

## **Физическое здоровье и особенности зрительного восприятия воспитанников**

### **Мяч - любимая игрушка**

Дошкольный возраст в развитии ребёнка – это время, когда закладывается фундамент его здоровья, физического развития и культуры движений. Потребность в движении, повышенная двигательная активность – наиболее нужные биологические особенности детского организма. А двигаются дети мало. Одним из средств физического развития детей являются упражнения с мячом.

Все гениальное - просто! И действительно, насколько просто и гениально устроен мяч. Мяч - удивительная, самая древняя и любимая игрушка всех детей. Мяч – первый предмет в жизни ребёнка, форма которого наиболее благоприятна для игр детей, начиная с раннего возраста. Мяч таит в себе гармонию формы, яркость цвета, динамичность, поэтому эмоционально воздействует на ребенка, что находит отражение в содержании детских игр. Один из основателей дошкольной педагогики Ф. Фребель утверждал, что почти все, в чем нуждается ребенок для своего разностороннего развития, ему дают действия с мячом.

### **Педагогическая ценность игр с мячом**

*Многие родители не дают детям мяч в домашних условиях, считая его опасной игрушкой: можно разбить окно, зеркало, люстру. И это понятно, мяч побуждает к высокой подвижности, поэтому, как считают многие взрослые, в руках малыша он становится «непредсказуемым» предметом.*

*И в то же время все согласятся, что игры с мячом являются любимыми играми в раннем детстве. По всей вероятности, этот предмет любим детьми еще и потому, что «созвучен» им, - такой же прыгающий, «заводной», мобильный, забавный каждый раз новый в своих проявлениях.*

*Значение игр и упражнений с мячом для детей:*

- *Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений.*
- *Они формируют умения схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилия с*

*расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку.*

- В играх с мячом развиваются физические качества ребенка: быстрота, прыгучесть, сила.*
- Упражнения и игры с мячом благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка.*
- Упражнения с мячами различного веса и объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей.*
- При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.*
- В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку.*

*В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действий.*

### **Игры и упражнения с мячом**

*В разделе физического воспитания «Программы воспитания в детском саду» действия детей с мячом включены начиная со второго года жизни. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также более сложных способов выполнения.*

- Подбросить мяч вверх, поймать двумя руками.*
- Подбросить мяч вверх, дать ему упасть, после отскока поймать.*
- Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши, поймать.*
- Подбросить мяч вверх и поймать одной рукой*
- Ударить мяч о землю, поймать его после отскока.*
- Ударить мяч о стенку, поймать двумя руками после отскока от земли.*
- Ударить мячом о стену, хлопнуть в ладоши, поймать мяч.*
- Ударить мячом о стену, перепрыгнуть через него.*
- Перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы.*
- Перебрасывать мяч друг другу с ударом об пол.*
- Перебрасывать мяч через сетку.*

- *Перебрасывание мяча от груди.*
- *Бросить мяч вдаль любым способом: из-за головы, от плеча, снизу.*
- *Прокатить мяч, чтобы сбить кегли, кубики, фигурки.*
- *Прокатить мяч между двумя параллельными линиями; между ножками стула.*
- *Ведение мяча змейкой*
- *Ударом ноги по мячу сбить кеглю /расстояние 1-3м/*
- *Ударом ноги по мячу забить мяч в ворота.*
- *Отбивание мяча на месте правой, левой рукой и поочередно – правой-левой.*
- *Отбивание мяча правой или левой рукой в движении.*
- *Бросать мяч в корзину одной или двумя руками /расстояние 1-3м.*
- *Метание мяча в вертикальную цель: ствол дерева, пометка на стене, метание на максимальное расстояние.*

*Мяч всегда придет на помощь родителям при организации семейного досуга. Существует великое множество забав и игр с мячом на суше и на воде. Бросать и катать мяч друг другу, гонять в футбол и играть в вышибалы. Составляйте компанию своему ребенку, играйте с удовольствием, и хорошее настроение будет на целый день у всей семьи. Детские игры с мячом выполняют не только спортивно-оздоровительную роль, но и повышают собственную активность ребенка и его стремление к самостоятельности. Желательно иметь дома мячи разных размеров и разной фактуры.*

*Купите ребёнку мяч!*

### ***Удачи вам, уважаемые родители!***

Лечение заболеваний глаз, восстановление зрительных функций является приоритетным направлением в работе нашего детского сада. К нам поступают дети с различной патологией зрения: амблиопией, косоглазием, гиперметропией, миопией, нарушением бинокулярного зрения. Для большинства воспитанников характерно:

- несколько замедленное общее развитие, вызванное меньшим и бедным запасом представлений, недостаточной упражняемостью двигательной сферы, ограниченностью освоения пространства, а самое главное – меньшей активностью при познании окружающего мира;
- неоднородность отклонений у детей по характеру зрительного заболевания, реакции на предлагаемую зрительную нагрузку;

- недостаточное использование органа осязания, как средства компенсации;
- затруднение при ориентировке в пространстве;
- слабость зрительного восприятия и его неточность (искажение формы, фрагментарность, обеднение содержания, замедленность восприятия), а, в связи с этим – наличие некоторого разрыва между чувственным и вербальным опытом.

Наиболее часто встречающееся заболевание – **АМБЛИОПИЯ**.

**АМБЛИОПИЯ** – это слабость, понижение зрения, связанное с недостаточным участием глаза в зрительной работе. Амблиопия может возникнуть у детей с косоглазием, дальнозоркостью (**гиперметропия**) и близорукостью (**миопия**), врожденным помутнением хрусталика (**катаракта**) и роговицы (**бельмо**).

Чаще всего снижение зрения наблюдается у детей, страдающих косоглазием. Причем, чем раньше оно проявилось, тем ниже зрение в косящем глазу. Раннее лечение амблиопии (3-4 года), повышение остроты зрения – залог успешного восстановления стереоскопического глубинного зрения. Лечение амблиопии требует больших усилий не только со стороны врача, но активной помощи родителей и педагогов.

**«ИГРАЯ, ЛЕЧИМСЯ»** - таков девиз коррекционной работы. Здесь педагогический процесс и режим жизни детей построены с учетом нарушения у них зрения. Общеобразовательные мероприятия и игры, тренирующие у них зрение, все это дает хорошие результаты.

**ЦЕЛЬ КОМПЕНСИРУЮЩИХ ГРУПП** – осуществление лечебно-восстановительной работы по развитию функций глаза и всесторонняя подготовка ребенка к обучению в школе по общеобразовательной программе. В спецгруппе много дополнительных мероприятий по сравнению с массовым детским садом. Регулярно детей осматривает врач–офтальмолог. Ребенку назначается ежедневное аппаратное лечение, которое проводит медсестра-ортоптистка.

С детьми ежедневно занимается учитель-дефектолог, который помогает детям лучше усвоить программу детского сада, ликвидировать пробелы знаний, дефекты речи, ведет коррекционно-воспитательную работу.

Материал подготовила  
инструктор по физкультуре Ермолина Ольга Сергеевна