**ПРИМЕНИЕ МУЛЬТИМЕДИЙНОЙ ЗРИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ У**

**ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ**

**Резниченко Е.Р.**

*ЛДОУЯСКВ № 53 «Мечта», г.Луганск*

**Аннотация.** В данной статье представлена информация по использованию мультимедийной зрительной гимнастики в коррекционно – развивающей работе с детьми с нарушениями зрения в условиях специализированной группы в ДОУ комбинированного вида.

**Ключевые слова:** нарушение зрения, дошкольники, зрительная гимнастика.

В работе с детьми с нарушением зрения необходимо дозировать зрительные нагрузки и вовремя предотвращать зрительное утомление. Обязательным компонентом коррекционной работы является проведение зрительной гимнастики.

Зрительная гимнастика – группа специальных упражнений, направленных на восстановление работоспособности и профилактику зрительного утомления.

Гимнастика для глаз является доступной в планировании коррекционной деятельности и имеет многоцелевое значение:

- снимает переутомление;

- развивает способность к концентрации взгляда на объекте окружающего;

- повышает способность зрительного восприятия;

- улучшает улучшение кровоснабжения.

В работе с детьми необходимо учитывать следующие принципы:

- индивидуальный подход с учетом возрастных особенностей, состояния зрения ребенка;

- регулярность проведения зрительной гимнастики;

- постепенное увеличение нагрузок, скорости и сложности упражнений;

- развитие интереса к предлагаемому упражнению.

В своей работе я применяю различные варианты зрительных гимнастик. Такие как, зрительная гимнастика со стихами, с предметами, по методике Э.С.Аветисова, индивидуальные настенные офтальмотренажеры (по методике В.Ф.Базарного), а так же мультимедийные зрительные гимнастики.

Мультимедийная зрительная гимнастика – это одна из новейших и более заинтересовывающая детей форма проведения офтальмологических пауз с применением компьютерных программ. Так как в наше время, инновационных технологий, гаджеты занимают не последнее место в жизни детей, и знакомятся они с ними раньше, чем начинают говорить, очень трудно заинтересовать ребенка четверостишьем, да еще и с выполнением какого – либо упражнения, то на помощь приходят мультимедийные зрительные гимнастики. Ребенок с увлечением садится перед монитором и выполняет предложенные ему задания. Важно то, что ребенок находится перед монитором не более 5 минут. Время выполнения небольшое, зато польза от таких упражнений существенная. Данная гимнастика способствует прослеживающей функции глаз, повышает мотивацию детей к выполнению зрительной гимнастики и вызывает положительный эмоциональный настрой. Существуют специализированные программы направленные на снятие напряжения и коррекцию зрения.

При выполнении мультимедийной зрительной гимнастики необходимо выполнять определенные требования:

- упражнения должны проводиться в очках (без очков проводится стандартная зрительная гимнастика);

- сидеть (стоять) прямо, не напрягаться, расслабить плечи;

- голова должна занимать фиксированное положение (для того, чтобы работали глазодвигательные мышцы);

- расстояние от монитора до органа зрения не менее 70 см.

Методика проведения мультимедийной зрительной гимнастики достаточно проста в использовании. Слайды могут сопровождаться музыкой. По теме НОД возможно легко подобрать тему для данной гимнастики, или создать ее самостоятельно, используя программу [Microsoft Power Point. При проведении данной гимнастики рекомендуется учитывать принцип усложнения, сначала необходимо, чтобы ребенок усвоил простые упражнения глазами: движения вправо- влево; вверх – вниз, круговые движения, моргания, зажмуривания.](https://powerpoint-load.com/" \t "_blank)

[При использовании мультимедийной зрительной гимнастики у детей отмечается:](https://powerpoint-load.com/" \t "_blank)

[- развитие глазодвигательных навыков, способность следить за движущимся объектом, плавно перемещать взгляд в разных направлениях (слева направо, сверху вниз);](https://powerpoint-load.com/" \t "_blank)

[- развитие навыков пространственной ориентации (способность выделять положение одного предмета, относительно другого);](https://powerpoint-load.com/" \t "_blank)

[- развитие навыков зрительного анализа (выделять сходства и различия в размере, форме и цвете предметов)](https://powerpoint-load.com/" \t "_blank)

[- упражнения носят обучающий характер, закрепляем знания об окружающем мире (называем времена года, диких и домашних животных, птиц, геометрический фигуры, счет и т.д.)](https://powerpoint-load.com/" \t "_blank)

[- способствует обогащению словаря, развитию грамматических компонентов языка и связной речи.](https://powerpoint-load.com/" \t "_blank)

Подводя итог, можно сделать вывод, что применение мультимедийной зрительной гимнастики в работе с детьми с нарушением зрения является эффективным методом работы, с целью нормализации зрения. При постоянном применении гимнастики, показатели зрения значительно улучшаются, а это значит, что мы движемся в правильном направлении.

ЛИТЕРАТУРА

1. Никулина Г.В. Охраняем и развиваем зрение. – М.: Детство-Пресс. 2002
2. Коновалова Н.Г. Зрительная гимнастика для занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. ФГОС. Волгоград, 2016.
3. Л.И.Плаксина "Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 4 вида (для детей с нарушением зрения). М., "Экзамен", 2003