

Рекомендации для родителей детей с нарушением зрения

Старшая группа

С 12 по 16 апреля

Понедельник

1. Гимнастика для глаз «МУХА»

Громко муха жужжала,
Над слоненком виться стала.

Муха, муха полетела
И на нос слоненку села.

Снова муха полетела,
И на ухо она села.

Муха вверх, и муха вниз.
Ну, Слоненок, берегись!

Слоненок наш закрыл глаза –
Улетела егоза!

Вытягивают вперед руку и описывают указательным пальцем в воздухе круг, прослеживая движение глазами.

Дотрагиваются пальцем до кончика носа, сфокусировать взгляд на кончике пальца. Дотрагиваются до уха, прослеживая движение пальца взглядом в пределах видимости, не поворачивая головы. Так же медленно дотрагиваются до второго уха, прослеживая движения взглядом.

Резко перемещают взгляд вправо, влево, вверх, вниз, зафиксировав его на кончике пальца. Плотно прижимают ладони к открытым глазам так, чтобы через них не проникал свет.

2. Упражнение «Зачеркни букву»

Цель: обучение способности концентрации, объема, переключения, устойчивости внимания.

Дидактический материал: вырезка из газеты или журнала с достаточно большим шрифтом. Карандаш.

Описание задания. Ребенку предлагается газетная вырезка. Воспитатель обращается к нему: «На этом листочке написано много разных букв. Ты должен искать одну и ту же букву и зачеркивать ее карандашом. Какую букву ты хочешь вычеркивать?»

Вторник

1. Игра «Цепочка»

Взрослый предлагает несколько картинок с предметами.

Взрослый: - Назови предмет на картинке.

- Назови первый звук в слове Собака.
- Пропой последний звук в этом слове.
- Отложи эту картинку вправо.
- Назови оставшиеся предметы на картинках.

- Выбери предмет, у которого название начиналось с последнего звука предыдущего предмета, т.е. А-А-А.

Выбираем «Апельсин»

Воспитатель: Назови последний звук в слове «арбуЗ»

Откладываем эту картинку за собакой и среди оставшихся предметов выбираем предмет на звук З-З-З (произносим)

Воспитатель: Находим «Заяц».

Цепочка продолжается, например:

«Цыплёнок» - «Капуста» - «Апельсин» - «Нарцис» - «Солнце» - «Ель» -

Наличие картинок или предметов увеличивается.

2. Массаж.

Если массаж ушей происходит по часовой стрелке, это активизирует мозговую деятельность, если против, наоборот, успокаивает.

- Оттягивание ушей вперед, назад.
- массажирование круговыми движениями лба и подбородка.
- Сжатие пальцев в кулак с загнутым внутрь большим пальцем на вдохе и выдохе.

Среда

1. Игра «Бывает – не бывает».

Цель: развивать память, внимание, мышление, быстроту реакции.

Оборудование: мяч.

Инструкция: Бросаем мяч и говорим правду либо небылицы. При правильной фразе ребенок мяч ловит, при обнаружении ошибки – нужно мяч отбросить. Примерные небылицы: самолет плывет по морю, квадратный мячик, соленый сахар, снег зимой, мороз летом.

2. Игра «Перескажи историю»

Цель: развитие смысловой памяти.

Оборудование: подготовленная заранее история.

Описание: Взрослый предлагает ребенку послушать небольшой рассказ и своими словам рассказать то, что он только что услышал. Взрослый должен обратить внимание на моменты:

правильно ли ребенок понял смысл услышанного; последовательно или нет излагает события;

пересказывает словами автора или заменяет своими словами, не искажает ли смысла рассказа.

Это упражнение служит хорошей тренировкой смысловой памяти ребенка, оно также позволяет подготовить ребенка к школьным заданиям по написанию изложения, по пересказу заданного материала, по усвоению любого текста, связанного с выделением главного, с пониманием услышанного.

Четверг

1. «Зеркальное рисование».

Цель: развитие межполушарного взаимодействия, произвольности и самоконтроля.
Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу или фломастеру.
Необходимо рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки.
Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

2. Гимнастика для глаз «ЗАЯЦ»

Вверх морковку подними, на нее ты посмотри.

(Смотрят вверх.)

Только **глазками смотри**: вверх-вниз, вправо-влево.

(Глазами смотрят вверх-вниз, вправо-влево.)

Ай-да зайчика, умелый! Глазками моргает.

(Моргают глазками.)

Глазки закрывает.

(Глазки закрывают.)

Зайчики морковки взяли, с ними весело плясали.

(Прыгаем, как зайчики).

Пятница

1. Гимнастика для глаз «НОЧЬ»

Ночь. Темно на улице. *(Выполняют действия, о которых идет речь)*

Надо нам зажмурится.

Раз, два, три, четыре, пять

Можно **глазки открывать**.

Снова до пяти считаем,

Снова **глазки закрываем**.

Раз, два, три, четыре, пять

Открываем их опять.

(повторить 3 — 4 раза)

2. «ПАУЧОК»

Паучок ходил по ветке,

А за ним ходили детки. (Руки скрещены; пальцы каждой руки «бегут» по предплечью, а затем по плечу другой руки)

Дождик с неба вдруг полил, (Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение)

Паучков на землю смыл. (Хлопок ладонями по столу)

Солнце стало пригревать, (Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками)

Паучок ползет опять,

А за ним ползут все детки,

Чтобы погулять на ветке. (Действия аналогичны первоначальным)