

Заболевания глаз. Профилактика зрительных нарушений



***Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение
Компенсирующего вида детский сад № 40 «Солнышко»
Воспитатель: Бокатуева В. В.***



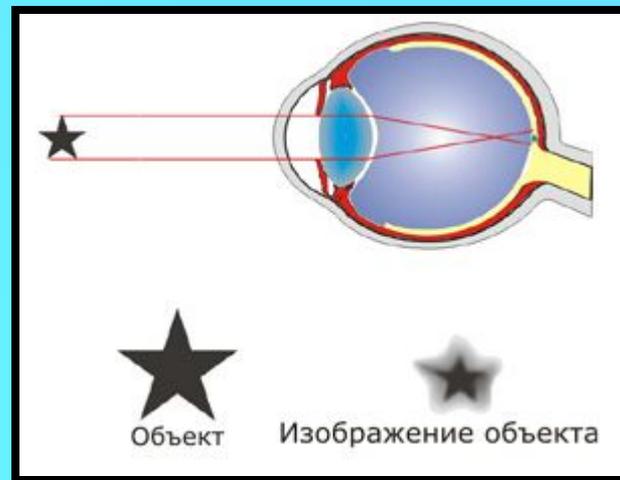
«Глаза – самый ценный и удивительный дар природы.

В них отражается все, что мы чувствуем: радость, страдание, равнодушие, любовь и ненависть. Глаза являются зеркалом души».

«Глаза – это самый важный орган чувств, поэтому они заслуживают исключительного внимания».

Близорукость (миопия)

Близору́кость (миопи́я) - это дефект зрения, при котором изображение формируется не на сетчатке глаза, а перед ней. При рассматривании удалённых предметов, на сетчатке возникает нечёткое, размытое изображение.



Факторы развития близорукости

- Плохая освещенность рабочего места.
- Неправильная посадка детей во время чтения и письма.



Меры предупреждения близорукости

- Правильная посадка при чтении и письме.
- Обеспечение хорошего освещения рабочего места.
- Регулярное проведение зрительной гимнастики.

Дальнозоркость (гиперметропия)

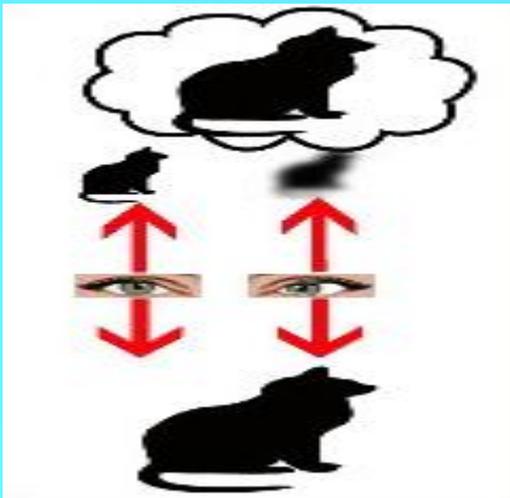
Дальнозоркий глаз видит дальние предметы лучше, чем ближние.

Изображение формируется позади сетчатки, но результат одинаков – изображение получается «размытым».



Амблиопия

Амблиопия - ослабление зрения, обусловленное функциональными нарушениями зрительного анализатора. Глаза видят слишком разные картинки, и мозг не может совместить их в одну объемную. В результате подавляется работа одного глаза.



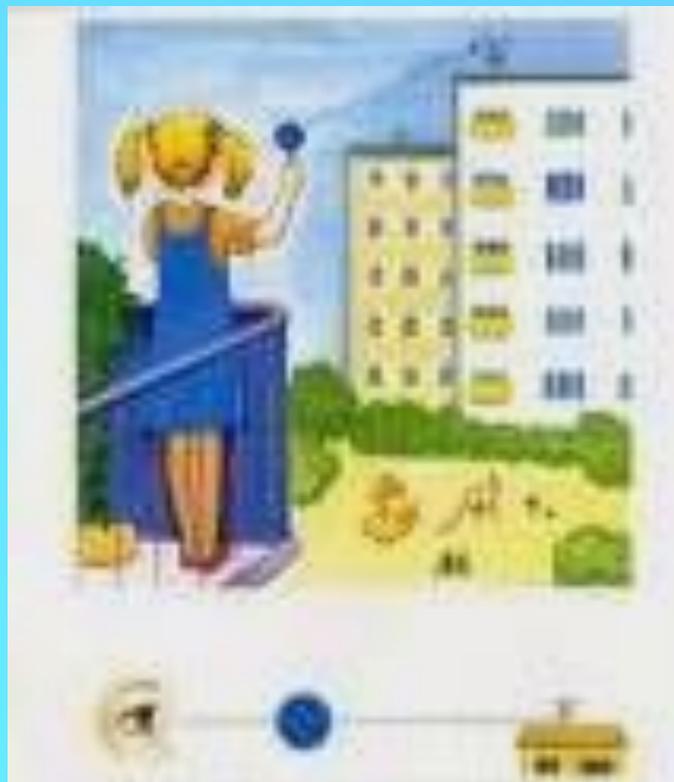
Зрение - прекраснейший дар природы, позволяющий познавать и видеть окружающий мир.



Нагрузка на глаза у современного ребенка огромная. Глаза ребенка выполняют значительную зрительную работу, а отдыхают они лишь во время сна. От того, как соблюдаются правила гигиены, зависит и утомление органов зрения, и сохранение их полноценной функции на будущее.

Зрительная гимнастика

1. Закрывать и широко открывать глаза (5-6 раз).
2. Быстро моргать в течение 1-2 мин.
3. Посмотреть вверх, вниз, вправо, влево, по часовой стрелке, против нее.



Зрительные гимнастики



Значение проведения упражнений для глаз

- ❖ **Тренируют мышцы, управляющие движениями глаз**
- ❖ **Активизируют кровоснабжение глаз и способствуют поступлению в ткани глаз достаточного количества кислорода**
- ❖ **Хорошо снимают умственное утомление**

Коррекционные упражнения, направленные на активизацию зрительных функций

- сортировка семян, косточек и др.
- классификация по заданным признакам
- рассматривание предметов, изображений, цветных слайдов
- подбор парных картинок
- обнаружение ошибок в рисунках
- рассматривание через цветные фильтры, полупрозрачную бумагу
- упражнения с использованием электрифицированных игрушек
- составление целого из частей (картинки, паззлы)
- плетение ковриков
- игры с мозаиками, мелкими предметами
- обводка трафаретов по внутреннему и внешнему контуру

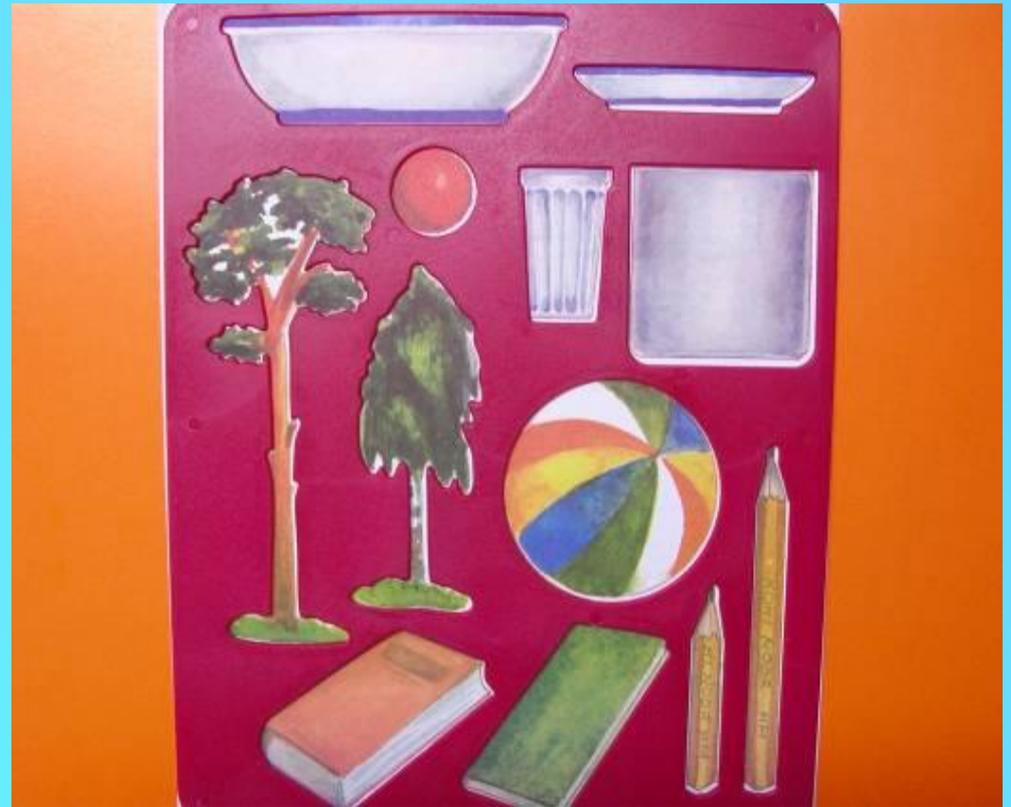
Составление целого из частей



«Сортировка»



Обводка по трафарету



Выводы

- Таким образом, систематическое проведение профилактических и оздоровительных упражнений для глаз способствует укреплению глазных мышц, снятию с них напряжения. Глаза получают возможность свободно двигаться.
- При ежедневном их выполнении глазные мышцы надолго сохраняют эластичность и гибкость.
- Упражнения для глаз активизируют их кровоснабжение и способствуют поступлению в ткани глаз достаточного количества кислорода.
- Наблюдается заметное улучшение зрения.