

Игры, развивающие зрительное восприятие и зрительные функции

Подвижные игры

Упражнения и игры, заменяющие аппаратное лечение:

Цель: формирование прослеживающих зрительных функций, развитие глазодвигательных мышц, аккомодации, бинокулярного зрения (видение глубины пространства).

1. Метание мяча в цель.
2. Настольный баскетбол.
3. Настольный теннис.
4. Кольцеброс.
5. Тир.
6. Сбей кеглю.
7. Городки.

Упражнения и игры, используемые при сходящемся косоглазии:

Цель: расслабить конвергенцию, развивать направление взора ребенка вдаль – вверх.

1. Подбрасывание вверх и ловля воздушного шара, мяча.
2. Кто дальше бросит предмет?
3. Бадминтон.
4. Забрось мяч в кольцо (элементы волейбола).
5. Перебрось мяч через сетку (элементы баскетбола).

Упражнения и игры, используемые при расходящемся косоглазии:

Цель: усилить аккомодацию, развивать направление взора ребенка вблизи – вниз.

1. Мяч об пол.
2. Все игры на прокатывание мяча:
 - сбей кеглю
 - футбол
 - хоккей с мячом
 - бильярд
 - гольф.

Слабовидящим детям (острота зрения в очках до 0,2) не рекомендуются игры, вызывающие согнутое положение тела, наклоны головы вниз, резкие повороты, прыжки. Если у ребенка очки, не рекомендуются игры со встречным бегом, бросание

мяча с большого расстояния. Поэтому совместные игры слабовидящих детей во дворе со сверстниками требуют особого внимания.

Настольные игры

Игры и упражнения, способствующие повышению остроты зрения:

1. Мозаика.
2. Конструктор.
3. Лото.
4. Разрезные картинки, пазлы.
5. Обводка по контуру через кальку.
6. Лабиринты.

Игры и упражнения, способствующие развитию зрительного восприятия:

1. Узнай предмет по контуру (по силуэту).
2. Узнай недорисованные предметы, дорисуй их.
3. Кто больше увидит? (перечеркнутые, заштрихованные, спрятанные, наложенные друг на друга изображения).
4. Что неправильно нарисовал художник?
5. Найди отличия (в предметах, предметных и сюжетных изображениях).
6. Распредели предметы по величине.
7. Найди предмет такого же цвета, формы.
8. Игра «Геометрическое лото».
9. Дополни рисунок. Например, предлагается нарисовать домик, справа и сверху от домика – солнце, слева от домика – забор, слева внизу – озеро, справа от забора цветы...
10. Конструирование фигур из спичек и палочек.
11. Игры «Танграм», «Колумбово яйцо», «Сложи узор» Б. Никитина и т. п.

Для слабовидящих детей игры – занятия за столом должны быть непродолжительными (5 – 10 мин) и заканчиваться активным отдыхом: гимнастикой для глаз, упражнениями для снятия напряжения.

Упражнения для глаз (проводятся без очков)

1. Смотреть вверх, вниз (5 – 6 раз).
2. Смотреть вправо – влево (5 – 6 раз).
3. Круговые движения глаз в одну и другую стороны (по 5 – 6 раз).
4. Расслабляющие упражнения: моргание, поглаживание глаз, смотреть вдаль.

(Подготовка детей дошкольного возраста с нарушением зрения к плеопто-ортоптическому лечению/З.П. Малева. -М.: Издательство ПАРАДИГМА, 2009)