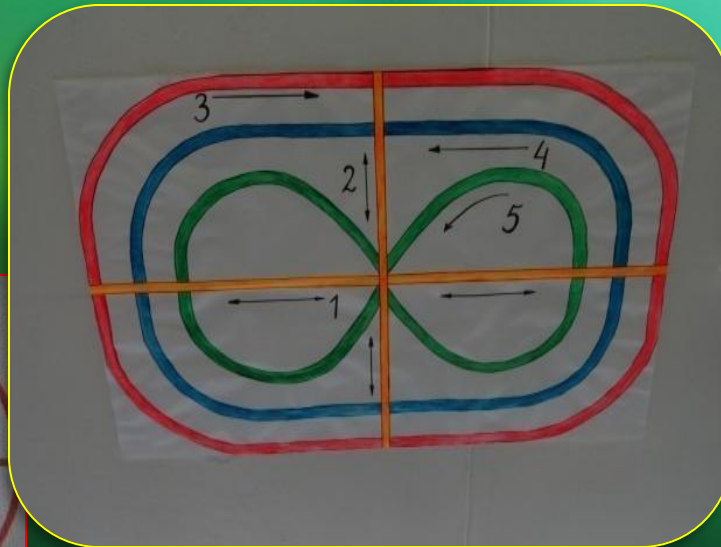
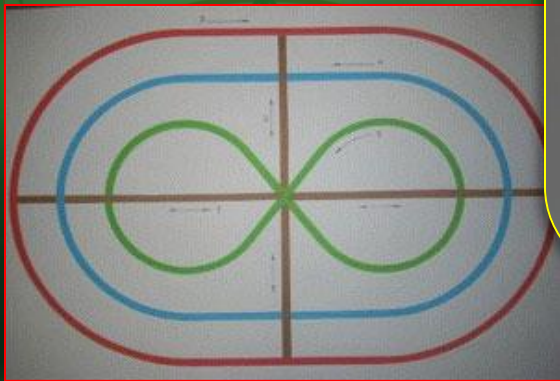
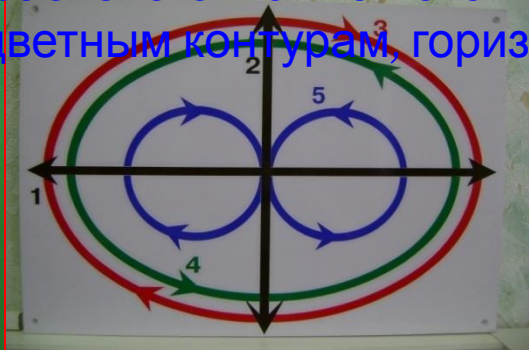
# Офтальмотренажер.



# Тренажер Базарного

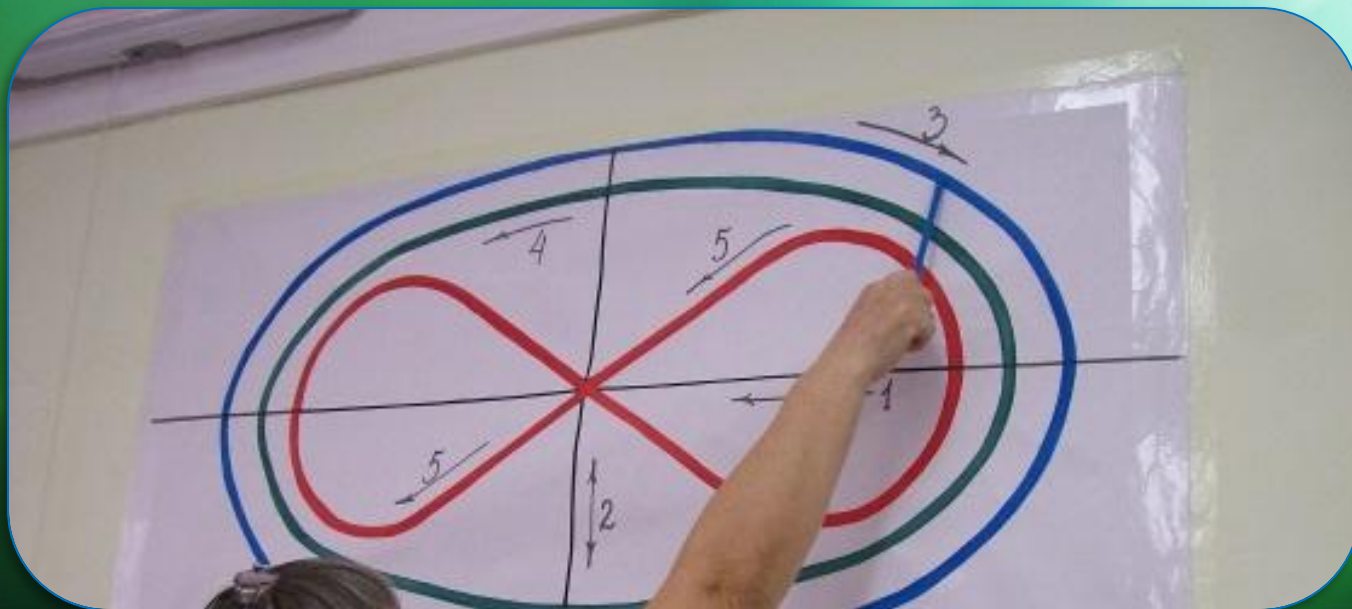
Для профилактики глазных заболеваний и улучшения зрения проводят гимнастику для глаз, которая способствует улучшению кровоснабжения, нормализует тонус глазодвигательных мышц, способствует снятию зрительного утомления. Одним из эффективных тренажеров для глаз считается тренажер В. Ф. Базарнова. Данный тренажер в виде цветных контуров должен

располагаться на потолке или высоко на стене и дети должны водить глазами по цветным контурам, горизонтали и вертикали.



# Сказка про друзей-карандашей

Жили-были три дружка, три цветных карандаша: Красный, Зеленый и Синий. Вот как-то раз они пошли гулять в лес и заблудились. Остановились они под большим деревом и стали думать, как найти дорогу домой. Синий карандаш сказал: «Я буду бегать вокруг дерева и кричать: «АУ!» (показ движения синего карандаша по синей дорожке по часовой стрелке)



*Зеленый карандаш сказал «Я тоже буду бегать вокруг дерева, но в другую сторону и кричать я буду : «Помогите!» (показ движения зеленого карандаша по зеленой дорожке против часовой стрелки).*



А красный карандаш ничего не сказал, он ходил возле дерева то в одну сторону, то в другую и думал (показ движения красного карандаша по красной восьмерке).



И вдруг он посмотрел, в какой стороне наш дом. Карандаши посмотрели на верхушку дерева, потом вниз, а потом снова на верхушку. (движение указкой вверх-вниз по черным линиям). Увидели, что на дереве есть много веток, с помощью которых можно забраться на него, и справа, и слева. (движение указкой вправо, влево по черным линиям). Залезли карандаши на самую верхушку и увидели: вот он, их родной дом, совсем рядом! Слезли друзья с дерева и побежали домой.



# Мобили в интерьере детского сада

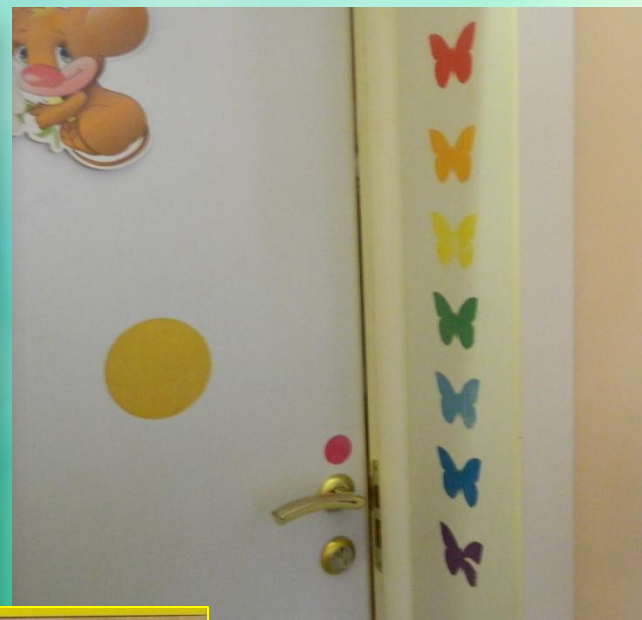


Умное пространство –  
умные игрушки



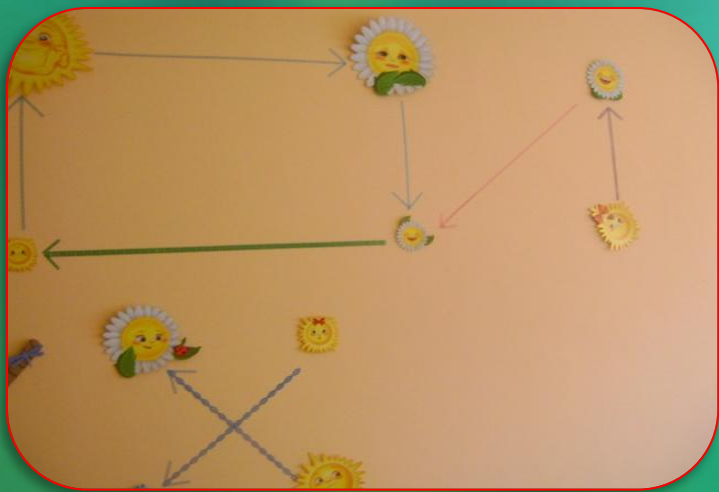
# Мобили и тренажеры в интерьере детского сада.





тренажер  
ы в  
интерьере  
детского  
сада.





**Мобили и тренажеры в  
интерьере детского сада.**



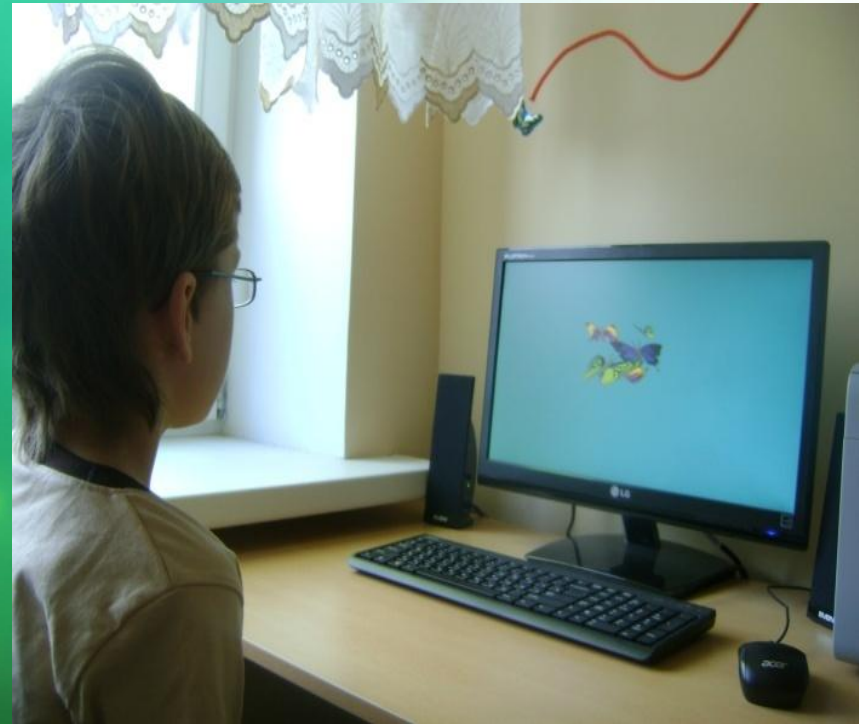


# Зрительные гимнастики с помощью программы

## *Power Point.*

Зрительная гимнастика «Бабочки» в виде мультимедийной презентации.

Цель: снятие зрительного напряжения, развитие прослеживающей функции глаз, повышение мотивации детей к выполнению зрительной гимнастики. Методика проведения электронной зрительной гимнастики проста в использовании: ребенок следят за движением объектов, при мигании объектов моргает глазками.



Когда глаз перемещается, он видит. Если глаз долго и пристально смотрит вблизи, зрение слабеет. Мы должны стараться учить детей после продолжительной зрительной работы вблизи перемещать взгляд вдаль, вверх. Предлагаем посмотреть на предмет, зрительный стимул, расположенный в глубине пространства. Соблюдение этого правила обеспечивает снятие аккомодационного напряжения, которое является механизмом стойкого снижения зрения. При этом в динамическую работу включаются глазные мышцы, которые недостаточно часто работают, и, наоборот, расслабляются те глазные мышцы, на которые падала основная нагрузка при работе на близком расстоянии.

**Один из законов зрения –  
движение!**



# Тренировочные упражнения для глазных мышц.



## Упражнения со зрительными стимулами (предметами)

На кончике указки прикрепляем яркий предмет (игрушка, бабочка, самолетик, шарик и т.д.) и предлагаем вместе с ним отправиться в путешествие: обращаем внимание детей на соблюдение следующего **правила: работают глаза, голова неподвижна**. Педагог перемещает указку в заданном направлении, сопровождая движения словами: «Посмотрели вверх-вниз, влево вправо, покружились» и т.д. Показ предмета осуществляется в медленном темпе, чтобы ребенок до конца проследил глазами его движение. Зрительный стимул (предмет) находится выше уровня глаз детей. Он не должен сливаться по цвету с одеждой педагога и окружающей обстановкой. При выполнении упражнения поощряем старания



**Физкультминутки** – это кратковременные физические упражнения, проводимые с целью предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности (возбуждают участки коры головного мозга, которые не участвовали в предшествующей деятельности, и дают отдых тем, которые работали).

**Значение:** улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, создают положительные эмоции и повышают интерес к образовательной деятельности.

**Длительность:** 1,5-2 мин. Их проводят в момент, когда у детей снижается внимание и наступает утомление (обычно 15-16-я минуты). Дети выполняют физические упражнения стоя у столов или выходя на свободное место (потягивания, наклоны, движения рук вверх и вниз, полуприседа, подпрыгивая, ходьба).



**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПЕСОЧНИЦА** - прекрасный тренажер, пропедевтическое средство для подготовки руки к письму, к трудовой деятельности, для овладения специальными движениями.



Перенос традиционной образовательной педагогической деятельности в песочницу дает большой воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения. **Во-первых**, существенно усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно. **Во-вторых**, в песочнице мощно развивается «тактильная» чувствительность, как основа развития «ручного интеллекта». **В-третьих**, в играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление), а также речь и моторика. **В-четвертых**, совершенствуется развитие предметно-игровой деятельности, что в дальнейшем способствует развитию сюжетно-ролевой

# Тактильное панно «Мир животных» со вставками материалов разной фактуры.



Цель: способствовать  
точному нахождению  
текстуры материала:  
шершавый, меховой,  
бархатный, бумажный,  
кожаный, клеенчатый;  
закреплять навыки  
зрительно-осязательного  
обследования;  
развивать способность  
зрительно фиксировать  
взгляд на предмете,  
находящемся среди  
множества других.

Опыт нашей работы позволил отметить, что профилактика глазных заболеваний, основанная на специальных двигательных упражнениях для зрительного прослеживания с применением специальных тренажеров, является эффективной и неотъемлемой частью коррекционно-воспитательного процесса. Использование зрительной гимнастики в комплексе с другими профилактическими и оздоровительными мероприятиями по снятию зрительного напряжения и укреплению зрительных функций детей обеспечивает сохранение и нормализацию зрения, а также улучшение его качества.



**Спасибо за  
внимание !!!**

