

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад компенсирующего вида № 48 "Винни-Пух"
г.Набережные Челны Республики Татарстан

Утверждено
на заседании педсовета №1
МБДОУ «Детский сад компенсирующего
вида №48 «Винни-Пух»
от « 25 » 08 20 16 г.

Заведующий МБДОУ №48 «Винни-Пух»
Г.Ф.Хузина

ПРОГРАММА

дополнительного образования по снятию зрительного
утомления у детей с нарушением зрения

«Хрусталик»

Составила
учитель-дефектолог
I кв. категории
Аслямова Р.М.

г. Набережные Челны
2015 г.

Пояснительная записка

Глаза - самый ценный и удивительный дар природы. Глаза являются не только зеркалом души, но и общего состояния здоровья. Это самый важный орган чувств. 95% информации о внешнем мире мы получаем благодаря зрению, а по мнению йогов - глаза потребляют 50% биоэнергии, приходящейся на жизнедеятельность всего организма.

Различные заболевания глаз, особенно нарушения рефракции (близорукость, дальнозоркость, астигматизм и др.) достигли угрожающих размеров. Особенно тяжело это сказывается на детях. Ребенок, носящий очки, часто ограничен в движениях, вырабатывается стереотип малоподвижности, у него уменьшается потребность в двигательной активности, что не может не сказаться отрицательно на его здоровье.

Наиболее распространенной формой детской глазной патологии в дошкольном возрасте является амблиопия и косоглазие, характеризующиеся разной степенью нарушения остроты зрения, бинокулярного зрения, фиксации взора, цветоразличения. Различают две основные группы детей с разными формами аномального развития:

1. Нарушение зрительной системы не отягощено другими недостатками развития центральной нервной системы.

2. Нарушение зрения сочетается с другими формами аномального развития (нарушение интеллекта, речи, слуха, отклонение в развитии двигательной сферы, нарушение эмоционально-волевой сферы).

Характерными особенностями детей являются вторичные отклонения в психическом и физическом развитии. Нарушение зрения у детей дошкольного возраста отрицательно сказывается прежде всего на остроте центрального зрения, что затрудняет формирование других функций зрительной системы: периферического зрения, бинокулярного зрения, обусловленные нарушением глазодвигательных функций, особенно при косоглазии, затрудняющее фиксацию взора, аномальное развитие цветовосприятия, глазомерной функции, отрицательно сказывается на развитии макро- и микроориентировки в пространстве.

Характерной особенностью является снижение двигательной активности, которая развивается на полисенсорной основе с участием слуховой, тактильной, мышечной чувствительности.

Формирование правильных представлений о предметах и явлениях окружающего мира должно проходить с опорой на все виды чувствительности, так называемые сохраненные анализаторы (слух, осязание, обоняние, тактильность). При этом, чем раньше начата специально направленная коррекционно-педагогическая работа с детьми, тем успешнее идет психическое развитие ребенка .

В связи со зрительными нарушениями следует обращать серьезное внимание на организацию зрительной нагрузки в процессе различных видов детской деятельности. Проводятся физкультминутки для снятия напряжения, усталости, утомления и расслабления мышц глаз, после чего работоспособность детей повышается.

Доказано, что специальные тренировочные упражнения для внутриглазной и окологлазной мышцы могут вызвать стабилизацию и даже обратное развитие близорукости и дальнозоркости.

Органическое включение предлагаемых упражнений в распорядок дня и наличие всех необходимых для занятий пособий дает возможность использовать предлагаемые методы для исправления и предотвращения аномалий рефракции зрения у детей.

Программа представляет собой последовательный ряд специальных организованных занятий, направленных на укрепление общего физического состояния и зрительного анализатора, в особенности с использованием здоровьесберегающих технологий в условиях щадящего режима.

Данная дополнительно - образовательная программа была разработана в соответствии с ФГОС и составлялась в связи с необходимостью помочь слабовидящим детям преодолеть дефицит целенаправленных действий, что положительно сказывается на функциональных свойствах самого зрительного аппарата.

Цель программы:

способствовать профилактике зрительного утомления у детей с нарушением зрения.

Задачи программы:

- Учить детей с нарушением зрения приемам расслабления, снимающим общее и глазное напряжение.
- Развивать зрительно-двигательную координацию.
- Укреплять и стимулировать функции зрительной фиксации и прослеживающую функцию взора.
- Совершенствовать сложные движения глаз, улучшающие кровообращение и укрепляющие окологлазные и внутриглазные мышцы.
- Воспитывать у детей бережное отношение к зрению.
- Обогащать эмоциональный опыт ребенка в ситуации психологического комфорта.
- Социально адаптировать дошкольника с патологией зрения в общество.
- Данная программа может быть использована в практической работе воспитателей, дефектологов с детьми коррекционных групп, а также в дошкольных образовательных учреждениях общего типа с целью профилактики зрительного утомления.