

АКЦИЯ «Пятерка по зрению»,

посвященная Всемирному дню зрения,
прошла 11 – 12 октября 2018 г.
В МБДОУ «Детский сад «Жаворонок»

Цель акции:

Привлечение внимания общественности к проблемам заболеваний глаз.

Участники акции: педагоги и воспитанники ДООУ, родители (законные представители).

Педагогами МБДОУ вручены родителям воспитанников памятки, в которых даны рекомендации по охране зрения.



Правила бережного отношения к зрению

- Умываться по утрам
- Смотреть телевизор не более 1-1.5 часов в день
- Сидеть не ближе 3 м от телевизора
- Не читать лежа
- Не читать в транспорте
- Оберегать глаза от попаданий в них инородных предметов
- При чтении и письме свет должен освещать страницу слева
- Расстояние от глаз до текста рекомендуется 30-35 см

С детьми МБДОУ проходили различные мероприятия:

Гимнастика для глаз «Весёлая неделька»

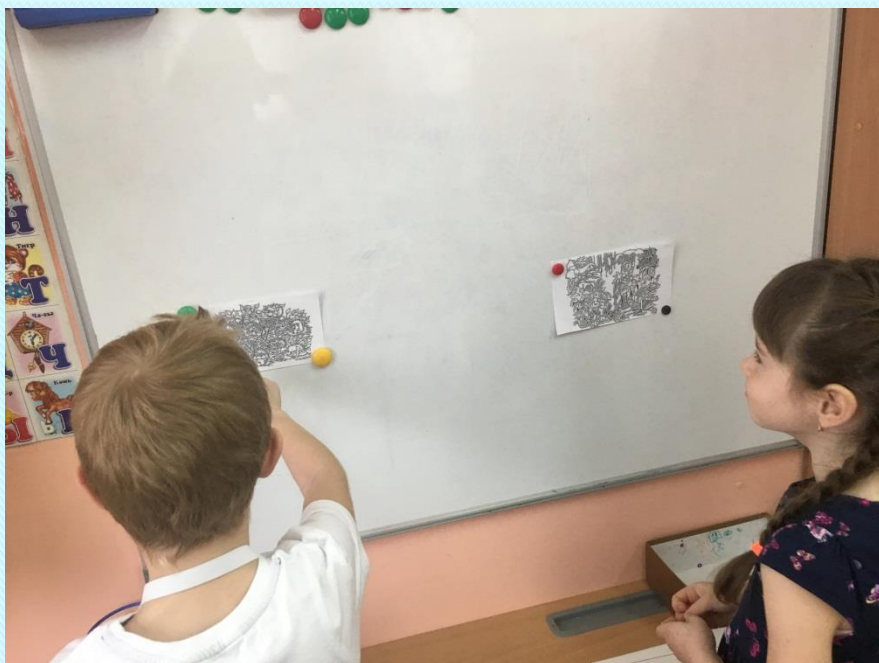
Дети, слушая стихотворение, выполняют соответствующие движения глазами.

Гимнастика позволяет снять глазное напряжение, укрепить мышцы глаз и совершенствовать их координацию.



Игра «Кто спрятался?»»

Детям предлагается
внимательно рассмотреть
картинку и найти всех
спрятавшихся животных.



Игра развивает
зрительное восприятие.



Гимнастика для глаз «Солнышко»



Дети, слушая стихотворение,
выполняют соответствующие
движения глазами.

Гимнастика позволяет снять
глазное напряжение,
укрепить мышцы глаз
и совершенствовать
их координацию.



Игра «Чудесный мешочек»



Дети с закрытыми глазами,
на ощупь достают
из мешочка предмет,
называя его.
Игра способствует
развитию зрительной памяти
на основе имеющихся
представлений.

Тренажер «Маршруты глаз»

Дети выполняют движения глазами маршруту.
Упражнение используется для профилактики нарушений зрения.

