

*Проект «Чудесные глазки»  
старшая группа «Бабочки»*

*Воспитатель группы:*

*Усенова Н.М (2020г- 2021г)*

**Вид проекта:** долгосрочный

**Участники:** воспитатели группы, родители группы.

**Срок реализации проекта:** долгосрочный (сентябрь 2020г.- май 2021г.)

**Актуальность:**

Каждый человек должен понимать, что зрение важно оберегать и сохранять. Дети в этом отношении гораздо восприимчивее к разным воздействиям. Развитию зрения в детском возрасте необходимо уделять особое внимание.

Для этого существует гимнастика для глаз. Но дети с гораздо большей охотой делают ее, когда гимнастика связана со стихотворным ритмом. Чтобы дети могли проявить свою активность, рекомендуем все занятия с ними проводить в игровой форме

В мировой практике социально-правовой защиты детства выделяется несколько категорий детей, находящихся в особо трудных условиях и являющихся наименее защищенной частью общества. Среди них и дети с нарушениями функций зрительного анализатора, которые неизбежно ограничивают индивидуальные возможности их жизнедеятельности и трудоспособности. При глубоком нарушении зрения у детей страдают познавательные процессы (восприятие, воображение, наглядно-образное мышление и др.), происходят изменения в развитии двигательных функций, ограничивается овладение социальным опытом. Для лечения детей с нарушением зрения офтальмологи используют специальные медицинские аппараты. Воспитатель может значительно повысить эффективность занятий на аппаратах и сократить сроки лечения, проводя серию специально подобранных упражнений, дидактических игр. В результате таких занятий у детей повышается уровень зрительного восприятия, развивается зрительно-моторная координация, вырабатываются навыки быстрого произвольного переключения внимания, что является основой готовности ребёнка к школе

**Проблема:** несвоевременная профилактика зрения; пагубного влияния дисплеев и компьютеров на зрение; полное отсутствие или частичное просвещение родителей по вопросам охраны, гигиены и укрепления здоровья глаз

**Новизна:** Заключается в совместной с родителями группы разработке и создании развивающей предметно – пространственной среды в группе, а именно, обновление и пополнение центра зрительной активности, оригинальными, авторскими, современными играми и пособиями, позволяющими в игровой форме применять их в деятельности с детьми с нарушением зрения.

**Цель проекта:** Формирование у родителей элементарных представлений о роли зрения в жизни любого человека и способах профилактики нарушений зрения у детей.

**Задачи проекта:**

- Формировать у детей представления о глазах и способах сохранения зрения, формирование культуры «здорового зрения».
- Развивать практические навыки и приёмы, направленные на сохранение и укрепление зрения в повседневной жизни.
- Воспитывать бережное отношение к своему зрению.
- Повышать профессиональную культуру педагогов в вопросах здоровьесбережения.
- Заинтересовать и привлечь родителей к созданию центра зрительной активности, показать важность данной проблемы

Гипотеза: только целенаправленное взаимодействие семьи и ДОУ по формированию культуры зрения позволит сформировать у дошкольников и их родителей необходимость бережного отношения к зрению, глазам.

**Практическая значимость проекта «Чудесные глазки»:**

- организация проектной деятельности направлена на осознание детьми необходимости бережного отношения к зрению, глазам; обучение детей элементарным правилам охраны зрения и может быть использована педагогами дошкольных образовательных учреждений и начальной школы.
- методическое сопровождение данного проекта позволяет эффективно организовать воспитательном-образовательную работу по формированию культуры зрения воспитанников и членов их семей.

**Социально-экономическая значимость проекта:**

с социальной точки зрения: ранняя профилактика сохранения зрения у детей и подростков; приобщение дошкольников и семьи воспитанников к здоровому образу жизни, создание условий для благополучной адаптации в социальных условиях общества;

с точки зрения экономики: только здоровый человек способен эффективно решать производственные задачи, показывать высокую работоспособность, психическую выносливость, социальную устремленность в профессиональном росте;

**Предполагаемые результаты:**

- овладение детьми комплексами упражнений для профилактики миопии;
- наличие у детей суммы знаний, соответственной возрасту, о приёмах защиты органов зрения, о строении и функции глаз, о причинах заболевания глаз;
- наличие желания вести здоровый образ; – повышение уровня развития у дошкольников самостоятельности и ответственности.

## Организационные формы работы над проектом «Чудесные глазки»:

№ Вид деятельности (мероприятия)	Цель	Время проведения
<b>I. Подготовительный этап</b>		
1. Изучение литературы	Проанализировать литературу по проблеме проекта, с целью внедрения ее в практику коррекционной работы с детьми имеющими нарушения зрения.	Сентябрь.
2. Обсуждаем возможные мероприятия проекта с родителями и педагогами	Обсудить мероприятия проекта с его участниками.	Сентябрь
3. Анкетирование родителей.	Выяснить знания родителей о состоянии зрения ребенка и как выполняются рекомендации в домашних условиях, индивидуальные особенности детей.	Сентябрь
4. Подбор Дидактического материала.	Подобрать материал с учетом состояния зрительных функций, уровня развития зрительного восприятия и индивидуальных особенностей детей.	Сентябрь
<b>II. Основной этап.</b>		
Проведение развивающих занятий с детьми по программе «Развитие восприятия у ребенка»		
<b>Упражнения в практической жизни.</b>		
1. Рамки с застежками С пуговицами, со шнурками, с кнопками, скрючками, с ремнями, с бантами, с молниями. 2. Нанизывание	Прямая: Самостоятельно научиться застегивать и расстегивать различные виды застежек. Косвенная: Развитие самостоятельности; тренировка пальцев рук; Координация движений; Освоение	В течение года

<p>бусин на шнурок 3. Шнуровка. 4. Перекладывание бусин пинцетом. 5. Подбери гайку к болту.</p>	<p>последовательности действий; Подготовка руки к письму. Коррекционная: Развитие зрительной координации, координации глаз-рука; Развитие устойчивой фиксации (локализации); развитие зрительного внимания, зрительного восприятия; Тренировка глазомера; Повышение остроты зрения; Фиксация взора.</p>	
---	---	--

### Материалы по сенсомоторике.

<p>1. Русская пирамидка. 2. Русская матрешка. 3. Формочки-вкладыши.</p>	<p>Прямая: Научиться работать с пирамидкой, матрешкой, формочками-вкладышами. Косвенная: Концентрация внимания; Координация движений; Умение сравнивать предметы по величине; Выстраивать сериационный ряд; Развитие визуальных ощущений. Коррекционная: Развитие зрительного внимания; Развитие стереоскопического зрения.</p>	<p>В течение года</p>
---	---	-----------------------

### Материалы для развития тактильного чувства.

<p>1. Дощечки для ощупывания. 2. Лоскутки. 3. Шершавые таблички.</p>	<p>Прямая: С помощью пальцев различать различные качества поверхностей. Косвенная: Уточнение тактильных ощущений; Чувственное сравнение и анализ; Концентрация внимания; Координация движений; Подготовка руки к письму, к восприятию окружающего мира</p>	<p>В течение года</p>
--	--	-----------------------

## Непосредственная образовательная деятельность.

1. «Для чего нужны глаза».	Дать детям понятие о том, что глаза - одни из самых главных помощников человека, что благодаря им люди многое узнают о предметах.	Сентябрь
2. Экскурсия в кабинет охраны зрения.	1.Обобщить представления детей о профессии врача-окулиста (офтальмолога). 2.Познакомить с некоторыми трудовыми действиями врача-окулиста, проверка зрения. 3.Показать детям работу отдельных офтальмологических приборов.	Октябрь
3. «Ты себе не навреди, свои глазки береги».	1. Уточнить представления детей о глазах и их назначении. 2.Закрепить знания о том что, полезно и вредно. 3.Воспитывать у детей бережное отношение к своему зрению.	Ноябрь
4.Очки - мои помощники.	1. Расширять и дополнять знания детей о значении очков в их жизни, правилах обращения с очками.2. Воспитывать культурно-гигиенические навыки, бережное отношение к очкам	Декабрь
5. «В гостях у королевы Чернички».	Продолжать закреплять у детей представления о роли зрения в их жизни; формировать представления о своих собственных зрительных возможностях; подводить детей к пониманию назначения очков и необходимости их ношения.	Январь
6. Ах, эти чудные глаза.	1. Продолжать формировать элементарные представления о роли органа зрения как одного из основных	Февраль

	органов чувств в жизни человека;2. Научить детей элементарным способам сохранения зрения; - выявить имеющиеся у детей и расширять знания детей о зрении людей и животных.	
7.Если глазки плохо видят	1.Формировать представления детей о своих зрительных возможностях.2. Закреплять представление о необходимости пользоваться очками.3. Учить пользоваться вспомогательными средствами - лупой, биноклем.4. Учить сравнивать и описывать свои зрительные впечатления, полученные в очках и без очков.	Март
8.Наши помощники. Глаза.	1. Закреплять представления детей о роли зрения в жизни человека. 2. Учить понимать, какую информацию об окружающем можно получить с помощью зрения. 3.Учить детей дополнять зрительную информацию той, которую они получают с помощью сохранных анализаторов.	Апрель
9.Тема: «Познай себя».	1.Продолжать знакомить с особенностями органа зрения, дать понятие о его значении в жизни человека. Учить избегать ситуаций, приносящих вред зрению, обсудить вопросы гигиены. 2.Воспитывать, бережное отношение к своему зрению.	Май
<b>Беседы и сюжетно ролевые игры с детьми.</b>		
1.Наши глаза.	Дать детям знания соответствующие	Сентябрь

	возрастным особенностям о глазах и зрении.	
2. Как сохранить хорошее зрение.	Закрепление полученных знаний у детей об органах зрения – глазах.	Октябрь
3. Правила ухода за очками.	Познакомить детей с правилами ухода за очками.	Ноябрь
4. Проведение сюжетно-ролевой игры «Больница» На приеме у офтальмолога.	Закреплять и пополнить знания детей о труде врача-офтальмолога. Вызвать уважение к его труду. В игровой форме создать положительное отношение к ношению очков и окклюзий.	Декабрь
5. Домик для очков.	Дать детям информацию для чего нужен футляр для очков. Прививать аккуратное отношение к очкам в игровой форме.	Январь
6. Экспериментальная деятельность. Рассматривание предметов через грязные и чистые стеклышки	Помочь детям получить опыт, что и как видят глаза через главные и чистые стекла очков.	Февраль
7. Сюжетно-ролевая игра «Кукле Кате нужна наклейка» Совместно с детьми сделать наклейки для кукол.	Продолжать положительное отношение к ношению окклюзий, показать важность ношения.	Март
8. Вечер загадок «Все о зрении»	Закреплять умение детей отгадывать загадки, создать радостное настроение	Апрель
<b>Комплексы упражнений гимнастики для глаз.</b>		
1. «Паучок» 2. «Зайчики» 3. «Веселая неделька»	Снятие зрительного напряжения,	

4.«Где наш пальчик замечательный?» 5. «Ежик» 6. «Мячики» 7. «Наши глазки» 8. «Глазки отдыхают» 9. «Волшебный сон» 10. «Самолет» 11. Комплекс упражнений «На море» 12 «.Лучик солнца»	развитие глазодвигательных функций, укрепление глазных мышц.	В течении года
--	--	----------------

### Комплексы пальчиковой гимнастики.

1. «Николенька гусачок» 2. «Тук да тук» 3. «Ладушки-ладошки» 4. «Цветок» 5. «Этот пальчик» 6. «Помощники» 7. «Прятки» 8. «На полянке» 9. «По грибы» 10. «Дождик» 11. «Зайцы» 12. «В гости к пальчику большому»	Развитие тактильной чувствительности, координированного движения пальцев и кистей рук. Увеличение подвижности пальцев Массаж активных точек на пальцах и ладонях	В течении года
---	--	----------------

### Альбомы и игры для детей.

1.Правила бережного отношения к зрению (В картинках) Игра «Зоркий глаз» 2.Упражнения на развитие зрительного внимания «Внимательные глазки» 3.Да и нет, не говорите, черное с белым берите. 4.Линейки-трафареты.	С помощью картинок познакомить детей с правилами бережного отношения к своему зрению. Тренировка зрительных анализаторов, развитие целостного восприятия, внимания. Развитие зрительного внимания, зрительной памяти. Учить обводить по контуру, вычленять предметы из группы	В течение года.
---	--	-----------------

	предметов. Развивать глазомер, зрительное восприятие. Развитие зрительного внимания, кратковременной и долговременной зрительной памяти, развитие восприятия формы, моторики.	
--	--	--

### **Консультации для родителей.**

1. Консультация «Основные правила гигиены зрения».	Рассказать родителям о важности гигиены	Сентябрь
2. Значения развития осязания и мелкой моторики у детей имеющих нарушения зрения.	Рассказать родителям о необходимости развития осязания и мелкой моторики. Предложить игры на развитие осязания и мелкой моторики.	Октябрь
4. Проведение зрительной гимнастики.	Рассказать о важности проведения зрительной гимнастики. Познакомить с правилами ее проведения. Предложить комплексы для проведения с детьми дома.	Декабрь
6. Как выбрать очки и правильно с ними обращаться. (Советы врача-офтальмолога)	Рассказ врача – офтальмолога о том, как правильно выбрать очки и обращаться с ними.	Февраль
8. Телевизор и дети.	Рассказать о правилах просмотра телевизора детьми с нарушением зрения. Выяснить как соблюдаются эти правила детьми дома	Апрель
9. Детское зрение. Защита и профилактика.	Дать знания родителям о мерах по профилактике нарушений зрения детей, защите детского зрения.	Май

### **Папки передвижки**

1. Что нужно знать о детских глазках?	Дать информацию о признаках нарушения зрения у детей. На что нужно обращать внимание, чтобы выявить глазную патологию?	Сентябрь
2. «Что такое гимнастика для глаз и зачем она нужна?»	Дать родителям сведения, что такое гимнастика для глаз и почему ее необходимо проводить с детьми имеющими нарушения зрения.	Октябрь.
3. Гимнастика для глаз (картотека)	Предложить вниманию родителей различные комплексы гимнастики для глаз.	Ноябрь
4. Играя - лечимся.	Предложить вниманию родителей информацию о том, как можно использовать игры с целью коррекции нарушений зрения	Декабрь
5. Игры для детей с нарушением зрения.	Дать информацию родителям об играх для детей с ослабленным зрением, в которые можно играть с детьми дома.	Январь
6. Игровые упражнения для снятия зрительного утомления дошкольников.	Предложить родителям игровые упражнения для снятия зрительного утомления.	Февраль
7. Игры для детей с ослабленным зрением.	Вниманию родителей предложить специально подобранные игры для детей с нарушением зрения.	Март
8. Гимнастика для глаз на каждый день (информация в уголок для родителей)	Дать родителям примерный комплекс гимнастики для глаз на каждый день.	Апрель
9. Комплексы упражнений для глаз. (Для взрослых)	Комплекс упражнений для снятия усталости с глаз. Комплекс для улучшения зрения. Комплекс для профилактики	Май

	близорукости.	
<b>Работа с коллегами</b>		
1. Мастер-класс	«Тренажеры для глаз»	В течение года
2. Деловая игра	«Нет ничего дороже зрения»	
3. Консультация	« Как сохранить глаза здоровыми	
<b>III. Заключительный этап.</b>		
1. Обработка и анализ материалов проекта.	Обобщить опыт по проделанной работе по данной теме проекта	Май
2. Индивидуальные беседы с родителями о достигнутых результатах, проблемах и достижениях.	Информировать родителей о проделанной работе, привлечь их к сотрудничеству, повысить их ответственность за ребёнка.	Май
3. Создание коллекции приспособлений для глаз (калейдоскоп, очки солнечные, для того, чтобы лучше видеть, бинокль, увеличительное стекло и т.д.)	Дать знания детям, что у людей есть разные полезные приспособления-предметы для глаз, вызвать интерес и формировать положительное отношение к таким предметам.	Май
4. Круглый стол. «Наши успехи, достижения».	Информировать родителей о полученных результатах в ходе проекта, проблемах которые возникали. Обмен мнениями о проведенной работе , обсуждение планов на будущее.	Май

## ЛИТЕРАТУРА

Гаврилко Т.И. Динамика понимания эмоционального состояния других людей слабовидящими младшими школьниками/ Автореферат диссертации. – Мн., 2002.

Григорьева Л.П., Бернадская М.Э., Блинникова И.В., Солнцева О.Г. Развитие восприятия у ребенка.

Ермакова М.В. Психология развивающей и коррекционной работы с дошкольниками. – Москва – Воронеж, 1998.

Лютова Е.К., Молина Г.Б. Тренинг общения с ребенком. Период раннего детства. – М., 2001.

Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия, игры. – М., 2000.

Специальные коррекционные программы для дошкольников с тяжелыми нарушениями зрения / Под ред. Феактистовой В.А. – Спб., 1995.

Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. – М., 2001.

Яковлева Н. Психологическая помощь дошкольнику. – СПб., 2001.

## Приложение

### ***ВЗРОТЕРАПИЯ***

(упражнения для глаз)

Эти упражнения способствуют восстановлению зрения независимо от характера имеющихся нарушений – близорукости или дальнозоркости. Предлагаемые упражнения укрепляют мышцы глаз, тонизируют мышцы радужной оболочки и хрусталика, активизируют весь нервно-мышечный аппарат зрительного анализатора. Упражнения повышают способность к сосредоточению внимания.

Рекомендации к выполнению

Занятия желательно проводить дважды в день. Время выполнения упражнений может составлять от 20-40 секунд до 50 минут.

Упражнение делают до тех пор пока не захочется моргнуть или когда глаза начнут слезиться. Нельзя доводить себя до сильного утомления.

#### ***Комплекс упражнений***

- **Расслабление глаз.**

Закрывать глаза и расслабить веки. Можно мысленно погладить глаза теплыми, мягкими пальцами. Почувствовать, как глазные яблоки совершенно пассивно лежат в глазницах. Время расслабления от 1 до 5 минут.

Эффект: упражнение усиливает кровообращение, предохраняет от переутомления и служит профилактикой против ухудшения зрения.

- **Фиксация взгляда.**

Принять устойчивую позу. Поочередно переводить взгляд с кончика носа на линию горизонта или на любую удаленную точку, задерживаясь в каждом положении на 3-5 секунд. Выполнять от 1 до 3 минут.

Фиксация взгляда на ногте среднего пальца. Выполняется аналогично предыдущему упражнению.

- **Эффект:**

помимо общеукрепляющего воздействия на глаза – фиксация взгляда способствует развитию навыков мыслительной концентрации и сосредоточения, повышает способность хрусталика фокусировать зрение на разные расстояния.

#### ***Вращение глаз.***

Принять устойчивую позу. Спину и голову держать прямо. Вращать глазами, как бы описывая ими восьмерку, медленно скользя по краю глазницы. Выполнять в одну и в другую сторону. Также можно описывать не только горизонтальную и вертикальную восьмерку, но и различные геометрические формы.

Эффект: упражнение тренирует двигательные мышцы глаз, повышает способность к точной фокусировке, улучшая тем самым зрение.

Гимнастика для глаз показана всем, кто страдает глазной патологией, испытывает зрительное напряжение, а также для профилактики расстройств при нагрузке на глаза. Гимнастика восстанавливает зрение при спазме аккомодации, зрительном утомлении.

#### ПАЛЬМИНГ.

Не только расслабляет мышцы глаз, но и является базой для мысленного представления. Пальминг необходимо проводить сидя, положив локти на стол и максимально расслабив руки. Следует энергично потереть ладони друг о друга, сделать их «горячими». Поставить локти на стол и мягко закрыть глаза. Прикрыть глаза ладонями рук крест-накрест так, чтобы пальцы одной руки легли на пальцы другой, а ладони, сложенные чашечкой, закрыли глаза. Недопустимо давить на глазные яблоки. Не ограничивать дыхание, не закрывать нос. Хорошо проводить пальминг в течение 2-3 минут после зрительного напряжения при работе вблизи (рисование, прописи, рассматривание рисунков с мелкими деталями и др.)