

ГБДОУ детский сад №96 комбинированного вида Петроградского района г. Санкт-Петербург

Дашкевич Светлана Владимировна

Учитель-дефектолог

Номинация 6. Дидактическое пособие

Зрительная гимнастика в стихах «Букву нарисуй глазами»

Реализуемая программа: Рабочая образовательная программа дошкольного образования, адаптированная для обучающихся 6 лет с ограниченными возможностями здоровья (с нарушениями зрения и тяжелыми нарушениями речи), учителя-дефектолога Дашкевич С.В.. на 2021-2022 учебный год разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с нарушениями зрения) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 24 комбинированного вида Василеостровского района Санкт-Петербурга, утвержденной приказом от 31.08.2021 № 57-од. (Автор разработки работает в ГБДОУ №24 по совместительству).

Здоровьесбережение – это самая важная задача, стоящая перед родителями и педагогами дошкольников и младших школьников. А одна из важнейших здоровьесберегающих технологий – это, безусловно, зрительная гимнастика.

ЦЕЛЬ данной авторской зрительной гимнастики, как и всякой зрительной гимнастики – РАЗВИТИЕ ГЛАЗОДВИГАТЕЛЬНЫХ МЫШЦ И СНИТИЕ ЗРИТЕЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ.

Данная зрительная гимнастика развивает разные группы глазодвигательных мышц при выполнении следующих движений:

- Круговые движения в одну и в другую сторону
- Движения вверх и вниз
- Движения влево-вправо
- Горизонтально расположенные «восьмёрки»
- Диагональные движения
- Движения, повторяющие форму прямоугольника
- Прищуривание глаз
- Максимальное раскрытие глаз
- Мигательные движения

- Ритмичное, выполняемое с усилием, зажмурование и открывание глаз

Зрительная гимнастика важна и для детей с нормальным зрением, и, особенно, для детей, уже имеющих различные нарушения зрения.

Сохранение нормального зрения детей – задача, требующая внимания родителей и педагогов, работающих с детьми, не имеющими зрительных нарушений. Особенno актуальной эта проблема стала сейчас, когда компьютерные технологии и гаджеты многократно увеличивают зрительную нагрузку. А это значит, что необходимо систематическое использование зрительных упражнений. В данном случае зрительная гимнастика используется, как средство профилактики или снятия зрительного утомления, как средство релаксации в виде весёлой физминутки.

В свою очередь, для детей с нарушениями зрения зрительная гимнастика – важная часть реабилитационной и коррекционной работы. На поле зрительной гимнастики сходятся все участники, вовлеченные в работу с детьми с нарушением зрения: медицинские работники, воспитатель (учитель в школе), учитель-логопед, тифлопедагог, и, конечно, родители.

Выполнение ее – ежедневный труд для детей с нарушениями зрения, подчас рутинный. Сделать этот процесс более привлекательным, внести новизну поможет стихотворная форма, которую озвучивает для детей взрослый. Связь с изучаемой буквой (в случае, когда зрительная гимнастика выполняется во время занятия, урока) позволяет органично вплести данную форму зрительной гимнастики в педагогический процесс.

Есть и ещё одна причина, которая подтолкнула автора к созданию данной разработки. Это возможность объединить в одном задании задачи зрительной гимнастики и задачи по формированию зрительного образа буквы. Ведь для детей со зрительными нарушениями характерна трудность в освоении оптико-пространственных характеристик букв, в выработке дифференцировок, неспособность к быстрому и точному отличению одной буквы от другой.

Помимо основной функции, данная зрительная гимнастика выполняет ещё несколько важных задач:

- Способствует формированию буквенного гнозиса и праксиса, Способствует уточнению и закреплению представления ребёнка об оптико-пространственных характеристиках элементов букв, их количестве и взаиморасположении. А значит, таким образом, является средством профилактики оптических форм дисграфии и дислексии.
- Позволяет упражнять в выполнении и закреплении правильного двигательного стереотипа в написании конкретной буквы (последовательность написания элементов и

направления написания элементов). Подключаются кинестетический и двигательный компоненты, связанные со зрительным анализатором.

- *Развивает фонематическое восприятие, т.к. авторставил перед собой задачу подобрать для текста стихотворной основы как можно больше слов со звуками, которые будут на письме обозначены соответствующей буквой*
- *Создаёт положительный эмоциональный фон у детей*
- *Развивает воображение у детей, эмпатию*
- *Развивает мимическую мускулатуру и умение передавать эмоциональное состояние с помощью мимических средств*

Рекомендации педагогам по использованию данной разработки:

- ✓ *Оптимальным способом показа педагогом направлений, которые задает детям гимнастика для глаз, является показ направления для движения глаз лазерной указкой на плоскости стены.*
- ✓ *Дети могут выполнять эту гимнастику как сидя, так и стоя.*
- ✓ *Главное правило, которое вспоминают дети перед выполнением зрительной гимнастики: «Двигаться должны глаза, а не голова»*
- ✓ *После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки, соответствующие данной букве.*

Эффективность использования данной разработки связана с тем, что:

- *Стихотворная основа данной зрительной гимнастики имеет сюжет, основанный на описании интересных для детей ситуаций и объектов, личностно-значимых для них, что повышает интерес у детей. Созданная игровая мотивация повышает качество выполнения упражнений, а, следовательно, и их результативность.*
- *Разработка является многофункциональной, так как в ходе выполнения данных упражнений, решается ряд смежных с основной задач: развивается воображение, эмоционально-волевая сфера, словесная и двигательная память, мимическая мускулатура, слуховое восприятие, фонематический слух.*
- *Мажорный, либо лирический настрой стихотворной основы, создает положительный эмоциональный фон у детей, снижает эмоциональное напряжение и физическую усталость.*

Оглавление

ЗРИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА «БУКВУ НАРИСУЙ ГЛАЗАМИ».....	6
Зрительная гимнастика «Буква А».....	6
Зрительная гимнастика «Буква Б»	7
Зрительная гимнастика «Буква В».....	8
Зрительная гимнастика «Буква Г»	9
Зрительная гимнастика «Буква Д».....	10
Зрительная гимнастика «Буква Е».....	11
Зрительная гимнастика «Буква Ё»	12
Зрительная гимнастика «Буква Ж»	13
Зрительная гимнастика «Буква З»	14
Зрительная гимнастика «Буква И».....	15
Зрительная гимнастика «Буква Й».....	16
Зрительная гимнастика «Буква К».....	17
Зрительная гимнастика «Буква Л».....	18
Зрительная гимнастика «Буква М».....	19
Зрительная гимнастика «Буква Н».....	20
Зрительная гимнастика «Буква О».....	21
Зрительная гимнастика «Буква П».....	22
Зрительная гимнастика «Буква Р»	23
Зрительная гимнастика «Буква С».....	24
Зрительная гимнастика «Буква Т»	25
Зрительная гимнастика «Буква У».....	26
Зрительная гимнастика «Буква Ф»	27
Зрительная гимнастика «Буква Х».....	28

Зрительная гимнастика «Букву нарисуй глазами»

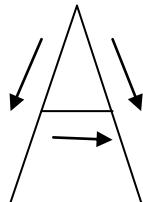
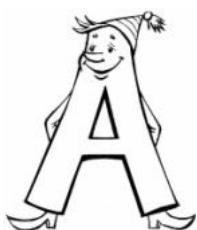
Зрительная гимнастика «Буква Ц».....	29
Зрительная гимнастика «Буква Ч».....	30
Зрительная гимнастика «Буква Ш»	31
Зрительная гимнастика «Буква Щ»	32
Зрительная гимнастика «Буква Ь»	33
Зрительная гимнастика «Буква Й».....	34
Зрительная гимнастика «Буква Ъ».....	35
Зрительная гимнастика «Буква Э».....	36
Зрительная гимнастика «Буква Ю»	37
Зрительная гимнастика «Буква Я».....	38
Список литературы.....	38



ЗРИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА «БУКВУ НАРИСУЙ ГЛАЗАМИ»

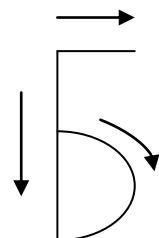
Зрительная гимнастика «Буква А»

Аня <u>Азбуку</u> читает.	<i>Обвести взглядом прямоугольник в одну сторону, затем в другую</i>
Букву <u>«А»</u> , конечно, знает:	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Ножки «А» - <u>диАгонАли</u> ... <u>Проследи</u> , как ножки встали.	<i>Провести взглядом две диагонали, соединённые верхними концами</i>
<u>ПереклАдинкА</u> – гляди, <u>СлевА впрАво</u> взгляд веди!	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо</i>
<u>Апельсин</u> дам букве «А».	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую</i>
<u>ОкруглилA</u> «А» глаза.	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
Благодарно <u>поморгАлA</u> ...	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов.</i>
В тихий час легла, <u>поспАлA</u> ...	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>



Зрительная гимнастика «Буква Б»

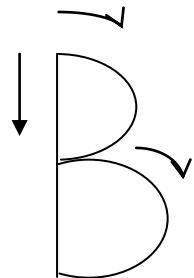
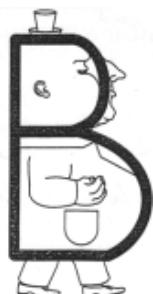
<u>Букварь</u> Боря с полки взял, Букву <u>«Б»</u> он увидал.	<i>Обвести взглядом прямоугольник в одну сторону, затем в другую</i> <i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Есть у «Б» <u>прямая спинка</u> – <u>Сверху вниз</u> взгляд проведи-ка!	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
Сверху есть у «Б» <u>БейсБолка</u> – <u>Слева вправо</u> взглянем ловко.	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо</i>
Есть у «Б» <u>Большой живот</u> – <u>Полукруг</u> рисуем, вот!	<i>«Написать» глазами полукруг, начиная его сверху</i>
Букве «Б» дам <u>Баклажан</u> , Ещё <u>Бублик</u> дам, <u>Банан</u> !	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую. Обводится горизонтально расположенный овал (баклажан), затем круг (бублик).</i> <i>После обвести взглядом дугу с концами, поднятыми вверх (банан)</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки *Б и Бь*.

Зрительная гимнастика «Буква В»

БукВа «В» <u>сдружилась</u> с Васей,	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов. Умилльная улыбка</i>
Вася <u>«В»</u> сейчас раскрасит.	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Мы Вначале Видим <u>спинку</u> .	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
Дальше – <u>круга полоВинку</u> . Сверху – это <u>головА</u> .	<i>«Написать» глазами полукруг, начиная его сверху</i>
<u>Полукруг</u> Вот жиВота…	<i>Ниже «написать» глазами ещё один полукруг, начиная его сверху</i>
Вася Вале даст <u>Ватрушку</u> – Валя тоже «В» подружка!	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки *В* и *Вь*.

Зрительная гимнастика «Буква Г»

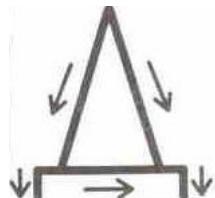
«Г» как Гуся Голова:	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Вертикаль ведём сперва...	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
Гусь наш вправо поглядит, Слева вправо взгляд веди!	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо</i>
Галя с Гусем дружит , с Гошой.	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов. Умилльная улыбка.</i>
Галя «Г» даёт Горошек ...	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую</i>
Гусь Глазами заморгал ,	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов</i>
И поев Горох, поспал .	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки Г и Гь.

Зрительная гимнастика «Буква Д»

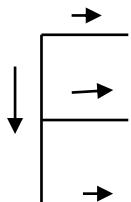
Даня видит Домовёнка: - <u>Это что</u> , твоя избёнка?	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
- Домик! Вот <u>Диагонали</u> , Дружно, прочно они встали!	<i>Провести взглядом две диагонали, соединённые верхними концами</i>
<u>Слева вправо</u> , глянь, Дощечка – Домик Держит крепко, вечно!	<i>Проследить взглядом горизонталь- ную линию слева направо</i>
<u>Слева ножка, справа ножка...</u>	<i>Провести взглядом две вертикальные линии, далеко отстоящие друг от друга. Сначала линию с левой сторо- ны, затем линию с правой стороны.</i>
В Домике <u>посплю</u> немножко...	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки *Д* и *Дь*.

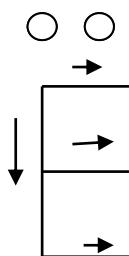
Зрительная гимнастика «Буква Е»

«Е» имеет <u>ствол</u> , как Ель,	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
<u>Ветви</u> нарисуй теперь...	<i>Проследить взглядом три горизонтальные линии слева направо</i>
<u>Только</u> с этой стороны Ветви Ели не видны...	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
Ева <u>«Е»</u> нарисовала,	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
И, <u>закрыв глаза</u> , поспала	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>



Зрительная гимнастика «Буква Ё»

Ёж <u>колючий</u> к нам пришёл,	<i>Вести взгляд по контуру ломаной линии</i>
Букву «Ё» с собой привёл.	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
<u>Сверху вниз</u> глядим мы – спинка, <u>Веди прямо</u> , без запинки!	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
А теперь <u>горизонтали</u> , <u>Друг под другом</u> они встали.	<i>Проследить взглядом три горизонтальные линии слева направо</i>
Глазки <u>круглые</u> у «Ё».	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую</i>
- Ёж, <u>ты где</u> ? -	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
Ёж <u>спит</u> давно!	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>



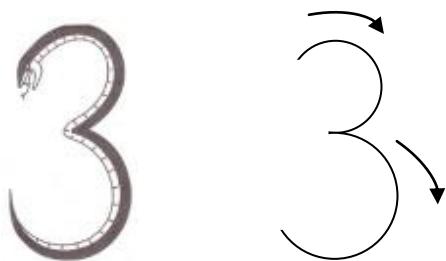
Зрительная гимнастика «Буква Ж»

Женя <u>увидал</u> Жука.	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
<u>Испугался</u> он слегка...	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов, растерянное выражение лица</i>
<u>Пригляделся</u> Женя после –	<i>Прищурить глаза, сосредоточенное выражение лица</i>
Буква <u>«Ж»</u> пришла к нам в гости!	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
В середине <u>вертикаль</u> ,	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
<u>Вправо вниз</u> – диагональ.	<i>Взглядом провести диагональ</i>
<u>Сверху влево</u> взгляд веди!	<i>Провести взглядом диагональ в другом направлении</i>
А теперь <u>всё повтори...</u>	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Себе Женя взял <u>Журнал</u> ,	<i>Обвести взглядом большой, расположенный вертикально, прямоугольник в одну сторону, затем в другую</i>
Букве «Ж» <u>Журнальчик</u> дал.	<i>Обвести взглядом меньший по размеру прямоугольник в одну сторону, затем в другую</i>



Зрительная гимнастика «Буква З»

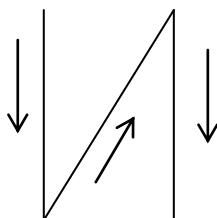
«З» на Зою <u>разозлилась</u> .	<i>Нахмурить брови</i>
Как Змея в <u>спираль</u> скрутилась,	<i>Проследить взглядом круговую спираль, сначала по направлению к середине, затем обратно</i>
Как <u>восьмёрка</u> Замеилась.	<i>Обводить взглядом горизонтальные восьмёрки</i>
В круг огромный <u>Закрутилась</u> .	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую</i>
- Ну, <u>Зачем</u> ты, «З», так Зла?	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
- <u>Правильно пиши</u> меня! Я всегда смотрю налево!	<i>Обиженное выражение лица</i>
- Ох! <u>Забыла</u> ! Вот в чём дело!	<i>Глаза округлены, смущённое выражение лица</i>
Я Запомню, обведу, <u>Взглядом верно проведу</u> !	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки З и Зь.

Зрительная гимнастика «Буква И»

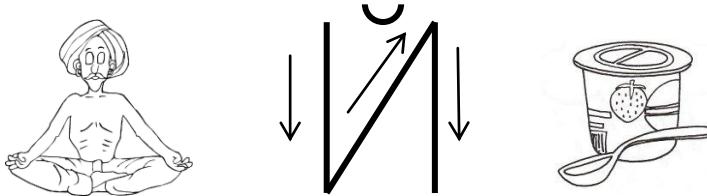
<u>«И»</u> Иголкой вышиваю.	«Написать» глазами букву в нужной последовательности
<u>ВнИз</u> Иголку направляю.	Последить взглядом сверху вниз вертикальную линию
А теперь <u>дИагональ!</u>	Провести диагональ снизу вправо
Вновь Игла <u>внИз</u> . Мне не жаль	Последить взглядом сверху вниз вторую вертикальную линию
<u>ПовторИть</u> ещё работу!	«Написать» глазами букву в нужной последовательности
Ире покажу заботу: Ей скажу: «Глаза <u>закрой</u> !..	Глаза закрыты, мышцы расслаблены
<u>Глянь</u> , платочек стал какой:	Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь
На платочке буква <u>«И»</u> , Ира, пользуйся, берИ!	«Написать» глазами букву в нужной последовательности



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звук *И*.

Зрительная гимнастика «Буква Й»

Йог сидит, <u>подняв</u> глаза. Шепчет: «Йогурт бы сюда...»	<i>Поднять глаза вверх</i>
Буква «Й» спустилась <u>вниз</u> : - Йога выполню каприз.	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
На пути <u>диагональ</u> .	<i>Провести диагональ снизу вправо</i>
<u>Вниз</u> спустилась – эка даль!	<i>Проследить взглядом сверху вниз вторую вертикальную линию</i>
- Буква, <u>шапку</u> не забудь! - ОЙ, нужна мне шапка! В путь!	<i>Проследить глазами дугу с концами, поднятыми вверх</i>
Йогурт Йогу <u>принесла</u> ...	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов. Выражение недоумения.</i>
Йог сидит, <u>закрыв</u> глаза.	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звук Й.

Зрительная гимнастика «Буква К»

<u>Колесо</u> в велосипеде	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую.</i>
<u>Крутится</u> , ведь Коля едет.	
Коля дома. Взял он <u>КнижКу</u> .	<i>Обвести взглядом прямоугольник в одну сторону, затем в другую</i>
БуКвы <u>нравятся</u> мальчишКе И КартинКи в новой сКазКе...	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов. Улыбка.</i>
<u>Заморгал</u> – <u>устали</u> глазКи.	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов. Зажмуривать и открывать глаза.</i>
Коля <u>КарандашиК</u> взял –	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо</i>
БуКву « <u>К</u> » нарисовал.	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
<u>СпинКу</u> Коля вниз ведёт.	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
Глядя <u>вправо</u> , Клюв встаёт.	<i>«Дописать» взглядом букву «К»</i>

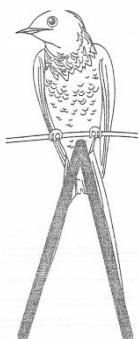


После проведе-
ния зрительной гимнастики можно пред-
ложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего
гимнастику, в которых есть звуки *К* и *Кь*.

ния зрительной гимнастики можно пред-
ложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего

Зрительная гимнастика «Буква Л»

<u>ГоЛова</u>, вот <u>теЛо</u>, <u>Лапки</u>.	<i>Обвести взглядом круг (голова). Обводится горизонтально расположенный овал (тело).</i> <i>После обвести взглядом две диагонали (лапки)</i>
<u>КрыЛья</u>, <u>гЛазки</u>, <u>кЛювик</u> гЛадкий.	<i>Обвести взглядом две диагонали, соединённые нижними концами (крылья). Обвести взглядом два круга (глаза). Две диагонали, соединённые правыми концами (клюв).</i>
ЛоЛа Ласточку сЛепиЛа, ЛоЛа хвост ей прикрепиЛа. <u>Хвост раздвоенный</u> , хорош – Хвост на букву « <u>Л</u> » похож!	<i>«Написать» глазами букву Л (стоящую из двух диагоналей) в нужной последовательности</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки *Л* и *Ль*.

Зрительная гимнастика «Буква М»

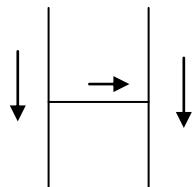
Мурка <u>увидала</u> Мышку...	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
Только жаль – она вприпрыжку, <u>Как восьMёрка</u> закружилась,	<i>Обводить взглядом горизонтальные восьмёрки</i>
По <u>спирали</u> закрутилась...	<i>Проследить взглядом круговую спираль, сначала по направлению к середине, затем обратно</i>
Мурка Мышку не пойMала – <u>ПоMоргала, задреMала...</u>	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов</i> <i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>
Маша Мурки гладит <u>ушки</u> . - Маша, напиши Мне лучше <u>Букву «М».</u> И будь добра Дай Мне Миску Молока!	<i>«Написать» глазами букву «М» в нужной последовательности. (Буква «М» - «Муркины ушки»)</i> <i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки *M* и *Мь*.

Зрительная гимнастика «Буква Н»

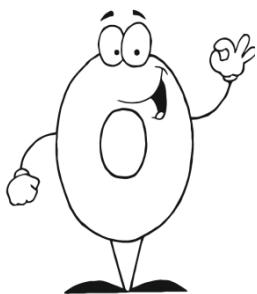
Ночью Нужно Насте спать, Глазки плотно <u>закрывать.</u>	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>
Но <u>Не спится</u> Нашей Насте...	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
Жмурил, жмурил Насти глазки:	<i>Зажмуривать и открывать глаза. Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов</i>
- Буква <u>«Н»</u> , мНе НяНей будешь! <u>Ножки, перекладинка,</u>	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i> <i>Проследить взглядом сверху вниз две, рядом расположенные, вертикальные линии</i> <i>Затем проследить взглядом горизонтальную линию слева направо</i>
<u>Спи,</u> Настюша, маленькая...	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки *Н* и *Нь*.

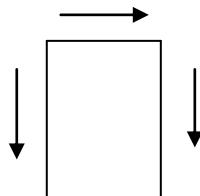
Зрительная гимнастика «Буква О»

Оля <u>Облако</u> рисует.	<i>Прослеживать взглядом линию горизонтально расположенного овала сначала в одну, затем в другую сторону.</i>
- Если <u>ветер</u> вдруг подует,	<i>Обводить взглядом горизонтальные восьмёрки</i>
Сразу <u>улетит</u> онО.	<i>Взгляд влево вправо, 7 повторов</i>
ДОм рисую и <u>окнО</u> .	<i>Обвести взглядом прямоугольник в одну сторону, затем в другую</i>
<u>ДОждик</u> капает по крыше.	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов</i>
<u>Дремлет</u> кОт. ДОждь, капай тише!	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>
- Оля, очень <u>хорошО!</u>	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь. Улыбка.</i>
- Напишу здесь букву « <u>O</u> »...	<i>Взглядом проследить контур буквы</i>



Зрительная гимнастика «Буква П»

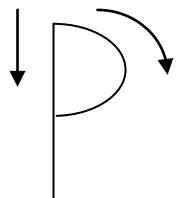
Паша с ПаПою гуляет, Паша <u>Пузыри</u> Пускает...	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую</i>
- Я с <u>Пружиной</u> Поиграю, Я в <u>сПираль</u> её сжимаю!	<i>Проследить взглядом круговую спираль, сначала по направлению к середине, затем обратно</i>
С ПаПой входим мы в Подъезд, Словно <u>буква «П»</u> здесь есть.	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Палочки <u>две вертикали</u> ,	<i>Проследить взглядом сверху вниз две, рядом расположенные, вертикальные линии</i>
<u>Сверху</u> их соединяем...	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки *П и Пь*.

Зрительная гимнастика «Буква Р»

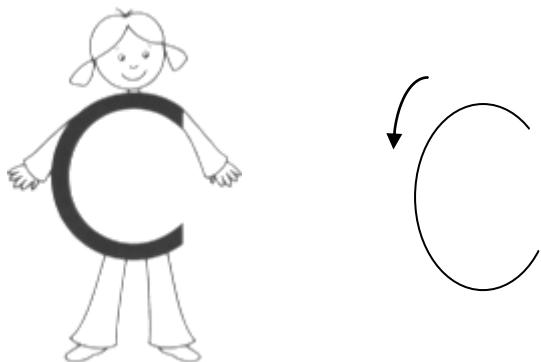
<u>Рано</u> утром Рома встал, Долго <u>жмурился, моргал.</u>	Глаза закрыты, мышцы расслаблены Зажмуривать и открывать глаза. Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов
<u>Карандаш</u> наш Рома взял – Рома <u>«Р»</u> нарисовал.	Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо «Написать» глазами букву в нужной последовательности
<u>Спинку сверху вниз</u> рисует... - <u>Думай</u> , в сторону какую Смотрит буквы <u>голова</u> ?.. - <u>Вправо!</u>	Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию Задумчиво поднять глаза вверх «Написать» глазами полукруг, начиная его сверху
Правильно, туда!	



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки Р и Рь.

Зрительная гимнастика «Буква С»

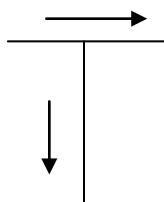
Соня почитала сказки.	Зажмуривать и открывать глаза. Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов
Жмурился – у С тали глазки.	
Соня Смотрит <u>в близь</u> и <u>вдаль</u> .	Сфокусировать взгляд на ладошке вытянутой руки, затем посмотреть вдаль из-под ладошки
Соня Смотрит на <u>Сpirаль</u>	Проследить взглядом круговую спираль, сначала по направлению к середине, затем обратно
Соня букву <u>«С»</u> напишет... - Сматривает <u>буква вправо!</u> Видишь?	«Написать» глазами букву в нужной последовательности



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки С и Сь.

Зрительная гимнастика «Буква Т»

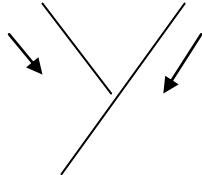
Таня люби <u>Г</u> Танцевать...	<i>Глаза влево-вправо, 5-7 повторов. Гордая посадка головы, взгляд нарочито кокетливый.</i>
Толя молотком <u>с</u> Тучатъ.	<i>Ритмично зажмуривать и открывать глаза, одновременно опуская и поднимая кулачки</i>
- Молоток на <u>«Т»</u> похож:	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
<u>Сверху палочку</u> ведёшь.	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
<u>Сверху линия направо.</u>	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо</i>
- Да, на <u>«Т»</u> похож. Вы правы!	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки *Т* и *Тъ*.

Зрительная гимнастика «Буква У»

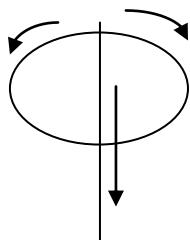
В <u>Ульи</u> пчёлы Утром	<i>Обвести взглядом прямоугольник в одну сторону, затем в другую</i>
Делают <u>зарядку</u> .	<i>Обводить взглядом горизонтальные восьмёрки</i>
Чтоб пыльцы набрать И сделать мёд нам <u>сладкий</u> .	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов. Мечтательная улыбка.</i>
Летят <u>диагонально</u> ,	<i>Взглядом проследить диагонали.</i>
<u>Вокруг</u> летать Умеют.	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую</i>
<u>Улитки</u> о полётах И мечтать не смеют.	<i>Проследить взглядом круговую спираль домика улитки, сначала по направлению к середине, затем обратно</i>
Но <u>усики</u> Улитка Выставляет смело.	<i>«Написать» взглядом «усики»-диагонали</i>
Хвостик У Улитки Направляем <u>влево</u> .	<i>Направить взглядом «хвостик» буквы «У» влево</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звук У.

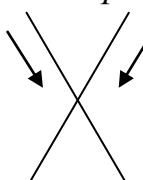
Зрительная гимнастика «Буква Ф»

Федя к букве Ф пришёл. - Федя, сядь, дружок, за стол.	<i>Обвести взглядом прямоугольник в одну сторону, затем в другую</i>
<u>Форточку</u> «Ф» открывает,	
<u>Фартук</u> буква надевает.	<i>Обвести взглядом полукруг</i>
Фрукты <u>круглые</u> помоет.	<i>Круговые движения глазами сначала в одну сторону, затем в другую</i>
Фрукты <u>выжимает</u> стоя...	<i>Зажмуривать и открывать глаза, одновременно сжимая и разжимая кулаки</i>
Федя очень <u>любит</u> фрукты: - Напишу портрет твой, буква! - Федя, <u>спинка</u> «Ф», гляди,	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов. Улыбка.</i>
<u>Сверху вниз</u> её веди.	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
<u>Полукруг</u> веди <u>направо</u> .	<i>«Написать» глазами полукруг, начиная его сверху</i>
<u>Полукруг налево!</u> Браво!	<i>«Написать» глазами полукруг, начиная его сверху</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуки *Ф* и *Фь*.

Зрительная гимнастика «Буква Х»

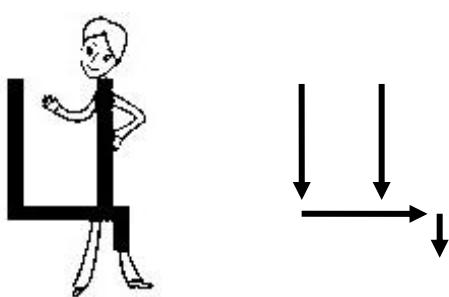
Обведу глазами букву: Я веду <u>диагональ</u>...	<i>Взглядом проследить диагональ</i>
Перекрещенас другою...	<i>Взглядом проследить вторую диагональ</i>
Это Х!!! Ещё раз глянь...	<i>Повторить предыдущее прослеживание двух диагоналей</i>
- Хомяки, Хамелеоны, Эй, Хорёк, Художник, Хор! – Буква Х кричит Хвастливо, - - В Хороводе все пойдём!	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i> 
Хоровод идёт по кругу – Я глазами прослежу...	<i>Круговые движения глазами по часовой стрелке, 5 повторов</i>
А теперь идут налево – Хоровод опять кружу .	<i>Круговые движения глазами в другую сторону 5 повторов</i>
Хоровод виляет змейкой – Словно бы восьмёрка здесь... Но восьмёрка лечь решила, И никак не Хочет сесть.	<i>Обводить взглядом горизонтальные восьмёрки</i>
Хоровод в спираль скрутился, Я глазами обведу, А теперь <u>от серединки</u> Взгляд обратно я веду...	<i>Проследить взглядом круговую спираль, сначала по направлению к середине, затем обратно</i>
X заХлопал ладоши,	<i>Мигательные движения глазами, 7-10 повторов</i>
X прищурилась Хитро,	<i>Прищурить глаза хитро</i>
И, от радости зажмурясь ,	<i>С усилием зажмурить, затем максимально раскрыть глаза,</i>

Подмигнула: «Хорошо!»

Зажмурить один глаз

Зрительная гимнастика «Буква Ц»

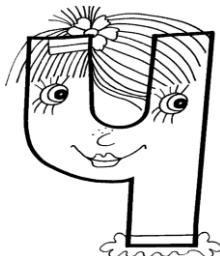
Буква «Ц» идёт по улице. Там Цыплёнок идёт с куриЦей.	<i>Проследить взглядом сверху вниз две, рядом расположенные, вертикальные линии. Затем проследить взглядом горизонтальную линию слева направо, завершив её затем вертикальным «хвостиком»</i>
Всё Цыплёнку <u>интересно</u> ...	<i>Радостное выражение лица. Движения глаз влево-вправо, 5-7 повторов</i>
В яйце было <u>темно</u> , тесно.	<i>Зажмурить глаза, прикрыв ладошками. Затем открыть глаза</i>
«Ц» пойдёт к Цыплятам в гости – Есть у «Ц» Цыплячий хвостик!	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звук Ц.

Зрительная гимнастика «Буква Ч»

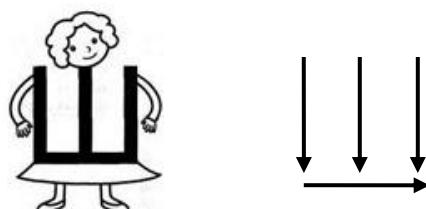
Чебурашка с <u>чемоданом</u>	<i>Обвести взглядом прямоугольник</i>
Домой едет с моря прямо.	
Черепашка... в Чемодане!	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>
<u>Спит</u> ... Вздремните, дети, сами....	
Чебурашке <u>не</u> до сна -	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
От квартиры <u>нет</u> клюЧа!	<i>Расстроенное выражение лица</i>
- Буква <u>«Ч»</u> твой будет клюЧ.	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Чебурашка, не забудь –	<i>Проследить взглядом элемент буквы «Ч»</i>
<u>Линия вот так</u> сначала.	
После <u>спинка</u> прямо встала.	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
Смотрит буква <u>«Ч» налево...</u>	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Дверь открыта, входи <u>смело!</u>	<i>Улыбнуться, развести руками.</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звук Ч.

Зрительная гимнастика «Буква Ш»

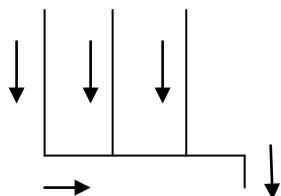
Шурик букву «Ш» рисует: - <u>Сверху вниз Шипы</u> веду я	<i>Проследить взглядом сверху вниз три, рядом расположенные, вертикальные линии</i>
Снизу их соединяю, <u>Слева вправо</u> направляю...	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо</i>
Я надую <u>Шарик</u> ГоШе:	<i>Круговые движения глазами по часовой стрелке, 5 повторов. Затем в другую сторону</i>
Шарик <u>больше, больше, больше...</u>	<i>Проследить взглядом круговую спираль, начиная от середины</i>
Шарик, <u>мимо ты лети</u> –	<i>Обводить взглядом горизонтальные восьмёрки</i>
Есть у буквы <u>«Ш»</u> Шипы!	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звук Ш.

Зрительная гимнастика «Буква Щ»

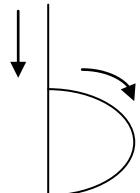
Буква «Щ» как будто Щётка – <u>Три щетинки</u> веди чётко!	<i>Проследить взглядом сверху вниз три, рядом расположенные, вертикальные линии</i>
<u>Снизу их соединяй,</u> <u>Хвостик щётки загибай.</u>	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо, завершив её затем вертикальным «хвостиком»</i>
Щенок видит <u>круглый</u> Щит... - От Щекотки заЩитит?	<i>Круговые движения глазами по часовой стрелке, 5 повторов. Затем в другую сторону</i> <i>Удивлённо поднять брови, широко открыть глаза</i>



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звук Щ.

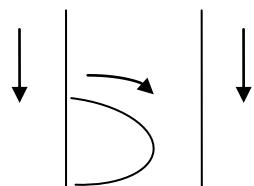
Зрительная гимнастика «Буква Ъ»

<u>Не</u> солёной стала соль!	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
- Мягкий знак, <u>помочь</u> изволъ!-	<i>Молитвенно сложить ладошки у груди, просительное выражение лица</i>
Мягкий знак спокойно <u>спал</u> ...	<i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>
<u>Жмурил</u> глазки, <u>заморгал</u> .	<i>С усилием зажмурить, затем максимально раскрыть глаза. Мигательные движения глазами, 7 повторов</i>
Делает для глаз зарядку, <u>Упражненья</u> по порядку...	<i>Круговые движения глазами по часовой стрелке, затем в другую сторону, по 5 повторов. Обвести взглядом горизонтально расположенную восемерку</i>
Спинку <u>распрямил</u> : «Смотрите,	<i>Выпрямить спинки</i>
Спинку <u>сверху вниз</u> ведите,	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
Не забудьте про <u>живот</u> ...	<i>«Написать» глазами полукруг, начиная его сверху</i>
Стала соль солёной, вот!»	



Зрительная гимнастика «Буквы»

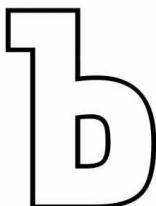
Еле-еле <u>Ы</u> идёт –	«Написать» глазами букву в нужной последовательности
То ль <u>вздыхает</u> , то ль поёт.	Глаза подняты вверх, грустное выражение лица. Глубоко вздохнуть.
Есть спина. <u>Спина прямая</u> .	Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию
<u>Взглядом нарисуй</u> какая.	
Нарисуй теперь <u>живот</u> –	«Написать» глазами полукруг, начиная его сверху
<u>Вправо полукруг</u> , так вот.	
<u>Палочка</u> у <u>Ы</u> такая –	Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию
<u>Ы</u> , наверное, хромая...	
На обед у буквы <u>сыр</u>	Проследить взглядом полукруг
С множеством <u>округлых</u> дыр.	Круговые движения глазами по часовой стрелке, затем в другую сторону 5 повторов.



После проведения зрительной гимнастики можно предложить детям вспомнить слова из стихотворного текста, сопровождающего гимнастику, в которых есть звуком *Ы*.

Зрительная гимнастика «Буква Ъ»

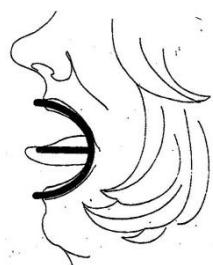
Твёрдый знак <u>нахмурил</u> брови.	<i>Нахмурить сердито брови</i>
Взгляд с <u>прищуром</u> , очень строгий.	<i>Прищуриться</i>
- Буду <u>жмуриться, моргать</u> , В тихий час не буду спать!	<i>С усилием зажмурить, затем максимально раскрыть глаза. Мигательные движения глазами, 7 повторов</i>
Напишу автопортрет: <u>Козырёк</u> назад надет,	<i>Проследить взглядом короткую горизонтальную линию слева направо</i>
<u>Спинка</u> у меня прямая,	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
<u>Живот вправо</u> – пусть все знают!	<i>«Написать» глазами полукруг, начиная его сверху</i>



A stylized letter 'Ъ' is formed by several black outlines. It features a vertical bar on the left, a horizontal bar extending from the top of the vertical bar, and a curved shape on the right side.

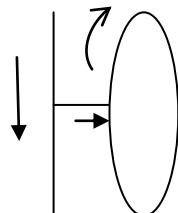
Зрительная гимнастика «Буква Э»

<u>Эскимо</u> для «Э» возьму.	<i>Обвести взглядом овал в одну сторону, затем в другую</i>
К эскалаторам спешу – Эскалатор <u>сверху вправо</u> , И обратно тоже надо! <u>Снизу влево</u> еду с «Э».	<i>Взглядом проследить диагонали, 5 повторов</i>
«Э» <u>довольна</u> мной вполне: -Есть хорошие детишки, Глядят часто они в <u>книжки</u> .	<i>Улыбнуться, протянуть руки Обвести взглядом прямоугольник в одну сторону, затем в другую</i>
Букву «Э», конечно, знают... И <u>налево</u> направляют!	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Словно рот, <u>полувал</u> .	<i>Проследить взглядом округлую деталь буквы «Э»</i>
<u>Язык</u> ротик показал! - Бойся «Э» ты <u>разозлить</u> , Будет «Э» тебя дразнить!	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо Нахмурить брови. Прищуриться.</i>
Не в ту сторону напишешь – Букву этим <u>так обидишь</u> !	<i>Максимально широко открыть глаза, поднять брови.</i>



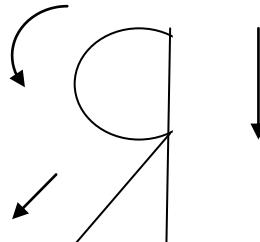
Зрительная гимнастика «Буква Ю»

<u>Удивляются</u> соседи:	<i>Максимально широко открыть глаза, как бы удивляясь</i>
- Юля «Ю» писать умеет!	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
Спинку сверху вниз напишет,	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
<u>Перекладинку</u> пониже.	<i>Проследить взглядом горизонтальную линию слева направо</i>
<u>Перекладинка направо...</u>	
Не хватает лишь овала!	<i>Обвести взглядом контур овала</i>
Юля «Ю» писать устала.	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
<u>Заморгала, задремала.</u>	<i>Мигательные движения глазами, 5 - 7 повторов.</i> <i>Глаза закрыты, мышцы расслаблены</i>



Зрительная гимнастика «Буква Я»

Яна очень любит «Я».	<i>«Написать» глазами букву в нужной последовательности</i>
«Я» же любит лишь себя.	<i>Максимально раскрыть глаза, Развести руки в стороны</i>
Спинку «Я» обводит Яна...	<i>Проследить взглядом сверху вниз вертикальную линию</i>
Слева голова. Упрямо Выставлена ножка влево.	<i>«Написать» глазами полукруг, начи- ная его сверху. Проследить взглядом диагональ - «ножку»</i>
«Я» горда, как королева!	<i>Гордая посадка головы, высокомер- ное выражение лица. Взгляд вверх.</i>



Список литературы

- 1) Дашкевич С.В. Значение эмоций и воображения в формировании буквенно-гнозиса у старших дошкольников с нарушениями зрения // Образование детей с ограниченными возможностями здоровья: Сборник материала-

лов заочной научно-практической конференции с международным участием. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2014

- 2) Милостивенко Л.Г. Методические рекомендации по предупреждению ошибок чтения и письма у детей: Учебное пособие. – СПб; Стройлеспечатъ, 1995