

ЗРИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ ЛОГОПЕДА

В современном мире актуальной проблемой является перегрузка на орган зрения, которую испытывает ребенок в век огромного использования визуальных средств обучения, воспитания и развития (компьютерные игры, телевизор, форсированное семейное обучение детей грамоте с использованием мелкого шрифта и другие подобные занятия).

К сожалению, в логопедической практике все реже встречаются дети, которых можно назвать абсолютно здоровыми. Помимо выполнения коррекционных логопедических задач, на занятиях решаются и ряд других проблем: развитие внимания, памяти, логического мышления, мелкой моторики и т. д. Поэтому в коррекционную работу необходимо включать зрительную гимнастику, так как некоторые дети, имеющие речевые нарушения, бывают поставлены окулистом на учет.

Зрительная гимнастика проводится в целях предупреждения нарастающего зрительного утомления, для укрепления глазных мышц и снятия напряжения. **Гимнастика** предполагает выполнение движения глазами в различных направлениях. Движения эти однотипные, но существует определенный набор движений:

- движения глаз вверх – вниз;
- движения глаз влево – вправо;
- круговые движения глазами;
- зажмуривание глаз;
- моргание и т. д.

Гимнастика для глаз



Существуют следующие виды зрительных гимнастик:

1. Со стихами;
2. Со зрительными стимулами (предметами);
3. С сигнальными метками и схемами (потолочные и настенные);
4. Электронные зрительные гимнастики (мультимедийные презентации).

Длительность проведения зрительной гимнастики составляет 1 - 2 минуты.

Учитывая особенности детей дошкольного возраста, для привлечения их внимания к выполнению «гимнастики для глаз», упражнения предлагаются

в стихотворной, игровой форме. В этом случае, они будут не только полезны, но и интересны. Дети во время проведения **зрительной гимнастики не должны уставать**. Надо следить за напряжением глаз и после гимнастики практиковать расслабляющие упражнения.

Например: «А сейчас расслабьте глазки, поморгайте часто-часто, легко-легко, примерно так, как машет крылышками бабочка». Обязательно в конце выполнения упражнений необходимо закрыть глаза на несколько секунд, а потом поморгать 10 раз.

В процессе выполнения упражнений дети обучаются пространственной ориентировке. У них закрепляется пространственная терминология (направо, налево, вверх, вниз и т. п., обогащается словарь различными частями речи (соответствие текстов комплексов лексическим темам, развивается координация движений, физиологическое дыхание).

Тренировке глазодвигательных мышц хорошо помогает слежение взглядом за ярким, небольшим предметом, находящимся в руках логопеда. Предмет нужно двигать медленно, чтобы ребенок до конца проследил его движение. Показ предмета сопровождается каким-нибудь игровым сюжетом. Например: колобок покатился сначала вправо (встретился с волком, затем вверх (повстречал зайца, вниз (встретился с медведем). Также используются стихи.

