**Игры и упражнения, рекомендованные детям с нарушением зрения**

**с учетом возраста и зрительного диагноза.**

Для правильной организации зрительной работы детей с нарушением зрения необходимо знать зрительные диагнозы каждого ребенка. Л.А. Григорян разработал 7 типов зрительных нагрузок. Каждая нагрузка включает в себя задачи, упражнения, характеристику учебно-наглядных пособий.

**Зрительные нагрузки для детей 5 – 7 лет.**

Зрительная нагрузка №1. (острота зрения 0,01-0,1)

Задачи:

- Повышение остроты зрения;

- Развитие цветоощущений;

- Развитие форменного зрения;

- Развитие зрительного внимания;

- Взаимодействие всех анализаторов.

Характеристика учебно - наглядных пособий:

 - Рекомендуется предъявлять объекты в оранжевых, красных, зеленых тонах без оттенков с высокой цветовой насыщенностью, контрастностью по отношению к предъявляемому фону. Размер более 2 см, предъявлять можно и плоскостные и объемные формы. При этом объемные формы обследуются не только зрительно, но и осязательно. Занятие можно проводить в любое время дня.

* Упражнения:

- При ознакомлении с цветом («Радуга», «Чайный сервиз», кубики «Народные узоры», картинки «Теплые и холодные оттенки», книжки раскраски)

- Ознакомление с формой и величиной (Угадай, что это; Чудесный мешочек, Найди такое же)

- Ориентировка в пространстве (Путешествие по групповой комнате, участку, Найди место в комнате, 1-2-3 к домику, песочнице, дереву беги)

- Упражнения с участием зрительного, слухового и др. анализаторов (найди на ощупь, музыкальный волчок)

1. Зрительная нагрузка №2 ( острота зрения 0,4-1,0)

Задачи:

- Повышение остроты зрения

-Формирование представлений о цвете

- Развитие глазодвигательных функций

- Выработка и закрепление бинокулярного зрения

- Развитие зрительного внимания

- Развитие всех анализаторов

* Характеристика учебно-наглядных пособий:

- Цвет объектов разнообразный;

- Размер около 2 см, можно меньше.

- Занятие в любое время дня

* Упражнения:

- На формирование представлений о цветах спектра, оттенках (радуга, чайный сервиз, кубик, народные узоры, картинки теплые - холодные, окраска воды, Цветной волчок, распустившиеся цветы, праздничный салют, зажги фонарик )

- Ознакомление с формой, величиной (угадай что это, чудесный мешочек,)

- Анализ сложной формы (кубики, выкладывание орнамента, составление узора, из каких фигур состоит предмет, разрезные картинки, склеим чайник)

- Упр. На развитие все анализаторов (чудесный мешочек, счет на слух, на ощупь; путешествие по группе, участку)

1. Зрительная нагрузка №3 (острота зрения 0,01-0,1 монокулярное, альтернирующее, одновременное)

Задачи:

- Повышение остроты зрения

- Развитие зрительного внимания

- Развитие зрительного анализа и синтеза

- Развитие форменного зрения

* Характеристика учебно-наглядных пособий:

- Цвет оранжевый, красный, зеленый

- Размер крупнее 2 см

Формы разнообразные преимущественно плоские

- время проведения – утро, полдень

Упражнения:

- Упражнения на анализ сложной формы (выкладывание орнамента, составление узора произвольное, по словесному указанию, по образцу, из каких фигур состоит предмет, разрезные картинки, составь целое из части, неразбериха, что изменилось)

- на формирование представлений о цветах ( подбери себе товарища, подбери предметы по цвету, телевизор, разноцветные сарафаны, волшебные цвета, одень кукол красиво)

- на развитие зрительного внимания ( найди различное в 2 одинаковых предметах, лабиринт, соедини точки, дорисуй, найди пару).

1. Зрительная нагрузка №4 (0,01- 0,3)
* Задачи:

- Повышение остроты зрения

- Развитие цветоощущений

- Развитие форменного зрения

- Развитие зрительного внимания

- Взаимодействие всех анализаторов

* Характеристика учебно-наглядных пособий:

- Размер более 2 см

- Формы разнообразные, преимущественно плоские

- Цвет красный, оранжевый

- Время проведения - утро, полдень

* Упражнения:

- При ознакомлении с цветом ( «Мозаика» «Радуга», «Чайный сервиз», кубики «Народные узоры», картинки «Теплые и холодные оттенки», книжки раскраски)

- Ознакомление с формой и величиной( Угадай, что это; Чудесный мешочек, Найди такое же, обведение по контуру, лото животные, цветы)

- Ориентировка в пространстве (Путешествие по групповой комнате, участку, Найди место в комнате, 1-2-3 к домику, песочнице, дереву беги)

- Упражнения с участием зрительного, слухового и др. анализаторов

 ( найди на ощупь, музыкальный волчок)

1. Зрительная нагрузка №5 (0,7-0,8 сходящееся косоглазие)
* Задачи:

- Развитие глазодвигательных и прослеживающих функций глаза (вверх-вдаль)

-  Развитие зрительного внимания

- Развитие остроты зрения

- Развитие цветоощущения

- Взаимодействие всех анализаторов

* Характеристика учебно-наглядных пособий:

- Предъявляются различные цвета, размеры и пособия

- Занятия проводятся в любое время дня

Упражнения на расслабление ( смотреть вдаль за листьями, самолетом, шаром, летящими птицами, бадминтон, набрось кольцо, запускание воздушных шариков, разбрасывание мячей, вертолет, бумажные голуби, найди одинаковое, разное в группе, пройди по дорожке, поймай рыбку)

1. Зрительная нагрузка №6 (расходящееся косоглазие)
* Задачи:

- Развитие глазодвигательных и прослеживающих функций глаза

- Повышение остроты зрения

- Повышение зрительного внимания

- Развитие цветоощущений

- Взаимодействие всех анализаторов

* Характеристика учебно-наглядных пособий:

- Предъявляются объекты любых цветов и размеров

- Занятие проводится в любое время дня

* Упражнения:

Задания должны быть направлены на работу вблизи и внизу, на сведение зрительных осей.

(Мозаика всех видов, вышивание, дорисовка, обводка по контуру, калейдоскопы, шнуровка, разложи по цвету, строитель, конструктор, домино, лото, нанизывание бус, составление картинок)

1. Зрительная нагрузка №7 (0,4 – 1,0)
* Задачи:

- Повышение остроты зрения

-Развитие цветоощущений

- Развитие форменного зрения

- Развитие зрительного внимания

- Взаимодействие всех анализаторов

* Характеристика учебно-наглядных пособий:

Дидактические пособия имеют лишь возрастные показания.

Упражнения (как в зрительной нагрузке №2, баскетбол, бадминтон, кегли, попади в ворота, поймай мяч, метание мяча в цель, кольцебросы))

**Зрительные нагрузки для детей 2 – 4 лет.**

Зрительная нагрузка N 1
Плеоптика.
1.Работа  с предметными картинками.

* рассматривание, описание, нахождение новых картинок;
* нахождение одинаковых картинок;
* нахождение нескольких одинаковых картинок;
* группировка изображений по цвету;
* группировка изображений по назначению.
1. Работа с геометрическими фигурами:
* группировка по цвету без учета формы;
* группировка по форме без учета цвета.
1. Работа с цветной мозаикой:
* сортировка по цвету;
* выкладывание простейших узоров по образцу, затем без образца.
1. Работа с пирамидками.
5. Обведение контуров предметов, нарисованных ярким фломастером.

Зрительная нагрузка N 2
Сходящееся косоглазие

Рассматривание калейдоскопа с направлением тубуса в даль.

Работа с монокулярным фильмоскопом.

Работа с магнитным конструктором.

Сортировка геометрических фигур по цвету, форме, величине.

Выкладывание узора из цветных палочек.

Нанизывание колец, счетных палочек, катушек, пуговиц на леску.

Вдевание лески в модель иглы на расстоянии.

Игры с мячом: подбрасывание вверх, перебрасывание друг другу.

Обведение контурных очертаний предметов.

Зрительная нагрузка N 2
Расходящееся косоглазие

Работа с калейдоскопом – направление тубуса вниз.

Рассматривание картинок через диаскоп.

Сортировка геометрических фигур по цвету, форме.

Работа с мозаикой средних размеров: сортировка, выкладывание узора.

Нанизывание колец, счетных палочек, катушек, пуговиц на леску.

Выкладывание узора из цветных палочек.

Вдевание лески в модель игры.

Обведение контура.

Игры с мячом: отбивание о пол, прокатывание по полу.

Игра «Птички и автомобили», «Птички»

Игры: «Поймай рыбку», «Найди свой цвет», «Чего не стало?».

Зрительная нагрузка N 3, N 4.

Рассматривание предметных картинок.

Сортировка предметов по цвету, форме, величине, назначению: геометрические фигуры, сортировка предметных картинок по цвету, форме, назначению, сортировка природного материала по цвету, форме, нахождение одинаковых плодов, игры «Найди такую же картинку», «Найди пару».

Игра в лото с крупными картинками.

Игра в домино с яркими крупными картинками.

Нанизывание колец, счетных косточек, катушек и др.

Выкладывание узора из цветных палочек.

Распутывание лабиринтов ( линии выполнены разным цветом – 2 этап – ориентировка на  цвет).

Обведение изображений по контуру.

Выкладывание узора из магнитной мозаики.

Игры с мячом: подбрасывание вверх, перебрасывание друг другу, прокатывание в ворота.

Зрительная нагрузка N 5

Сходящееся косоглазие

Рассматривание в калейдоскоп, монокулярный фильмоскоп.

Нанизывание колечек, бусинок, пуговиц на леску.

Вдевание нитки, лески, проволоки в модель иглы.

Шитье по картону.

Шнуровка.

Обведение шаблонов по контуру, штриховка.

Игры в лото, домино на подставке.

Раскрашивание картинок, укрепленных на доске.

Рассматривание картинок, уменьшая и увеличивая расстояние до них.

Рассматривание картинок на вращающемся диске.

Магнитная мозаика ( на подставке).

Соединение точек на бумаге в клетку.

Рассматривание далеких и высоких предметов.

Обведение 4-х клеточек в тетради.

Рисование орнамента – бордюра.

Перерисовка узоров через прозрачную бумагу.

Прокатывание мяча в ворота, подбрасывание вверх, перекидывание друг другу, забрасывание в обруч.

Кольцебросы.

Распутывание лабиринтов.

Метание присосок.

Бадминтон, волейбол.

Метание мячей, мешочков, снежков в цель.

Игры на совмещение контура и предмета.

Зрительная нагрузка N 6
Для детей с расходящимся косоглазием.
Общая продолжительность 10 -15 минут.

Упражнения те же, что и нагрузке N 5, только взор должен быть направлен вниз ( без подставки).

Составление целого из частей – кубики.

Вырезание фигур, их деталей.

Игра « Набрось колечко», «Поймай рыбку».

Игра «Удочка».  Хождение по гимнастическому бревну с направлением взора вниз.

Зрительная нагрузка N 7

Для развития одновременного и бинокулярного зрения , положение глаз правильное. Величина объектов – маленькая. Время проведения – любое. Количество занятий в день 3-4 раза. Направление взора зависит от вида косоглазия.

Перерисовка через прозрачную бумагу.

Работа с книжками – раскрасками.

Работа с разными картинками.

Самые разнообразные настольные игры, требующие рассмотрения мелких деталей.

Сортировка бусинок, бисера, геометрических фигур по  цвету, форме, величине. Составление из них узоров.

Нанизывание бус, бисера, колечек, пуговиц на леску.

Игры на совмещение контура, силуэта с предметом.

Составление целого из частей.

Шитье по картону.

Кольцебросы.

Игры с мозаикой.

Настольные игры «Набрось кольцо», «Поймай рыбку».

Шнуровка.

Перерисовка узоров через прозрачную бумагу.