

Упражнения и игры для формирования бинокулярного зрения

Евгения Кочетова

Для формирования бинокулярного зрения у детей во время обязательных занятий, лечебных процедур и игр должен применяться комплекс упражнений в следующей последовательности.

1. Упражнения, способствующие улучшению восприятия формы, предметов и повышению остроты зрения амблиопичного глаза (перерисовка изображений через прозрачную бумагу, раскрашивание, мозаика, классификация геометрических фигур по форме, величине, цвету, нанизывание бус, шнуровка, вырезание деталей).

2. Упражнения, способствующие повышению уровня зрительного анализа и синтеза сложной формы (аппликация, составление картинок из фигур, кубиков, нахождение части целого, обнаружение различий в похожих рисунках, лепка).

3. Развитие пространственных представлений и ориентировок (нахождение предметов по словесному описанию, размещение предметов по заданию на плоскости, понятие верх, низ, правая и левая стороны, угол, составление групп из окружающих предметов по количественным и качественным признакам).

4. Упражнения, направленные на коррекцию глазодвигательных функций (обведение контурных очертаний предметов, распутывание лабиринта, тренировка на мускултренере, синоптофоре, прослеживание глазами за предметом, перемещаемым в разных направлениях).

5. Упражнения, способствующие улучшению зрительно-двигательной координации и повышению скорости зрительного восприятия (метание в цель, набрасывание колец, забрасывание в корзину, бадминтон).

6. Упражнения, способствующие улучшению интеграции зрительного анализатора со слуховым и тактильным анализатором (компьютер, неречевые

звуки).

7. Упражнения, направленные на развитие глубинного (стереоскопического) зрения при восстановлении симметричного положения глаз и плоскостного бинокулярного зрения («Стеклограм», «Пейзаж» с зарисовками).

В процессе применения упражнений нужно руководствоваться интересами ребенка, ежедневно использовать разнообразные упражнения, постепенно усложняя их. Выбор зрительных упражнений определяется возрастом ребенка, индивидуальным развитием и остротой зрения. Продолжительность упражнений регламентируется возрастом и индивидуальными особенностями, но обычно не превышает 25 минут.