**Статья «Использование офтальмотренажёров в рамках сопровождения детей**

 **с патологией зрения и профилактики зрительных отклонений».**

Солнцева Светлана Викторовна,

воспитатель первой квалификационной категории.

Ребёнок с нарушением зрения нуждается в повышенном внимании педагога, грамотном выстраивании его воспитательно-образовательного маршрута, построении траектории его жизнедеятельности. Педагогический опыт работы с детьми, имеющими патологию зрения, показывает, что чем раньше дети будут получать помощь взрослого сообщества - педагогов, специалистов и родителей, тем более благополучно будет протекать его психологическое развитие, благодаря уникальным компенсаторным возможностям, заложенным в каждом ребенке.

Внедряемое в данный момент инклюзивное обучение и воспитание позволяет детям с особенностями в развитии, с проблемами в состоянии здоровья возможность получения образования в условиях массовых детских дошкольных учреждений.

Понимая важность своевременно оказанной адекватной помощи, эффективно выстроенной индивидуальной траектории развития, педагоги нашего дошкольного учреждения разрабатывают планы индивидуального педагогического сопровождения детей с патологией зрения.

Для профилактики близорукости, как возможного последствия длительной зрительной нагрузки использую специальную гимнастику для глаз – офтальмотренажеры. Длительность физминуток 2-3 минуты. Такие упражнения игрового характера оказывают благоприятное влияние на организм детей:

-способствуют подвижности центральной нервной системы;

-развивают глазодвигательные навыки;

-развивают периферийное зрение , расширяют боковой обзор;

-развивают навыки пространственной ориентации, зрительного анализа.

На кончике указки прикрепляю яркий предмет (самолетик, кораблик, птичку и т. д. ) и предлагаю вместе с ним отправиться в путешествие; обращаю внимание детей на следующие правила: работают глаза, голова неподвижна. Перемещаю указку в заданном направлении. Показ предмета осуществляется в медленном темпе, чтобы ребенок до конца проследил его движение. Зрительный стимул (предмет) находиться чуть выше уровня глаз детей.

**«Мотыльки».**

**«Снежинки с геометрическими фигурами».**

**«Сенсорные кресты с цифрами, птицами, животными и др».**

**«Пчелки».**

Упражнение выполняется сидя или стоя с использованием лазерного фонарика. При этом педагог следит за осанкой детей, учит держать голову прямо и работать только глазами.

**«Запутанные линии».**

-Дети прослеживают глазами вертикальные, горизонтальные, линии разной конфигурации. Очень нравится детям прослеживать глазами «запутанные линии».

Толщина линии - примерно 1 см. Плакаты размещены выше уровня глаз детей в любом удобном месте и предлагаю «походить» глазами по линиям, а при повторном выполнении предлагаю «побегать» глазами. Можно предложить детям игровой сюжет: «Ищем дорогу в лесу», «Едем в гости», «Катаемся на машине» и т. д.

**«Пирамидки»-**Детям предлагаются следующие задания:
1. Найди глазами две пирамидки.
2. Сосчитай, сколько во всех пирамидках красных колец, зеленых, черных и т.д.

3. Сколько у пирамидок красных колпачков, коричневых, зеленых, желтых и т.д.?
4. Сколько всего колец у пирамидок?
5. Сколько всего колпачков?

6. Сложи пирамидки в две группы. В первой группе на две (в два раза) пирамидки больше, чем во второй. Сколько пирамидок во второй группе?

Этот вид упражнения можно использовать довольно часто, меняя лишь варианты заданий.

**«Подушки», «Тарелки с разноцветными кружками» -**Детям предлагаются следующие задания:
1.Найди две одинаковые тарелки.
2. Найди тарелку, где есть цвет, который в других не повторяется.
3. Сколько всего красных, зеленых, синих кружков на всех тарелках?
4. Сколько всего кружков?

Задания аналогичные подбираются. Эти упражнения замечательны тем, что они работают как офтальмотренажеры и не требуют много времени и затрат при их подготовке. С помощью таких приемов развиваются зрительно-моторная реакция, чувство локализации в пространстве, стереоскопическое зрение, различительно-цветовая функция.

**«Матрешки»** - найди две одинаковые матрешки.

Гимнастика для глаз также важна, как и общие физические упражнения. Под влиянием систематических упражнений глаза меньше устают, зрительная работоспособность повышается, улучшается кровообращение, а это способствует предупреждению нарушений зрения и развития глазных заболеваний.

Солнцева Светлана Викторовна,

воспитатель первой квалификационной категории.