

Комплекс упражнений для глаз на логопедических занятиях

Использование комплекса упражнений для глаз на логопедических занятиях, как средство предупреждения и профилактики миопии у школьников с нарушениями интеллекта.

Умственное и речевое развитие ребенка тесно связаны между собой, но вместе с тем развитие речи и познавательной деятельности характеризуется определенными особенностями. Формирование речи основывается на развитии познавательной деятельности, и эти два процесса являются относительно автономными.

В определении качества функционирования начальной ступени обучения в условиях школы для детей с нарушениями интеллекта ведущая роль принадлежит работе логопеда, так как без специальных коррекционно – развивающих занятий невозможно подавление основного дефекта и выравнивания детей до сверстников. Для логопеда – практика особую значимость приобретает проблема сложного дефекта, в структуре которого нарушения речи сопровождаются другими отклонениями психического и физического развития. Нарушения речи у детей с нарушениями интеллекта носят системный характер, затрагивают все стороны речевой системы, к тому же они обусловлены недостаточной сформированностью когнитивных процессов. Нарушения познавательной деятельности оказывают отрицательное влияние на весь процесс развития речи.

Симптоматика и механизмы речевых расстройств у этих детей определяются не только наличием общего, диффузного недоразвития мозга, но и локальной патологией зон, имеющих непосредственное отношение к речи. Наиболее распространенными речевыми расстройствами у учеников с нарушением интеллектуального недоразвития являются дефекты звукопроизношения и нарушения письменной речи. Письменная речь формируется при полноценном развитии четырех анализаторов: речеслухового, речедвигательного, двигательного и зрительного.

Многие исследователи занимающиеся особенностями нарушений письменной речи у данной категории детей отмечают, что у многих из них имеются нарушения зрения. Чаще всего отмечается миопия, которая имеет наследственный характер. Первый симптом миопии – ухудшение зрения вдаль. Школьники часто жалуются на быстрое утомление глаз во время работы на близком расстоянии. При письме и чтении они приближают глаза к тексту, а при рассматривании удаленных предметов прищуривают глаза.

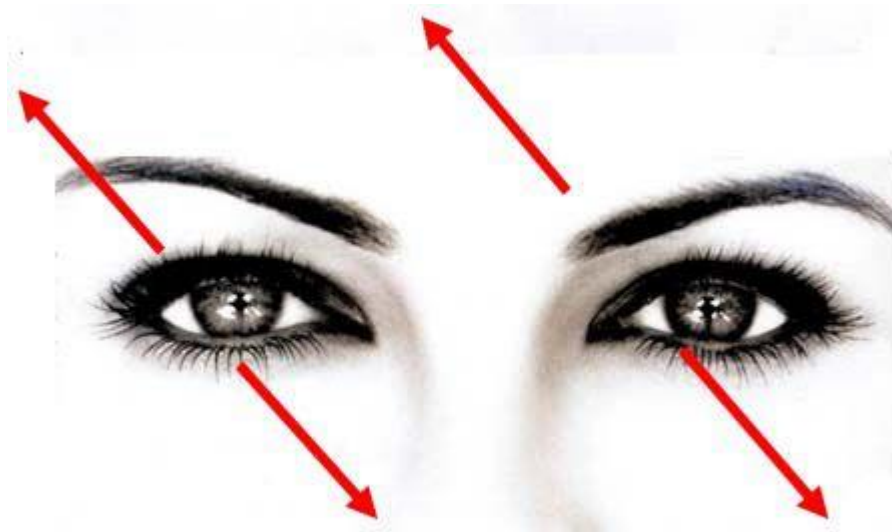
С началом учебной деятельности ребенок проводит большую часть своего времени в школе, поэтому школа обязана взять на себя заботу о сохранении его здоровья, так как здоровье – один из важнейших компонентов человеческого благополучия и счастья, одно из неотъемлемых прав человека.

На своих занятиях я регулярно использую комплекс упражнений для глаз (профилактика и лечение миопии), упражнения для развития мелкой моторики, артикуляционной моторики, которые являются технологиями здоровьесбережения. Чаще всего мы выполняем следующие глазодвигательные упражнения: «Диагонали», «Циферблат», «Прямоугольник», «Ходики», «Вверх – вниз», «Змейка», «Письмо носом», которые очень нравятся детям. Данные упражнения позволяют снять усталость с глаз, а такие упражнения как: поглаживания, вибрация, нажим, разминание в области глазных мышц улучшают кровообращение. Комплекс упражнений выполняется в течение 3-5 минут по 5-6 повторений. Упражнения лучше выполнять в положении сидя. Данное положение позволяет расслабить мышцы шеи и спины.



«Вверх-Вниз»

Поднимите глаза вверх,
опустите вниз.



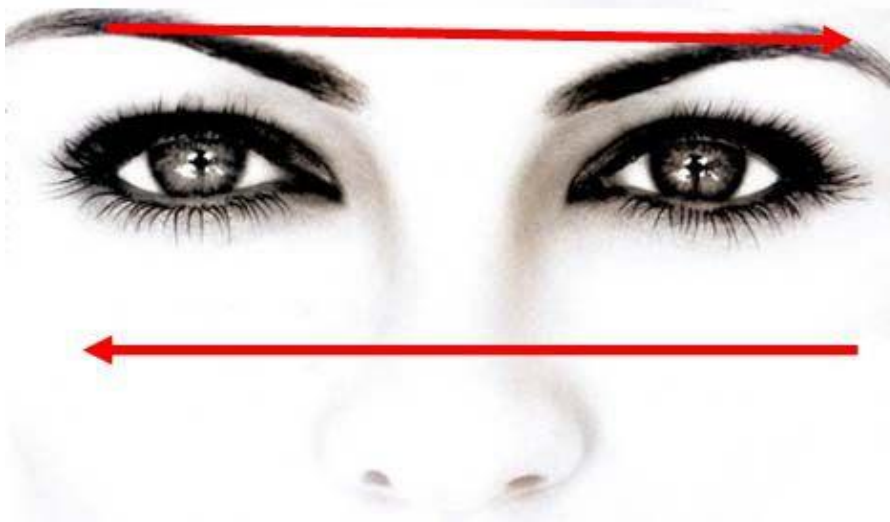
«Диагонали»

Посмотрите вправо –вверх, потом
влево-вниз. Поморгайте. Выполните в
обратном направлении.



«Прямоугольник»

Очертите взглядом воображаемый прямоугольник, обводя его стороны глазами: снизу-вверх-влево-вниз-вправо. Поморгайте.



«Ходики»

Скосите глаза вправо, потом влево. Поморгайте.



«Циферблат»

Сделайте медленно круговое движение глазами, начиная сверху по часовой стрелке. Повторите в обратную сторону.



«Змейка»

«Нарисуйте зрачками волнистую линию, начиная справа - налево. Поморгайте. Затем в другую сторону.»

Литература:

1. Зрительные функции и их коррекция у детей. Под.ред. С.Э. Аветисова, Т.П. Кащенко, А.М. Шамшиновой. – М.: Медицина, 2005. – 872с.
2. Кудрявцев В.Т. Развивающая педагогика оздоровления. М.: Просвещение, 2000.
3. Стукалов С.Е., Фаустов А.С., Попов В.И., Щепетнева М.А., Попова И.В., Клиника различных форм близорукости, лечение и профилактика. – Ростов – на – Дону: Феникс, 2007. – 128 с.

Середюк Наталья Васильевна