

Филиал муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения
Усть – Грязнухинский детский сад Камышинского муниципального района Волгоградской области
«Веселовский детский сад»
403843, Волгоградская область, Камышинский район, с. Веселово, ул. Степная, д. 1 А,
тел.: 8 (84457) 5-35-89 , Email- veselovods@mail.ru

Офтальмо тренажер

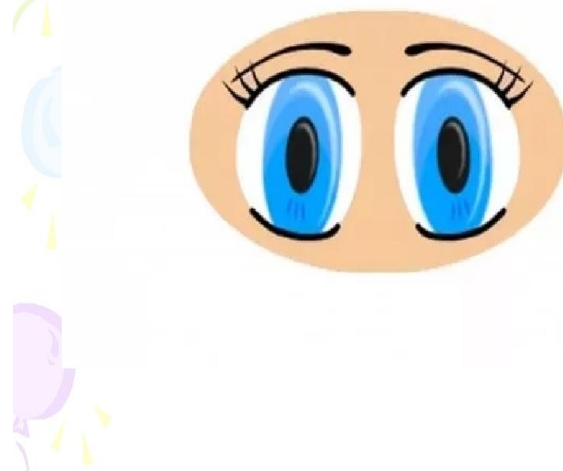
Учитель –логопед

Игнатенко Е.С.

с. Веселово



Зрительная гимнастика



Офтальмо тренаж

Проведение зрительных упражнений на занятиях учителя - логопеда способствует улучшению зрительных функций детей после работы на компьютере, способствует обогащению и активизации словаря, развитию грамматических компонентов языка и связной речи.

ТЕМА: ОВОЩИ, ФРУКТЫ.

| Речевое сопровождение | Зрительные упражнения |
|---|--|
| <p>Ослик. Ослик ходит, выбирает, Что сначала съесть не знает: Наверху созрела слива, А внизу растёт крапива, Слева – свёкла, справа – брюква, Слева – тыква, справа – клюква, Снизу – свежая трава, Сверху – сочная ботва. Закружилась голова, Кружится в глазах листва, Выбрать ничего не смог И без сил на землю слёг.</p> | <p><i>Дети вытягивают вперёд указательный палец правой руки, свободно перемещают его и следят глазами. Посмотреть наверх. Посмотреть вниз. Движения глазами влево – вправо. Посмотреть вниз. Посмотреть вверх. Круговые движения глазами. Закрывать глаза.</i></p> |
| <p>Наша грядка. Раз, два, три, четыре, пять. Будем овощи искать. Что растёт на нашей грядке? Огурцы, горошек сладкий, Там редиска, там салат –</p> | <p><i>Круговые движения глазами. Посмотреть вниз, Влево – право, Поморгать глазками.</i></p> |

| | |
|---|---|
| Наша грядка просто клад. | |
| <p style="text-align: center;">Фруктовая загадка.</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять, Будем фрукты мы считать. Перед нами лежит груша, Сочная, но нельзя скушать. Слева, на столе - лимон – Фруктовый господин - барон, Справа – яблоко в корзине, Его купили в магазине. Ну а снизу – апельсин, На полу лежит один. Сколько фруктов, посчитали? Четыре фрукта – угадали!</p> | <p><i>Дети смотрят перед собой. Дети смотрят налево. Дети смотрят вправо. Дети смотрят вниз.</i></p> |



ТЕМА: ГРИБЫ.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|--|--|
| <p style="text-align: center;">Опята.</p> <p>Посмотри- ка вокруг: сколько опят! Шляпки грибов, как монетки горят, От шляпок рябит в глазах у ребят.</p> | <p><i>Движения глазами влево – вправо. Дети смотрят вдаль. Часто поморгать глазками.</i></p> |

ТЕМА: ЯГОДЫ.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|--|---|
| <p style="text-align: center;">По ягоды.</p> <p>Справа зреет земляника, Слева – сладкая черника,</p> | <p><i>Движения глазами влево – вправо. Сомкнуть веки обоих</i></p> |

| | |
|---|--|
| Справа – красная брусника, Слева спеет ежевика. Ягоды все соберём, И потом домой пойдём. | <i>глаз на 3 – 5 секунд, Повторить 6 -8 раз.</i> |
|---|--|

ТЕМА: ЦВЕТЫ.

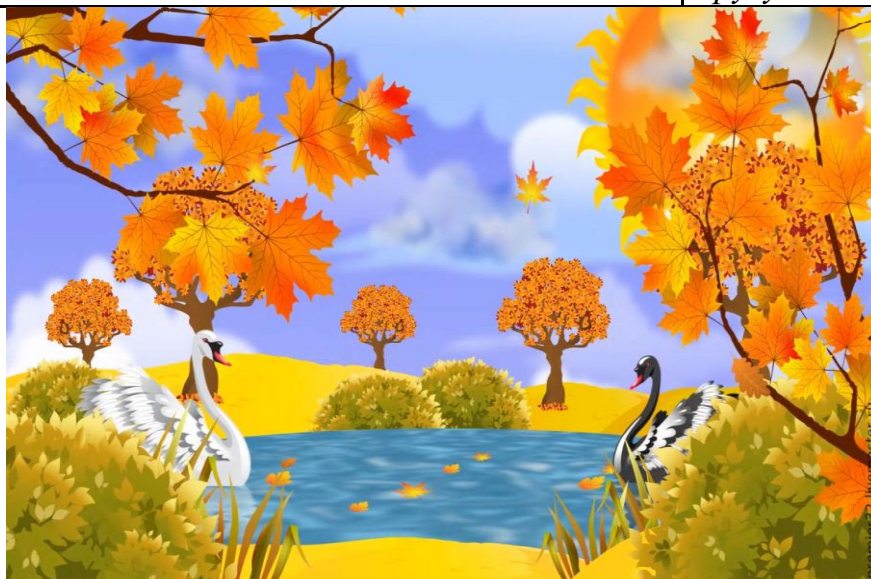
| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|---|--|
| <i>Бутоны.</i> Каждый бутончик Склониться бы рад Влево и вправо, Вперёд и назад. От ветра и зноя бутончики эти Спрятались живо в цветочном букете. | <i>Движения глазами влево – вправо. Посмотреть вдаль и на кончик носа. Сомкнуть веки.</i> |
| <i>Душистые цветы.</i> На горе мы видим дом, Много зелени кругом, Вот - деревья, вот - кусты, Вот – душистые цветы. | <i>Поднять глаза вверх. Круговые движения глазами. Посмотреть влево – вправо, Посмотреть вперёд.</i> |

ТЕМА: ОСЕНЬ.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|--|---|
| <i>Осенний лес.</i> Вот стоит осенний лес! В нём много сказок и чудес! Слева – сосны, справа – дуб, Дятел сверху: тук да тук. Глазки ты закрой – открой И скорей бегом домой! | <i>Круговые движения глазами. Движения глазами влево – вправо. Движения глазами вверх - вниз. Глазки оторвать – закрыть.</i> |
| <i>Осень</i> Осень! Осыпается весь наш бедный сад... Листья пожелтевшие по ветру летят. Лишь вдали красуются там, на дне долин, Кисти ярко – красные вянущих рябин. | <i>Дети выполняют движения глазами вверх – вниз. Круговые движения глазами влево и вправо. Посмотреть вдаль. Закрывать глаза.</i> |
| <i>Листопад.</i> Листопад, листопад, листья жёлтые летят, Жёлтый клён, жёлтый бук, Жёлтый в небе солнца круг. | <i>Движения глазами вверх – вниз. Движения глазами влево – вправо.</i> |

Жёлтый двор, жёлтый дом,
Вся земля желта кругом.

*Движения глазами вверх,
вдаль.
Движения глазами по
кругу.*



ТЕМА: ЖИВОТНЫЕ.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|---|--|
| <p style="text-align: center;">Мишка.</p> <p>Вот стоит большая ёлка, Вот такой высоты. У неё большие ветки Вот такой ширины. Есть на ёлке даже шишки, А внизу - берлога мишки. Зиму спит там косолапый И сосёт в берлоге лапу.</p> | <p><i>Движения глазами снизу вверх. Движения глазами слева - направо. Посмотреть вверх. Движения глазами вниз. Прикрыть глаза.</i></p> |
| <p style="text-align: center;">Васька.</p> <p>Ходит Васька беленький, Ходит Васька серенький, Только мыши заскребут, Чуткий Васька тут как тук, Когти расправляются, Глазки закрываются. Васька мышек сторожит, Притворился, будто спит.</p> | <p><i>Движения глазами влево – вправо. Указательные пальцы обеих рук поднести к внешним уголкам глаз и потянуть их, чтобы глаза сузились в щёлочку, одновременно часто моргая. Опустить руки, расслабиться на 2 – 3 секунды.</i></p> |
| <p style="text-align: center;">Однажды в лесу.</p> <p>Как – то осенью в лесу висела шишка у всех на виду. Шишка на всех глядела и тихонечко висела. Лось сказал, что низко, А зайчонок - высоко,</p> | <p><i>Смотреть на указательный палец вытянутой руки. Движения глазами вниз. Движения глазами вверх.</i></p> |

| | |
|---|--|
| Белочка, сказала – близко, А ежонок – далеко. | <i>Посмотреть на кончик языка. Посмотреть вдаль.</i> |
| <i>Медвежонок.</i> Медвежонок потянулся: Раз – направо посмотрел, Два – налево посмотрел, Лапы в стороны развёл, Мёда видно не нашёл. | <i>Движения глазами вверх. Движения глазами направо. Движения глазами налево. Посмотреть вдаль и развести руки в стороны. Закрывать глаза.</i> |
| <i>Три медведя.</i> Три медведя шли домой. Папа был большой – большой, Мама с ним поменьше ростом, А сынок – малютка просто. | <i>Движения глазами вверх. Движения глазами вперёд. Посмотреть вниз.</i> |

ТЕМА: ЗИМА.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|---|---|
| <i>Снег – снежок.</i> Снег – снежок, снег – снежок По дорожке стелется. Снег – снежок, снег – снежок, Белая метелица. Снег – снежок, снег – снежок, Замело дорожки. Снег – снежок, снег – снежок, Тает на ладошке. | <i>Частое моргание глазами. Движения глазами влево – вправо. Частое моргание глазами. Круговые движения глазами. Частое моргание глазами. Посмотреть вдаль. Частое моргание глазами. Посмотреть на ладошку.</i> |

ТЕМА: ВЕСНА.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|---|---|
| Весна, весна! Пришла весна! Тепло на крыльях принесла. И вот на самом солнцепёке С поднятой гордо головой Расцвёл подснежник голубой. | <i>Потереть ладошки друг о друга и прикрыть ими сомкнутые глаза. Широко открыть глаза. Поморгать глазами.</i> |
| <i>Сосулька.</i> Любопытная Варвара Смотрит влево, Смотрит вправо. Сморит вверх, Смотрит вниз. Чуть присела на карниз, А с него свалилась вниз! | <i>Дети выполняют движения глазами по тексту. Посмотреть на кончик носа. Посмотреть вниз.</i> |

ТЕМА: ПТИЦЫ.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|--|---|
| <p>Петушок.</p> <p>Перед нами петушок - Он с земли зерно клюёт. Слева – курица идёт, Справа – уточка плывёт. Сверху солнце ярко светит, Согревает всех на свете.</p> | <p><i>Посмотреть вдаль.</i> <i>Посмотреть вниз.</i> <i>Посмотреть влево.</i> <i>Посмотреть вправо.</i> <i>Посмотреть вверх.</i> <i>Быстро – быстро поморгать глазами.</i></p> |
| <p>Жаворонок.</p> <p>В небе жаворонок пел, Колокольчиком звенел. Порезвился в вышине. Спрятал песенку в траве. Тот, кто песенку найдёт, Будет счастлив круглый год.</p> | <p><i>Движения глазами вверх.</i> <i>Движения глазами вниз.</i> <i>Часто моргание глазами.</i></p> |

ТЕМА: ТРАНСПОРТ.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|---|---|
| <p>В городе.</p> <p>По городу автобусы и трамваи идут, Их по маршруту водители ведут: Поедут направо, налево, кругом Нужны машины эти и ночью, и днём.</p> | <p><i>Круговые движения глазами.</i> <i>Движения глазами влево, вправо.</i> <i>Поморгать глазами.</i></p> |
| <p>Машины.</p> <p>По городу мчатся с утра и до ночи Машины всех марок, красивые очень, Поедут направо, налево, кругом, Ездят машины и ночью, и днём.</p> | <p><i>Движения глазами по кругу.</i> <i>Движения глазами направо, налево.</i> <i>Дети глаза открывают – закрывают.</i></p> |
| <p>На луну.</p> <p>Старших всех мы уважаем, Младших мы не обижаем. Мы гуляем и читаем, На луну слетать мечтаем.</p> | <p><i>Посмотреть вверх.</i> <i>Посмотреть вниз.</i> <i>Движения глазами направо – налево.</i> <i>Посмотреть вверх.</i></p> |
| <p>Ракета.</p> <p>А сейчас мы с вами, дети, Улетаем на ракете. Посмотри вверх, вниз, вперёд. Отправляемся в полёт!</p> | <p><i>Выполнять движения глазами по тексту стихотворения.</i></p> |
| <p>Самолёт.</p> <p>Пролетает самолёт. С ним собрался я в полёт. Правое крыло отвёл – Посмотрел, Левое крыло отвёл –</p> | <p><i>Движения глазами вверх.</i> <i>Движения глазами вправо.</i> <i>Движения глазами влево.</i> <i>Круговые движения глазами.</i> <i>Движения глазами вверх.</i></p> |

Поглядел.
 Я мотор завожу
 И внимательно гляжу.
 Поднимаюсь ввысь, лечу.
 Возвращаться не хочу.



ТЕМА: СТРОИТЕЛЬСТВО. ДОМ. КВАРТИРА.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|--|---|
| <p>Это наш уютный дом, Всей семьёй мы в нём живём: Посмотри-ка вверх, дружок! Ты увидишь потолок. Белый – белый он на вид – Белой краскою покрыт. На полу лежит ковёр, Как красив на нём узор! Видишь голубой плафон? Он висит под потолком. На полу стол, стулья, кресло – В нашем доме интересно! Видишь, вешалка висит, У стены диван стоит. Смотри прямо – там буфет, Много сладких в нём конфет. Дальше - кухня, в ней кладовка. Мышка там живёт, плутовка. Принесём мы мышке сыр, Пусть она устроит пир. Давайте представим, Как она часто будет моргать Своими бусинками – глазами. Для начала мы с тобой Поворачиваем головой. Оборот и оборот,</p> | <p><i>Круговые движения глазами.</i> <i>Движения глазами вверх.</i> <i>Посмотреть вниз.</i> <i>Движения глазами вниз.</i> <i>Движения глазами направо – влево.</i> <i>Посмотреть на кончик носа.</i> <i>Закрывать глаза и несколько секунд подумать о чём – ни будь приятном, расслабиться в течение 2-3 секунд.</i> <i>Частое моргание глазами 5-10 раз.</i> <i>Вращение головой.</i> <i>Движение глазами вверх.</i> <i>Движение глазами вниз.</i> <i>Движение глазами вверх.</i> <i>Движение глазами направо – налево.</i> <i>Движения глазами направо – налево.</i> <i>Посмотреть на предмет на доске.</i></p> |

| | |
|--|--|
| <p>А потом наоборот. Поднимаем глазки вверх, Плавно опускаем вниз, Снова посмотри наверх, Ну, дружок, не ленись. Посмотри – ка влево - вправо – Это лёгкая забава. Нам известно всем давно – Там стена, а там окно, А теперь смотрите вместе Вы на доску. Интересно? Отдых кончен наш ребята, Нам опять пора за парты.</p> | |
|--|--|

ТЕМА: ИГРУШКИ.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|--|---|
| <p style="text-align: center;">Юла.</p> <p>Как юла я весела, Я забыла про дела. Стала я кружиться, Не могу остановиться.</p> | <p><i>Круговые движения глазами.</i></p> |
| <p style="text-align: center;">Игрушки.</p> <p>Посмотрите, в магазине Все игрушки на витрине: Заводные зайчики, Куколки и мячики, Пушистые котята, Матрёшки, медвежата. Все на полочках сидят, Поиграть они хотят.</p> | <p><i>Движения глазами влево – вправо, вверх – вниз за флажком. Сомкнуть веки.</i></p> |



ТЕМА: НАСЕКОМЫЕ.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|---|---|
| <p style="text-align: center;"><i>Насекомые.</i></p> <p>Посмотри- ка на ребят, Теперь на небо – там птички летят, Внизу, по травке, жук ползёт, А слева – деревце растёт, Направо – алые цветы, Закрыв глаза, понюхай ты. Над нами бабочка кружит, С ней рядом шмель большой жужжит.</p> | <p><i>Бросить взгляд вперёд. Движения глазами вверх. Движения глазами вниз. Посмотреть налево. Посмотреть направо. Закрывать глаза, потом открыть. Посмотреть налево. Посмотреть направо.</i></p> |
| <p style="text-align: center;"><i>Две бабочки.</i></p> <p>Две бабочки летели - Друг на дружку рассмотрели И к цветочку подлетели.</p> | <p><i>Быстро моргать глазами. Посмотреть на кончик носа. Движения глазами влево – вправо.</i></p> |
| <p style="text-align: center;"><i>Жук.</i></p> <p>На лужайке по ромашкам Жук летел в цветной рубашке. Жу-жу-жу, жу-жу-жу, На ромашки погляжу. Я на тучке прокачусь И на землю опущусь.</p> | <p><i>Движения глазами влево – вправо. Движения глазами вверх – вниз. Круговые движения глазами. Прикрыть веки.</i></p> |
| <p style="text-align: center;"><i>Пчела.</i></p> <p>Я – пчела! С утра жужжу, Цветы бужу, Кружу, гужу. И мёд вожу.</p> | <p><i>Движения глазами влево – вправо, вверх - вниз. Круговые движения глазами.</i></p> |
| <p style="text-align: center;"><i>Стрекоза.</i></p> | <p><i>Круговые движения</i></p> |

| | |
|--|--|
| <p>Вот такая стрекоза, Как горошины глаза А сама как вертолёт: Влево, вправо, Назад и вперёд.</p> | <p>глазами. Круговые движения глазами в другую сторону. Посмотреть налево, направо. Посмотреть вдаль и на кончик носа.</p> |
| <p>Бабочки. Крылья пёстрые мелькают: В поле бабочки летают – Раз, два, три, четыре – Полетели, тихо сели.</p> | <p>Широко открыть, затем закрывать глаза. Посмотреть вдаль. Круговые движения глазами. Часто поморгать, затем закрывать глаза.</p> |

ТЕМА: ЛЕС.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|--|---|
| <p>Прогулка. Собираемся мы в лес, Там деревьев много есть. Оглянемся вокруг- Иди со мною рядом, друг! По дороге мы идём, Песню звонкую поём. Слева – ягоды растут, Справа – ландыши цветут, Сверху – неба синева, А внизу – растёт трава. А теперь пора домой, Загулялись мы с тобой.</p> | <p>Круговые движения глазами вправо. Круговые движения глазами влево. Движения глазами влево. Движения глазами вправо. Движения глазами вверх. Движения глазами вниз.</p> |
| <p>Косари. Тишина стоит вокруг. Вышли косари на луг. Взмах косой туда – сюда. Делай – раз и делай – два.</p> | <p>Глаза закрыты. Широко открыть глаза. Движения глаз слева – направо.</p> |
| <p>Солнышко встаёт. Вот как солнышко встаёт- Выше, выше, выше. К ночи солнышко зайдёт - Ниже, ниже, ниже.</p> | <p>Посмотреть наверх. Посмотреть вниз. Часто поморгать глазами. Широко открыть,</p> |

| | |
|---|---|
| <p>Хорошо, хорошо Солнышко смеётся, А под солнышком нам Хорошо живётся.</p> | <p><i>затем закрыть глаза.</i></p> |
| <p><i>Мечта.</i> Давайте с вами помечтаем. Глаза закроем и представим: Как по лесу мы гуляем. Грибы и шишки собираем. Слева - ягоды цветут, Справа – здесь грибы растут. Снизу – шишки да трава, Сверху – неба синева. Откройте, дети, глазки. Вот вышли мы из сказки.</p> | <p><i>Деть закрывают глаза. Круговые движения глазами. Движения глазами влево. Движения глазами вправо. Движения глазами вниз. Движения глазами вверх. Открыть глаза.</i></p> |

ТЕМА: ДЕРЕВЬЯ.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|--|---|
| <p><i>Рябина.</i> Гроздья рябины на солнце горят, Рябит от рябины в глазах у ребят.</p> | <p><i>Плотно закрывать и открывать глаза 5 – 6 раз подряд с интервалом 30 секунд. В течение 3 секунд смотреть на яркий свет, потом закрыть глаза рукой и дать им отдохнуть, повторить 3 раза.</i></p> |
| <p><i>Липы.</i> Вот полянка, а вокруг Липы выстроились в круг. Липы кронами шумят, Ветры в их листве шумят, Вниз верхушки пригибают, И качают их, качают...</p> | <p><i>Движения глазами справа – налево, затем слева – направо. Дети поочерёдно смотрят вверх – вниз, вниз - вверх.</i></p> |
| <p><i>Клён.</i> Ветер тихо клён качает, Влево – вправо наклоняет, Ветер дует – задувает, Листья с дерева срывает.</p> | <p><i>Движения глазами влево – вправо. Движения глазами верх – вниз. Быстро моргать глазами.</i></p> |



ТЕМА: ЧАСТИ ТЕЛА.

| Речевое сопровождение. | Зрительные упражнения. |
|--|--|
| <p style="text-align: center;">Треугольник.</p> <p>Рисуй глазами треугольник. Теперь его переверни Вершиной вниз. И вновь глазами Ты по периметру веди. Рисуй восьмёрку вертикально. Ты головою не крути, А лишь глазами осторожно Ты вдоль по линиям води. И на бочок её клади. Теперь следи горизонтально, И в центре ты остановись. Зажмурься крепко, не ленись. Глаза откроем наконец. Зарядка окончилась. Ты – молодец!</p> | <p><i>Дети представляют внешний вид геометрических фигур (по тексту)</i></p> |
| <p style="text-align: center;">Будь здоров.</p> <p>Чтобы глазки зорче были, И в очках, чтоб не ходить, Эти нужные движенья Предлагаю повторить: Вдаль посмотрим и под ножки, Влево, вправо побыстрей. Удивился – что такое? И закроем их скорей. А теперь вращай по кругу, Словно стрелочка часов. Открывай глаза.</p> | <p><i>Движения глазами по тексту стихотворения.</i></p> |

И снова – на занятие.
Будь здоров!

