



Профилактика зрительного устомления у детей дошкольного возраста в логопедической группе

Подготовила воспитатель
логопедической группы №5
Сенченко Татьяна Александровна

Организация коррекционно-образовательной деятельности в детском саду.

Наибольшая нагрузка на зрение бывает во время образовательной деятельности, а поэтому контроль за ее длительностью и рациональным построением очень важен. Ежедневно повторяющееся снижение зрительных функций под влиянием образовательной деятельности может способствовать развитию зрительных расстройств. И, прежде всего, это относится к письму, чтению, длительному раскрашиванию картинок, обведению по контуру и т.д. требующим большого напряжения зрения.



Целесообразно в образовательной деятельности проводить гимнастику для глаз, способствующую снятию зрительного утомления.



Писать в воздухе, следя глазами за кончиком карандаша буквы, цифры, геометрические фигуры.

После зрительной гимнастики, в подготовительной группе можно провести пальминг ■



Потереть ладони друг о друга и легко, без усилий, прикрыть ими предварительно закрытые глаза, чтобы полностью загородить их от света (на 1-2 мин.), представить погружение в полную темноту. Открыть глаза.

