

Консультация для родителей

"Игры и упражнения для развития мелкой моторики рук и зрительного восприятия у детей с ОВЗ по зрению"

Вследствие нарушения деятельности зрительного анализатора, у слабовидящих детей наблюдаются проблемы в восприятии окружающего мира, сенсорном развитии, развитии разных сторон речи и т.д. Но не стоит отчаиваться: при совместной и систематической работе педагогов и родителей можно достигнуть положительных результатов в развитии детей.

Как это сделать? Очень просто - поиграйте с вашим малышом!

Можно использовать в домашних условиях игры и упражнения для развития мелкой моторики и зрительного восприятия вашего малыша. В процессе этих игр и упражнений у детей улучшается память, слуховое и зрительное восприятие, формируется сенсорная культура ребенка, совершенствуются движения пальцев рук, что способствует развитию речи детей.

Главное - это хорошее настроение и неподдельный интерес к вашему ребенку и к его занятиям. Играя, вызывайте ребёнка на разговор, чтобы он называл свои действия и признаки предметов, с которыми вы играете. *Играйте с детьми в хорошо освещенном помещении, следите чтобы очки были с чистыми стеклами и правильно надеты. И помните, что детям с нарушением зрения требуется большая продолжительность времени для восприятия.*

Игры можно приобрести в магазинах, а некоторые из них смастерить своими руками.

"Волшебные прищепки"

(развитие мелкой моторики и координации движений, активизация ощущений)

Вам понадобятся: самые обычные прищепки любого размера и цвета, а также разные фигуры из различного материала (картон, пробка и т.д.) или картинки, силуэты животных, предметов.

Предложите надеть иголки на ёжика, сделать лучики солнышку, назвать цвет, форму предмета и т.д.



"Соберем бусы" (развитие мелкой моторики и координации движений, внимания, дивергенции и конвергенции)

Вам понадобятся: бусины большого размера (постепенно можно уменьшать размер) или пуговицы, крышечки, шнурок, веревочка или леска.

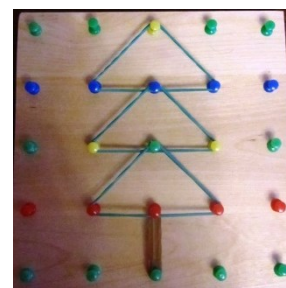
Предложите собрать бусы для бабушки или для кого-нибудь из членов семьи. Когда ребенок научится нанизывать бусины, можно предложить собрать бусы по цвету, чередуя и т.д.



"Резиночки на кнопочной тропинке" (развитие мелкой моторики и координации движений, внимания, прослеживающей функции глаза)

Вам понадобятся: деревянная доска с набитыми кнопками и резинки канцелярские или для волос.

Предложите малышу натянуть резиночки на кнопки. Можно делать различные дорожки, узоры.



"Играем с перчатками" (развитие мелкой моторики, речи)

Вам понадобятся: детские перчатки, различные пуговицы в виде фигурок предметов, пришитые к ней.

Предложите ребенку поиграть с героями перчатки, поздороваться с ними, отправиться в путешествие...



"Чудесный мешочек" (развитие мелкой моторики, осязания, тактильного восприятия, речи)

Вам понадобятся: мешочек или кукла с карманом на одежде, крупа (фасоль, горох), мелкие предметы, игрушки. Предложите ребенку нащупать в крупе спрятанные предметы и угадать, что это и назвать.



"Разложи крупу в бутылочки" ("Золушка") (развитие мелкой моторики, активизация фиксации взора, развитие зрительного соотнесения предметов по форме и величине)

Вам понадобятся: емкость с различными крупами (фасоль, горох, греча), семенами дыни, арбуза, несколько пустых бутылочек.

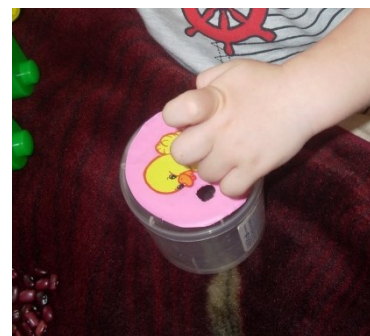
Предложите ребенку помочь Вам перебрать крупу, разложить в разные бутылочки.



"Покорми цыпленка" (развитие мелкой моторики, щепоти, координации движений, внимания, усидчивости)

Вам понадобятся: баночка с крышкой, в которой сделана прорезь (можно оформить под животное), фасоль в другой емкости.

Предложите ребенку покормить маленького цыпленка



"Крутилки-раскрутки" (развитие мелкой моторики)

Вам понадобятся: доска с прикрепленными к ней горловинами от детского сока или других напитков, внутри приклеить картинки, крышки разного размера.

Предложите ребенку раскрутить, посмотреть картинку и затем закрутить крышки. Усложнение: подобрать крышку к горловине.



"Мобильный тренажер" (развитие мелкой моторики, восприятия цвета и формы, представлений о предметах, наблюдательности)

Вам понадобятся: коробка с горловинами, вкладыши: разные картинки, емкость с крышками разного цвета.

Предложите ребенку подобрать колеса к машине, собрать гусеничку, светофор и т.д.



"Замоталки" (развитие мелкой моторики, координации движений, прослеживающей функции глаза)

Вам понадобятся: различные шнурочки, тесьма или нитки, швейные катушки, деревянные палочки и т.д.

Предложите ребенку намотать шнурочки или тесьму на катушки. можно устроить соревнование: кто быстрее наматывает.

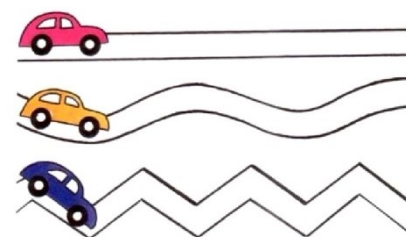


"Выложи дорожку", "Проведи дорожку"

(развитие мелкой моторики, координации движений, воспитание внимания)

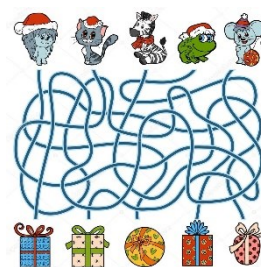
Вам понадобятся: камушки или фломастер, картинки с изображением дорожек, например от машины к домику и т.п.

Предложите ребенку выложить дорожку камешками.



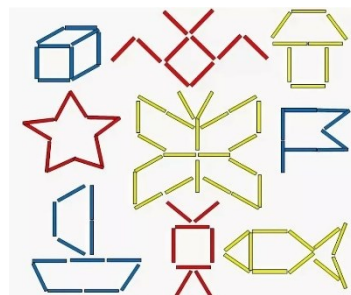
"Лабиринт" (развитие мелкой моторики, координации движений, воспитание внимания, пространственной ориентировки)

Вам понадобятся: картинки - лабиринты, фломастеры
Предложите ребенку провести дорожку от одного предмета до другого фломастером или взглядом.



"Фигуры из палочек" (развитие мелкой моторики, координации движений, воспитание внимания, развитие навыков пространственной ориентировки, комбинаторного мышления, конструктивного праксиса, закрепление навыков цветоразличения)
Вам понадобятся: картинки с изображением предметов из палочек, счетные палочки или цветные спички.

Предложите ребенку выбрать картинку, внимательно посмотреть и выложить предмет из палочек или спичек.



"Надень кольцо" (развитие глубинного бинокулярного зрения, глазомера, координации движений)

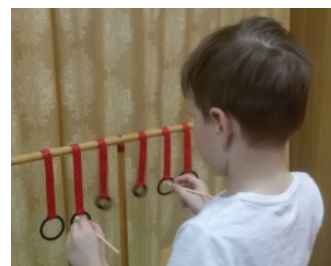
Вам понадобятся: подставка с конусами или стержнями, кольцо, привязанное на ниточке.

Предложите ребенку надеть кольцо, привязанное ниточке на конус или стержень.



на

"Попади в колечко" (развитие глазомера, стереоскопического зрения, закрепление правильной фиксации глаз, координации движений).
Вам понадобятся: на подставке размером 25* 20 см вертикально укреплен стержень с поперечной планкой наверху длиной 25 см. На планке подвешены колечки разного диаметра, палочка.



Предложите ребенку палочкой попасть внутрь колечка. Подставка находится на расстоянии 25-35 см от ребенка.

Выкладывание узоров из мозаики, работа с пирамидками, шнуровки, игры в лото, домино, с конструктором, игры в настольный теннис и баскетбол также способствуют сенсорному развитию, развитию комбинаторного мышления, пространственной ориентировке, воспитанию целенаправленного внимания, зрительному восприятию и памяти.

Играйте вместе с детьми!

Когда ребенок играет он развивается и развивается, когда играет!

Памятка для родителей

«Развитие в быту мелкой моторики ребенка с нарушением зрения»

Развитие осязания и мелкой моторики - помогают ребенку с нарушением зрения исследовать, сравнивать, классифицировать окружающие его предметы, позволяя тем самым лучше познать мир, в котором он живет;

Навыки тонкой моторики - позволяют ребенку обслуживать себя;

- позволяют ребенку на равных со зрячими участвовать в играх;
- способствуют повышению самооценки ребенка, т. к. дают возможность приобрести социальный опыт.

Если ребенка не увлекают развивающие пособия - предложите ему настоящие дела.

Предлагаем упражнения, в которых малыш может развивать мелкую моторику, помогая родителям и чувствуя себя нужным и почти взрослым:

- Чистить мандарины. Снимать кожицу с вареных овощей. Очищать яйца.
- Помогать собирать рассыпавшиеся по полу предметы (*пуговицы, спички, бусинки, фасоль, горох*).
- Раскатывать тесто и лепить печенье разного вида.
- Помогать перебирать крупу.
- Открывать замок ключом, различные защелки и цепочки
- Самостоятельно обуваться, одеваться, а также раздеваться и разуваться. Часть обуви и одежды должны быть доступны ребенку, чтобы он мог наряжаться, когда захочет. Учиться самостоятельно надевать перчатки. Застегивать и расстегивать липучки, пробовать зашнуровывать кроссовки.
- Сматывать нитки или веревку в клубок.
- Помогать вешать белье, используя прищепки (*натянуть веревку для ребенка*).
- Отвинчивать различные пробки - у канистр с водой, пены для ванн, зубной пасты....
- Рвать и мять различные виды бумаги.
- Вытирать пыль.
- Включать и выключать свет.
- Прикреплять и отлеплять наклейки.
- Перелистывать страницы книги.
- Собирать природный материал: шишки, желуди, семена.
- Собирать ягоды.

Консультация на тему: «Гигиена зрения»

Организм ребенка очень восприимчив всякого рода воздействиям, именно в детском возрасте развитию зрения должно быть уделено особое внимание. Важное значение для охраны зрения детей имеет правильная организация занятий в домашних условиях.

Дома дети любят рисовать, лепить, а в более старшем возрасте читать, писать, играть с конструктором. Но надо помнить, что общая продолжительность занятий в течение дня не должна превышать 40 минут в возрасте от 3-х до 5-ти лет, и одного часа в 6-7 лет.

Желательно, чтобы дети занимались как в первую, так и во вторую половину дня, и чтобы между этими занятиями было время для активных игр и пребывания на свежем воздухе. Однотипные занятия, связанные с напряжением зрения, должны прерываться каждые 10-15 минут для отдыха глаз.

Профилактику неправильных зрительных привычек у ребенка начинают уже с 2-3 лет. Детей учат периодически моргать, не горбиться, не дают им возможность смотреть пристально, просят чаще менять взгляд с ближнего на дальние предметы и обратно.

Очень важно обучить ребенка правильно смотреть телевизор и играть на компьютере. Длительность для дошкольников и младших школьников не должно превышать получаса. Оптимальное расстояние до экрана телевизора от 2 до 5 м. Экран монитора компьютера должен располагаться на расстоянии вытянутой руки (40 см). Сидеть при этом необходимо не сбоку, а прямо перед экраном. В комнате должно быть естественное или искусственное освещение. Важно, чтобы свет от других источников не попадал на глаза.

Несмотря на возрастающую популярность «развивающих» игр, следует помнить о чувстве меры продолжительность таких игр не более 20 минут одновременно и более 60 минут за весь день. Просмотр телевизора, видеоигры и игры за компьютером для детей до трех лет запрещены.

Уважаемые родители, хочется дать вам такие советы:

В течение первых двенадцати лет жизни ребенка идет интенсивное развитие его органов зрения. В этот период глаза особенно подвержены негативному влиянию многочисленных факторов, таких как повышенные нагрузки (компьютер, чтение, телевизор), травмы, инфекции, неблагоприятная экология, и многих других.

Как же можно помочь формирующемуся детскому организму противостоять подобному влиянию внешней среды и предотвратить ухудшение зрения у малыша?

- Любая двигательная активность помогает глазкам малыша лучше работать. Заставляйте ребенка больше бегать, прыгать, играть в подвижные игры. Занятия спортом тоже пойдут ему на пользу.
- Обязательно следите за осанкой ребенка. Ведь, если ребенок сидит с «кривой» спиной, у него нарушается кровоснабжение головного мозга, которое, в свою очередь, провоцирует проблемы со зрением.
- Не допускайте, чтобы ребенок подолгу, не отрываясь, сидел перед телевизором или компьютером. При этом помните, что сидеть перед экраном лучше всего не сбоку, а прямо напротив. Нельзя также смотреть телевизор в темной комнате, так как глаз вынужден будет постоянно менять фокус и напрягаться, адаптируясь к свету. Это может привести к достаточно неприятным последствиям.
- Для тренировки зрения малышу полезно играть с яркими, подвижными игрушками, которые вертятся, прыгают и катаются.
- Регулярно проводите с ребенком гимнастику для глаз. Превратите это в ежедневную увлекательную игру!

Общие рекомендации по гимнастике для глаз для дошкольников:

- 1.Посмотреть вдаль в течение 1-2 мин., переводя взгляд с предметов;
- 2.Поморгать глазами-20 раз;
- 3.Дать «попрыгать глазками с лестницы» - посмотреть вверх и быстро опустить взгляд вниз

Чтобы снять напряжение в глазах при работе за компьютером:

- 1.Каждые 1-2 часа переключать зрение: смотрите вдаль 5-10 минут.
- 2.Закрывать глаза для отдыха на 1-2 минуты.

Гимнастика для усталых глаз:

- 1.Глубоко вдохните, зажмурив глаза как можно сильнее. Напрягите мышцы шеи, лица, головы. Задержите дыхание на 2-3 секунды, потом быстро выдохните, широко раскрыв глаза на выдохе. Повторить 5 раз.
- 2.Закройте глаза, помассируйте надбровные дуги и нижние части глазниц круговыми движениями от носа к вискам.
- 3.Закройте глаза, расслабьте брови. Повращайте глазными яблоками слева направо и справа налево. Повторить 10 раз.
- 4.Поставьте большой палец руки на расстоянии 25-30 см. от глаз, смотрите двумя глазами на конец пальца 3-5 секунд, закройте один глаз на 3-5 секунд, затем снова смотрите двумя глазами, закройте другой глаз. Повторить 10 раз.

5. Положите кончики пальцев на виски, слегка сжав их. 10 раз быстро и легко моргните. Закройте глаза и отдохните, сделав 2-3 глубоких вдоха. Повторить 3 раза.

Выполнение каждого из этих комплексов упражнений для глаз займет не более 5 минут. А пользу, которую вы получите, трудно переоценить.

Простейший отдых для глаз - это их закрытие на более или менее длительный период времени и мысленное представление чего-нибудь приятного. Этот метод служит средством первой помощи, и к нему надо прибегать в первую очередь.

“Весёлая неделька” гимнастика для глаз

- Всю неделю по — порядку,

Глазки делают зарядку.

- В понедельник, как проснутся,

Глазки солнцу улыбнутся,

Вниз посмотрят на траву

И обратно в высоту.

Поднять глаза вверх; опустить их книзу, голова неподвижна; (снимает глазное напряжение).

- Во вторник часики глаза,

Водят взгляд туда – сюда,

Ходят влево, ходят вправо

Не устанут никогда.

Повернуть глаза в правую сторону, а затем в левую, голова неподвижна; (снимает глазное напряжение).

- В среду в жмурки мы играем,

Крепко глазки закрываем.

Раз, два, три, четыре, пять,

Будем глазки открывать.

Жмуримся и открываем

Так игру мы продолжаем.

Плотно закрыть глаза, досчитать до пяти и широко открыть глазки; (упражнение для снятия глазного напряжения).

- По четвергам мы смотрим вдаль,

На это времени не жаль,

Что вблизи и что вдали

Глазки рассмотреть должны.

Смотреть прямо перед собой, поставить палец на расстояние 25-30 см. от глаз, перевести взор на кончик пальца и смотреть на него, опустить руку. (Укрепляет мышцы глаз и совершенствует их координации).

- В пятницу мы не зевали

Глаза по кругу побежали.

Остановка, и опять

В другую сторону бежать.

Поднять глаза вверх, вправо, вниз, влево и вверх; и обратно: влево, вниз, вправо и снова вверх; (совершенствует сложные движения глаз).

- Хоть в субботу выходной,

Мы не ленимся с тобой.

Ищем взглядом уголки,

Чтобы бегали зрачки.

Посмотреть взглядом в верхний правый угол, затем нижний левый; перевести взгляд в верхний левый угол и нижний правый (совершенствует сложные движения глаз).

- В воскресенье будем спать,

А потом пойдём гулять,

Чтобы глазки закалялись

Нужно воздухом дышать.

Закрывать веки, массировать их с помощью круговых движений пальцев:

верхнее веко от носа к наружному краю глаз, нижнее веко от наружного края к носу, затем наоборот (расслабляет мышцы и улучшает кровообращение).

- Без гимнастики, друзья,

Нашим глазкам жить нельзя!

Консультация для родителей детей с нарушениями зрения **«Как учить слабовидящего ребенка** **видеть и понимать окружающий мир»**

Умение видеть и понимать окружающий мир не дается ребенку от рождения. Правильно, точно и полно представлять окружающий мир он учится постепенно, по мере своего роста и развития.

Процесс восприятия окружающего мира у детей дошкольного возраста начинает целенаправленно формироваться только при участии взрослого. У слабовидящего ребенка из-за зрительного нарушения начинают складываться неточно те образы предметов и явлений окружающего мира. Даже у дошкольника с нормальным зрением еще нет умений целенаправленно изучать предмет, прослеживал его контур выделяя наиболее характерные признаки и детали, составляя отдельные части предмета, соотнося существенные и второстепенные свойства предметов.

Слабовидящий же дошкольник кроме всего прочего, не имеет возможности хорошо видеть и различать все признаки и свойства предметов, особенно удаленных от его глаз на большое расстояние. Слабовидящий ребенок часто не понимает сюжетные картинки в книжках, где одно изображение заслонено другим. Трудность узнавания связана еще с тем, что дети не всегда могут выделить существенные признаки его восприятия. Поэтому родители слабовидящего ребенка должны научить его правильно зрительно обследовать предмет, учить выделять главные, существенные признаки, прослеживать форму предметов, анализировать, сопоставлять предметы между собой по общим и отличительным свойствам. Не всегда знакомство с предметным миром следует начинать с включения зрения. Там, где это возможно, нужно активно приучать детей узнавать признаки и свойства предметов на осязание, слух, обоняние, вкус и т.д. Вначале ребенку можно предложить потрогать предмет рукой, провести пальчиком по контурам фигуры.

Важно развивать у слабовидящих детей активные умения использовать осязание для узнавания объектов. Очень полезна для развития осязания игра в «Чудесный мешочек», в который можно положить разные предметы. Ребенок отгадывает на ощупь овощи, фрукты, предметы быта и т.д. При этом ребенку нужно показать, как следует узнавать предмет: пальчиками провести по всему предмету, взять его всей рукой, потрогать отдельные детали.

Участие сохранных органов чувств в процессе восприятия при ослабленном зрении обогащает представления детей о предметном мире. Ребенок в результате этого полнее сможет рассказать о вкусовых, обонятельных, осязательных признаках предметов. Все это ребенок может познать без участка зрения. А это важно для того, чтобы в своей самостоятельной деятельности слабовидящий ребенок смог умело использовать все сохранные органы чувств для узнавания предметов и явлений, особенно там, где ему недоступно зрительное узнавание объектов.

Необходимо учить слабовидящего ребенка правильно использовать остаточное зрение для знакомства с предметами. Для этого важно направлять

зрительное внимание ребенка на то, какой формы предмет, сочетать зрительное прослеживание с движениями пальца по контуру предмета.

Дети должны научиться видеть форму, цвет, размер, пространственное положение объектов. Все это очень хорошо организовать в игре, т.к. мы знаем, что в дошкольном возрасте дети предпочитают игру всем другим занятиям. Чтобы развивать зрительное внимание и память, можно использовать такие игры: «Чего не стало», «Кто скорее найдет ошибки в рисунке», «Угадай, что изменилось» и т.д. Например, в игре «Угадай, что изменилось», расставьте на столе несколько игрушек (не более четырех - пяти в ряд. Предложить ребенку запомнить, в каком порядке стоят игрушки. Затем он должен закрыть глаза, а педагог меняет игрушки местами, и после этого ребенок должен рассказать, что изменилось. Или же в игре «Чего не стало» дети должны отгадать, какой предмет спрятан. Чтоб у ребенка поддержать интерес к игре, можно предложить варианты, когда отгадываете вы, а он прячет игрушку. В игру можно включить других детей, или взрослых членов семьи. При этом важно, чтобы ребенок не только называл игрушку, но и мог подробнее рассказать какая она, где стояла. Это важно для формирования пространственного восприятия и понимания детьми пространственных признаков: впереди, сзади, в середине, слева, справа, около, между. При этом большое значение приобретает формирование ориентировки на листе бумаги: дети должны знать, где левая, правая, верхняя и нижняя сторона и название углов. Для этого можно предложить диктанты: «Нарисовать в левом верхнем углу прямоугольник, в правом верхнем — круг, в левом нижнем — треугольник, в правом нижнем — квадрат. Вначале можно вместо рисования предложить расположить игрушки, геометрические фигуры. Такие упражнения учат детей правильно называть местоположение объектов, учат соотносить конкретный признак с его словесным обозначением. Можно предложить детям игру « Кто скорее соберет игрушки и предметы, которые нарисованы на картинке». Для этого вырежьте и наклейте на лист бумаги изображения четырех-пяти игрушек. На полу рассыпьте такие же игрушки. Ребенок отбирает такие игрушки, которые есть у него на картинке. После того, как он выполнил задание, дайте ему возможность рассказать, какие игрушки он собрал, как с ними играют и т.д. Надо учить детей рассматривать картинки. Чем меньше ребенок, тем проще должен быть сюжет картинки. Вначале рассматривайте картинки, где изображены, например, посуда, одежда, игрушки, животные. Вот, например, на картинке нарисовал мяч. Предлагаем определить, что изображено. После того, как ребенок назовет предмет, берете его руку и проводите пальчиком по контуру мяча, говорите: «Мячик круглый». Ребенок говорит вместе, с вами, а затем повторяет один. Далее определяете, какого он цвета. Когда показываете предмет, одновременно следует назвать цвет словом.

Чем старше ребенок, тем сложнее предлагаем ему картинки. Если с малышами трех — четырех лет мы рассматривали картинки, изображающие сюжеты из жизни, простые по содержанию, то с детьми пяти- шести лет, рассматриваем иллюстрации не только жизни детей, но и взрослых.

Чтобы дети понимали содержание картины, где один предмет частично заслонен другим, надо учить детей видеть это явление в окружающей обстановке. Во время прогулок играл с ребенком в прятки вы показываете, что спрятаться можно полностью за угол дома, за большой забор, тогда вас не будет видно. При этом варьируйте задание: «Спрячься, чтобы было не видно совсем» или же «Спрячься так, чтобы видна была твоя рука, нога, голова и т.д.». Так в предметных ситуациях слабовидящие дети понимают, почему за забором не видно всего дерева, почему нельзя увидеть всю дверь дома, потому что на ее фоне стоит человек. В игре «Угадай, кто позвал?» могут принять участие дедушка, бабушка, мама, папа, сестры и братья. Ребенок на слух определяет, кто его позвал. Вы всегда должны помнить, что многое из того, что окружает ребенка может остаться для него неизведанным и непознанным, если взрослые не помогут ему всесторонне это познать. Если слабовидящий ребенок научится видеть и понимать окружающий мир, то его занятия в школе будут проходить более успешно.