***«Использование глазодвигательных***

***упражнений на логопедических занятиях»***

 Зрение играет важную роль в жизни ребёнка. Именно с помощью зрительного анализатора он получает 90% информации об окружающем мире.В своей работе учитель- логопед использует различные приёмы для развития не только речи, но и развития мелкой моторики, логического мышления, внимания, памяти.
 Поэтому важно учитывать то, что дети постоянно испытывают огромную нагрузку на глаза, и учителю- логопеду необходимо осуществлять работу над профилактикой зрительных расстройств.

В этом помогут ***глазодвигательные упражнения.***
Они позволяют обеспечивают улучшение кровоснабжения тканей глаза;

* повышают силу, эластичность и тонус глазных мышц и глазодвигательных нервов;
* укрепляют мышцы век;
* снимают переутомление зрительного аппарата;
* развивают способность к концентрации взгляда на ближних объектах, совершенствуя координацию движений глаз при периферийном обзоре;
* корректирует функциональные дефекты зрения.

 Глазодвигательные упражнения необходимо проводить регулярно 2-3 раза в день по 3-5 минут.
При подборе глазодвигательных упражнений учитывается возраст, состояние зрения и быстрота реакции ребёнка. Дети во время проведения упражнений не должны уставать.

Для глазодвигательных упражнений можно использовать мелкие предметы, различные зрительные тренажёры, стихи, потешки и т. д.

***Глазодвигательные упражнения, используемые на логопедических занятиях:***

***1.Слежение взглядом за ярким небольшим предметом на палочке.***

На кончике указки прикрепляем яркий предмет (игрушка, бабочка, птичка, какой либо сказочный герой) и предлагаем вместе с ним отправиться в путешествие***.*** Дети рассматривают предмет, который двигается вправо- влево.

 Работаем 20- 30 сек. Показ предмета осуществляется в медленном темпе, чтобы ребёнок до конца проследил глазами его движение. При этом голова неподвижна.

***2. Упражнения с использованием зрительных траекторий.*** Специально разработанную схему зрительных траекторий можно использовать для периодической активизации чувства зрительной координации. На ней с помощью стрелок указаны основные траектории, по которым должен двигаться взгляд в процессе выполнения заданий.

***2. Упражнения с использованием зрительных траекторий.*** Специально разработанную схему зрительных траекторий можно использовать для периодической активизации чувства зрительной координации. На ней с помощью стрелок указаны основные траектории, по которым должен двигаться взгляд в процессе выполнения заданий.

***7. Упражнение «На лесной опушке»*** (используется при автоматизации звука Ш в словах)

Белка по деревьям скачет,
И в дупле орехи прячет. *(движение глазами вверх - вниз по дорожке)*Пчёлки летают вперёд и назад,
Мёд принести они в улья спешат! *( движения глаз вправо-влево)*
Посмотри, над цветущим лужком
Бабочки летают кругом! *(круговые движения глаз)*
Это что за чудеса?
Зайца хочет съесть лиса.
Но он убежит от беды,
Запутает умело следы*. (рисовать глазами восьмёрку по горизонтали)*
А сейчас зажмурим глазки,
Поморгаем много раз,
Весёлая гимнастика
Сохранит здоровье глаз!

***4. Зрительная гимнастика «Лиса»*** (используется при автоматизации звука С)

Са- са- са – вот идёт лиса. *(глаза «моргают»)*

Сы- сы- сы – хвост пушистый у лисы.

Су-су- су- видим мы лису. *(глаза закрыты)*

Са- са- са – лисонька – краса.

Глазки открываются – дети улыбаются.

***5. Упражнение «Часовщик»*** (используется при автоматизации звука Ч)

Часовщик прищурив глаз, *(закрыть правый глаз)*

Чинит часики для нас *(открыть правый глаз)*

*Повторить упражнение с левым глазом.*

***6. Упражнение «Воздушный шар»***
(используется при автоматизации звука Ш).

Проследить за движением воздушного шара только глазами, держа голову прямо и не поворачивая её. Направление движения: вверх, вниз, влево, вправо.

***8. Упражнение «Осень»*** (используется при изучении лексической темы «Осень»)

Осень по опушке краски разводила,

По листве тихонько кистью поводила.

Пожелтел орешник и зарделись клены,

В пурпуре осинки, только дуб зеленый.

Утешает осень: не жалейте лета,

Посмотрите – осень в золото одета!

*Круговые движения глазами :*

*налево – вверх – направо – вниз –*

*вправо – вверх – влево — вниз*

*Посмотреть влево – вправо.*

*Посмотреть вверх – вниз.*

*Зажмурить глаза, потом поморгать 10 раз.*

 *(повторить 2 раза).*

***9.*** *Для развития бинокулярного, стереоскопического зрения используется* ***игра «Путаница».***

*Ребенку показывают изображение картины с различными наложениями друг на друга овощами, предметами. Просят ребенка назвать, какие предметы нарисованы и какого они цвета. Назовите справа овощи, которые спрятались в путанице. Назовите предметы, которые спрятались в чайнике.*

***10. Упражнение «Рисование носом"***  *Это очень простое и эффективное упражнение, помогающее укрепить глазные мышцы.
Дети закрывают глаза. Представляют себе, что нос стал длинным и рисуют предложенный учителем предмет, букву и т.д.*

***11. Упражнение «Сон»***

*Закройте глаза и расслабьтесь, будто собираетесь спать. Подумайте о чём-нибудь очень приятном.*

***12. Упражнение «Глаз- путешественник»***  *Работа с расположенными на стенах кабинета карточками.
 На них мелкие силуэтные изображения предметов. По просьбе педагога дети встают и выполняют ряд заданий: отыскивают на стенах картинки, являющиеся ответом на загадку, находят
 изображение предметов, в названиях которых есть нужный звук.*

***13.Упражнение «Пальминг»*** *(автор У.Бейтс)*

*Упражнение рекомендуется выполнять после интенсивной зрительной нагрузки.*

 *Мы ладошку о ладошку*

 *Разотрем с тобой немножко,*

*Да не немножко, а сильней,*

 *Ладони станут горячей.*

*Теперь ладошки наши*

*Мы на глаза положим,*

*Но делать это, дети,*

*Нужно осторожно!*

*Тепло получат глазки*

*В полной темноте,*

*Ни лучика от солнца*

*Не видим мы нигде.*

*Так отдохнули глазки,*

*Проснулись и опять*

*Всем сразу улыбнулись*

*И пошли гулять.*

***14. Упражнение «Частокол»***

 *Частокол – забор высокий,
 Из дощечек ладится.
 Посмотреть так интересно,
 Что за ним скрывается!
 Сквозь расставленные пальцы
Смотрим мы внимательно.
Влево, вправо посмотрели,
Ах, как замечательно!
Мы вперед – забор назад,
Мы назад – забор вперед:
Едет все наоборот!
Мы глаза закроем –
Частокол исчез,
Вновь их открываем –
Частокол весь здесь!*

 Глазодвигательные упражнения являются обязательным компонентом коррекционной работы с детьми.

 Глазодвигательные упражнения оказывают положительное влияние на общее психоэмоциональное состояние ребенка, повышают его работоспособность, снимает зрительное напряжение, обеспечивают улучшение кровоснабжения тканей глаза, обменные процессы в глазу; повышают силу, эластичность, тонус глазных мышц, укрепляют мышцы век, снимают переутомление зрительного аппарата, развивают концентрацию и координацию движений глаз.

*Литература*

*1. Демирчоглян Г.Г. Эффективные упражнения для зрения. – М., 2012.*

 *2. Зрительная гимнастика для детей 2-7 лет/ авт.-сост. Аветисов Э.С., Ковалевский Е. И., Хватова А.В. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.*

 *3. Никулина Г.В., Фомичева Л.В. Охраняем и ра звиваем зрение. Учебно-методическое пособие для педагогов образовательных учреждений общего назначения. СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2002.*

*4. А.Чевычелова Руководство по детской офтальмологии. М.: Медицина, 1987..– Волгоград: Учитель, 2013.*