

Комплекс игр и упражнений для повышения остроты зрения по зрительным режимам



Острота зрения до 0,08 - 0,09

Дети без центральной аккомодационной фиксации. Зрительные упражнения не назначаются.

1. Игры с крупным конструктором, строительным материалом.
2. Выкладывание узоров из мозаики (величина фишек 4 и более см).
3. Наклеивание крупных аппликаций, раскрашивание крупных деталей рисунка (до 4 см) в основные цвета фломастерами, обведение контура крупного рисунка через кальку.
4. Обводка внутренних лекал и их штриховка.
5. Плетение ковриков из полосок 3-4 см ярких цветов.
6. Шнуровка лент через отверстие диаметром 1,5 см.
7. Сортировка и выкладывание узоров из бобов, гороха и фасоли.
8. Зрительные упражнения на аккомодацию и конвергенцию.

Острота зрения до 0,15

Дети с перемещающейся либо с центральной неустойчивой фиксацией.

1. Сортировка злаков и составление узоров из них (горох, фасоль, бобы).
2. Выкладывание узоров из мозаики (до 2 см), конструкторов, строитель.
3. Наклеивание более усложненных аппликаций.
4. Обведение геометрических форм и их штриховка, работа с внутренним и внешним лекалом.
5. Закрашивание рисунков: красками и карандашами, перевод рисунков, работа с калькой, (мелкие детали - 2-3 см).
6. Работа с фланелеграфом.
7. Шнуровка лент через отверстия диаметром 1,5см; плетение ковриков.
8. Поиск ошибок, отличия в рисунках крупного масштаба.
9. Упражнения на аккомодацию и конвергенцию.

Острота зрения 0,2 - 0,3

Дети с перемежающейся фиксацией.

1. Плетение ковриков из материала шириной 1 см.
2. Нанизывание бус на леску длиной 1 м.
3. Сортировка злаков (фасоль, бобы, горох) составление узоров из них.

4. Шнуровка лент через отверстия диаметром 0,8 см.
5. Обведение геометрических форм и их штриховка, обводка по внешним лекалам; обводка по контуру, через кальку, раскрашивание карандашами и красками.
6. Работа с орнаментом, наклеивание аппликаций с мелкими деталями размером до 2 см.
7. Поиск ошибок, отличия в рисунках разнообразного масштаба.
8. Упражнения на аккомодацию и конвергенцию.
9. Игры с мелким конструктором и мозаикой.
10. Лепка из пластилина с натуры.



Острота зрения 0,4 и выше

1. Плетение ковриков из лент шириной 0,5 см.
2. Нанизывание бус диаметром до 1 см на леску длиной 1 м.
3. Шнуровка лент через отверстие до 0,5 см.
4. Сортировка злаков (рис, пшеница, овес) и составление узоров из них.
5. Работа с мелкой мозаикой и конструктором.
6. Обведение геометрических фигур и их штриховка, наклеивание аппликаций мелкого размера, обведение контуров через кальку и их штриховка; рисование карандашами и красками с использованием различных трафаретов.
7. Лепка мелких деталей из пластилина.
8. Поиск ошибок, отличия в двух похожих рисунках разнообразного масштаба.
9. Упражнения на аккомодацию и конвергенцию.

Острота зрения 0,8 - 0,9

Противопоказаны занятия вблизи.

Форма, цвет, размер – разнообразные, работа в вертикальной и горизонтальной плоскости.

1. Плетение ковриков из лент шириной 0,5 см.
2. Нанизывание бус диаметром до 1 см на леску длиной 1 м.
3. Шнуровка лент через отверстие до 0,5 см.
4. Сортировка злаков (рис, пшеница, овес) и составление узоров из них.
5. Работа с мелкой мозаикой и конструктором.
6. Обведение геометрических фигур и их штриховка, наклеивание аппликаций мелкого размера, обведение контуров через кальку и их штриховка; рисование карандашами и красками с использованием различных трафаретов.
7. Лепка мелких деталей из пластилина.
8. Поиск ошибок, отличия в двух похожих рисунках разнообразного масштаба.
9. Упражнения на аккомодацию и конвергенцию.
10. Подвижные игры, городки, метание в цель.