

**«Игры и упражнения для профилактики зрительных нарушений у детей дошкольного возраста в ДОУ»**



**Воспитатель  
Иванова О.А**

**Согласно современным представлениям целью образования является всестороннее развитие ребёнка с учётом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей и профилактики зрительных нарушений.**





Каждый человек воспринимает и изучает окружающий мир с помощью пяти чувств. Глаза считаются из всех органов чувств самым драгоценным даром природы. 90% информации человек воспринимает из внешнего мира благодаря зрению. Для любой деятельности: учёба, отдых, повседневная жизнь, необходимо хорошее зрение. Поэтому для качественного восприятия окружающего мира важно правильное формирование здорового зрения и постоянный контроль состояния зрения детей.

Большое внимание необходимо уделять охране и гигиене зрения детей, проведению лечебных и профилактических мероприятий: различных занятий, игр и упражнений, способствующих улучшению зрительной функции у детей и укреплению здоровья, решая при этом следующие задачи



**Зрительные игры и упражнения** относятся к технологиям сохранения и стимулирования здоровья наряду с динамическими паузами, пальчиковой гимнастикой, дыхательной, коррегирующей. Они влияют на общее физическое и психологическое состояние ребенка.



# Виды зрительных игр

---

## Зрительные игры со стихами:

Цель данного вида зрительной игры заключается в том, чтобы сосредоточить взгляд на предмете, перевести с одного предмета на другой, фиксировать взглядом действия рук, последовательно прослеживать, развивать зрительную ориентировку в окружающем пространстве.



## Упражнения со зрительными стимулами (предметами)

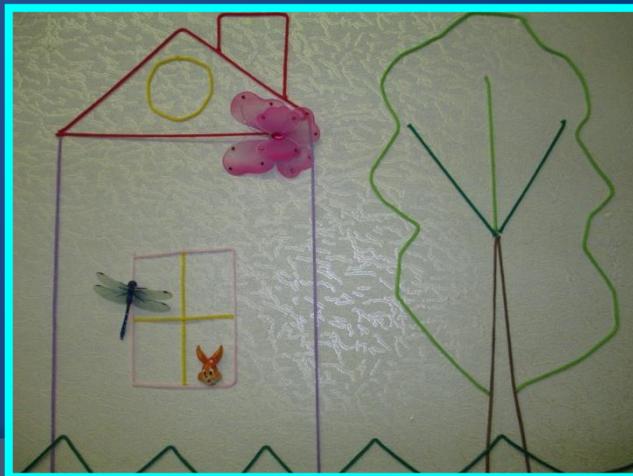
Для проведения упражнения, где необходимо следить за пальцем руки, используется пальчиковый кукольный театр. Также можно использовать для этой цели яркий предмет, который прикрепляется к указке (игрушка, бабочка). Ребёнку предлагается отправиться в путешествие, следить при этом только глазами, голова неподвижна: «Посмотри вверх-вниз, влево-вправо, покружились».

Упражнения можно сопровождать стихами.



## Упражнения с сигнальными метками

Смысл данного упражнения заключается в том, что в комнате натянута леска или веревка. На ней прикрепляется красочная игрушка или картинка, которая является зрительным стимулом.



**Использование лазерного фонарика.**  
дети прослеживают глазами движения светящегося лазера. Голова при этом должна быть неподвижна.



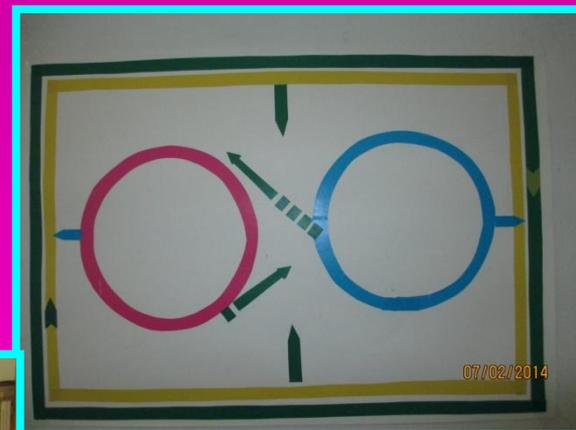
## зрительные игры со схемами и малыми офтальмотренажёрами.



Занимаясь на тренажёрах, дети прослеживают глазами вертикальные, горизонтальные или другие линии. Линии могут быть разной конфигурации: прямые, ломаные, сплошные, прерывистые, закруглённые, спиральные. Очень нравится детям прослеживать глазами запутанные линии.

На первых порах детям легче проследить путь с помощью указки, а затем можно обойтись и без неё. Необходимо зафиксировать взор на точке или другом символе, обозначающем начало пути, затем проследить дорожку глазами (голова при этом остается неподвижной). Упражнения со схемами проводятся в положении сидя или стоя.

Офтальмотренажёры, не только помогают улучшить зрение, но и сами по себе интересны для детей. Они могут быть сюжетные, графические, модульные и выполняются в виде плакатов, схем, настенных панно. Суть его заключается в том, что дети прослеживают глазами цветные линии, ведущие к определённому сказочному герою.



**тренажёр Базарного В.Ф.**

В качестве дополнительного средства можно использовать различные игры с мячом, важно, чтобы ребенок следил за полетом мячика глазами.



Нестандартное оборудование для игр с мячом в виде «Ловишки». Ребенок должен поймать мяч «ловишкой», т.е зафиксировать взгляд, прицелиться и проследить глазами за полетом мяча.

Человеческое дитя – здоровое...  
развитое...  
Это не только идеал и абстрактная  
ценность,  
но и практическая достижимая норма  
жизни.

---

# Влагодари

# М

# за



# ВНИ

# е