**Консультация дл педагогов**

**«Зрительная гимнастика в коррекционной работе с детьми с нарушением зрения»**

*Чертова Марина Борисовна,*

*воспитатель*

*МА ДОУ г.Нижневартовска*

*ДС №17 «Ладушки»*

с. Их комплекс получил название «здоровьесберегающие технологии». Одна их таких технологий – это зрительная гимнастика. Гимнастика для глаз является обязательным компонент коррекционной работы с детьми, имеющими нарушения зрения, проводится она во всех видах детской деятельности: на прогулке, перед занятиями, во время занятий, между занятиями, в игровой деятельности. Зрительная гимнастика проводится несколько раз в течение дня от 3-х до 5-ти мин. Гимнастика служит для профилактики зрительного утомления, а так же препятствует снижению остроты зрения. Зрительное утомление зависит от множества причин. В основном быстрое утомление наступает при чтении и, особенно при письме, рисовании, а также при выполнении любой зрительной работы на близком расстоянии. Следовательно, непрерывная зрительная нагрузка для детей с патологией зрения не должна превышать 10 минут.

Задача педагогической коррекции: путём системы специальных приёмов и способов обеспечить доразвитие и исправление недостатков развития слабовидящих детей.

Педагогическая коррекция достигается не механической тренировкой, а системой работы, направленной на развитие приёмов и способов зрительного восприятия, действенного активного наблюдения с помощью сохранных анализаторов и остаточного зрения, с помощью развития речемыслительной деятельности.

Воспитатель наряду с осуществлением задач обучения и воспитания решает и специальные задачи, обусловленные особенным контингентом детей. К ним относятся:

* - создание дополнительных гигиенических и педагогических условий для развития и воспитания ребенка с нарушением зрения;
* - осуществление мероприятий по охране и восстановлению зрения;
* - повышение ответственности за здоровье детей и их физическое развитие, за организацию специфического режима (например: одно из утренних занятий воспитателя переносится на вечернее время, пунктуальное распределение времени работы в группе логопеда, медсестры по ортопии, тифлопедагога, выход на прогулку, строгое ограничение длительности занятий и т. д.).

Гимнастику глаз проводят постоянно со всеми детьми или индивидуально. Рекомендую следующие упражнения для зрительной гимнастики (двигаются только глаза, голова неподвижна):

* - вправо-влево;
* - вверх-вниз;
* - далеко-близко (удалять и приближать предмет) ;
* - по кругу - слева-направо;
* - по диагонали - снизу-вверх;
* - по диагонали - сверху-вниз.

**Упражнения для глаз (метод Бейтса)**

Упражнения на укрепление глазных мышц, тренировку и массаж хрусталика, улучшение кровообращения, питание глаз и лечение близорукости для дошкольников.

**Виды зрительных гимнастик**

* **С использованием художественного слова и без него**
* **С использованием атрибутов (игрушек, картинок и т. д) и без них**
* **С использованием специальных пособий (плакатов тренажеров и пр.)**
* **С использованием ИКТ**

Показ предмета для зрительной гимнастики осуществляется в медленном темпе, чтобы ребёнок до конца проследил движение предмета, который должен быть крупным, ярким, не очень большим. Предмет показывается чуть выше уровня глаз впереди сидящих детей. Он не должен сливаться по цвету с одеждой педагога и окружающей обстановкой. При выполнении зрительной гимнастики дети с низкой остротой зрения стоят перед педагогом, остальные - располагаются дальше. Для гимнастики глаз можно использовать индивидуальные мелкие предметы и проводить её по словесным указаниям: посмотрели вверх-вниз и т. д. Необходимо учитывать быстроту реакции детей и соответственно этому выбирать для проведения гимнастики игрушки или словесную инструкцию. Следует отмечать старание, желание и результаты детей.

## Гимнастика для глаз с использованием тренажеров.

Схемы зрительных схемы зрительно-двигательных траекторий.

Каждая траектория имеет свой цвет. Движение осуществляется по словесной инструкции (вверх, вниз, влево, вправо, по и против часовой стрелки, по восьмёрке), проведение такого рода упражнений возможно только в старшем дошкольном возрасте.

Для периодической активизации чувства зрительной координации можно использовать специальную схему зрительно-двигательных проекций (тренажер для коррекции зре­ния). Она разработана группой ученых под руководством доктора медицинских наук профессора В. Ф. Базарного. С помощью специ­альных стрелок указаны основные траектории, по которым должен двигаться взгляд в процессе выполнения задания: вверх-вниз, вле­во-вправо, по и против часовой стрелки по внешнему и внутренне­му овалам, по кругам в центре. Каждая траектория отличается от остальных цветом. Это делает схему яркой, красочной и привле­кающей внимание. Упражнения выполняются стоя.

Список литературы

1. Демирчоглян Г.Г., Демирчоглян А.Г. Улучшаем зрение (книга-тренажер для сохранения детского зрения)
2. Плаксина Л.С., Григорян Л.А. Содержание медико-педагогической помощи в ДОУ для детей с нарушением зрения. М., 1998
3. Обучение и коррекция развития дошкольников с нарушениями зрения / Под ред. В.А. Феоктистовой. - СПб., 1995.