**ВНЕКЛАССНОЕ ЗАНЯТИЕ**

(воспитатель – Орлова Н.А., ОГКОУ «Ивановская школа-интернат 1»)

**Тема:** **«Берегите глаза»**

**Цель:** Способствовать укреплению здоровья глухих и слабослышащих школьников

**Задачи:**

1. Ознакомить с причинами и профилактикой заболеваний глаз;
2. Развивать речь, слуховое восприятие, пополнять словарный запас глухих и слабослышащих школьников;
3. Формировать умения и навыки ухода за глазами.

**Оборудование:** компьютер, интерактивная доска, рисунки, таблички, карточки;

**Предварительная работа:** подготовка презентации, беседы о гигиене глаз, подготовка ролей для сюжетно-ролевой игры;

**Ключевые слова (словарь):** глаза, зрение, офтальмолог, окулист, гимнастика, чтение, компьютер, телевизор, смартфон, охрана зрения;

**План занятия:** 1) вводная часть; 2) просмотр презентации; 3) практические задания, дидактические игры; 4) подведение итогов.

**Ход занятия**

**I. Вводная часть**

Глаза – орган чувств человека. Они позволяют видеть окружающий мир (дома, деревья, небо, солнце), а также различать и узнавать предметы, их цвет, форму, величину. Специалиста по глазным заболеваниям называют офтальмологом. В компетенцию данного врача входит профилактика, диагностика и лечение глаз. Однако очень важно самому заботиться о своем здоровье. Нужно знать правила по охране глаз и зрения, чтобы предупредить болезнь и лишний раз не обращаться к врачу. Об этом мы будем говорить сегодня на занятии.

**II. Просмотр презентации «Берегите глаза»**

**III. Игры-задания** (задания выполняются по ходу просмотра презентации)

**Задание 1.** «Пройди и не упади»

Ученик подходит к доске, закрывает глаза, пробует с закрытыми глазами пройти по комнате; другой ученик делает тоже с открытыми глазами. Затем дети сравнивают походку ученика с открытыми глазами с походкой ученика с закрытыми глазами. Ученики делают вывод, что глаза – это орган чувств, существенно увеличивающий возможности ориентации человека в пространстве.

**Задание 2**. «Отгадай предмет»

Ученик закрывает глаза и пытается отгадать цвет бумаги (голубой, зелёный, красный и т.д.), которую дает ему в руки воспитатель. Затем второй ученик с закрытыми глазами пробует на ощупь определить предметы (ручка, карандаш, книга и др.). Другие ученики наблюдают за происходящим и приходят к заключению, что без глаз и зрения живётся плохо, глаза нужно беречь.

**Задание 3.** «Нарисуй предмет»

Один ученик рисует на классной доске цветок (домик, квадрат) с открытыми глазами, затем другой ученик рисует тот же предмет с закрытыми глазами. Дети оценивают сделанные рисунки. В заключение они делают вывод о том, что глаза – это наши помощники, они позволяют лучше познавать окружающий мир.

**IV. Сюжетно-ролевая игра**: «На приёме у врача»

Подготовленный ученик, исполняя роль врача, производит различные действия с проговариванием необходимых слов и выражений. Другие ученики находятся в роли пациентов. Например, врач говорит пациенту: «Заходите пожалуйста», «Садитесь на стул», «Закройте правый глаз», «Посмотрите на стенд», «Скажите, какая это буква?», «А это какая буква?», «Вы хорошо видите все буквы, у вас хорошее зрение».

**V. Игра «Закончи предложение»**

Воспитатель с помощью заранее подготовленных карточек, на которых обозначены начала и окончания различных предложений, предлагает ученикам выбрать нужные карточки и построить следующие предложения:

- Один раз в год ... (я проверяю зрение у врача)

- Я ем овощи и фрукты ... (чтобы было хорошее зрение)

- Я читаю книгу ... (при хорошем освещении)

- Я пишу правой рукой, ... (а свет падает слева)

- Я пишу левой рукой, ... (а свет падает справа)

- Когда устают глаза ... (я делаю гимнастику)

- Я люблю читать у окна ... (при дневном свете)

- Я работаю у компьютера 20 минут, ... (потом отдыхаю)

- На прогулке я могу рассматривать ... (предметы вдали)

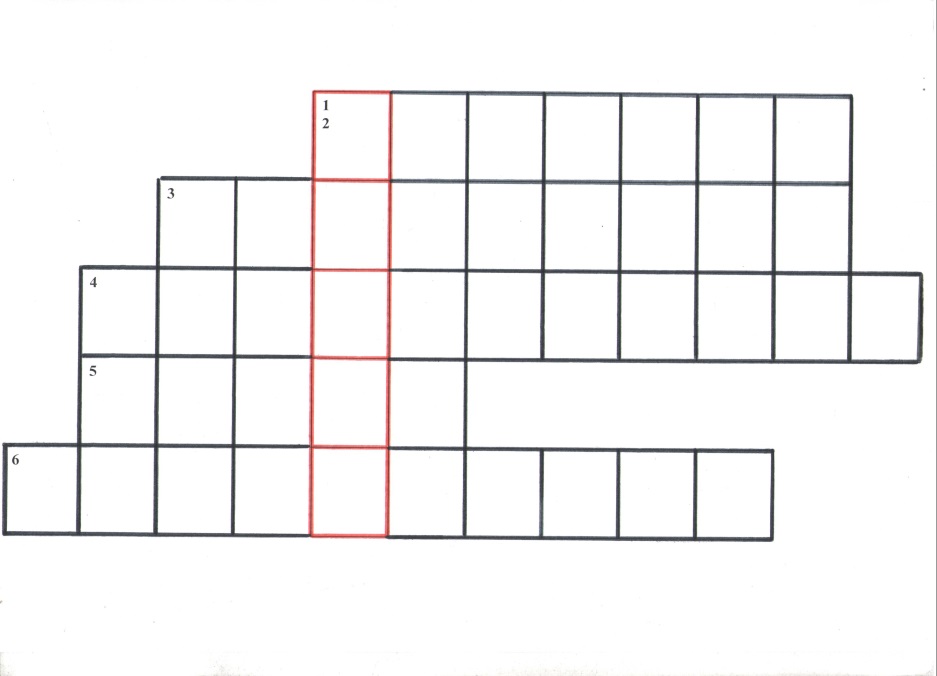
**VI. Гимнастика для глаз**

Специальная гимнастика позволяет расслабить глазные мышцы и восстановить работу глаз после длительного чтения или долгой работы за компьютером.

Гимнастика:

1. И.п.: Вытянуть руку вперёд. Кисть руки сжата в кулак, кроме указательного пальца. Смотреть на кончик указательного пальца 10 секунд.
2. И.п.: тоже. Рука медленно движется вверх, затем - в исходное положение. Рука медленно движется вниз, затем - в исходное положение повторить 2-3 раза).
3. И.п.: тоже. И.п.: тоже. Рука движется влево, затем - в исходное положение. Рука движется вправо, затем - в исходное положение (повторить 2-3 раза).
4. И.п.: тоже. Рука движется по кругу, глаза сопровождают кончик указательного пальца.
5. И.п.: тоже. Медленно дотронуться кончиком указательного пальца до носа, затем вернуться в исходное положение (повторить 2-3 раза)
6. И.п.: основная стойка, руки вдоль тела. Закрыть глаза, открыть глаза (повторить 2-3 раза)
7. И.п.: основная стойка, руки вдоль тела. Закрыть правый глаз, закрыть левый глаз (повторить 2-3 раза)
8. Потереть ладошки. Теплыми ладошками прикрыть веки глаз. Расслабить глазные мышцы.

**VII. Задание «Разгадай слова в кроссворде»**



**По вертикали:** 1. Орган тела *(глаза)*

**По горизонтали:** 2. Цвет глаз *(голубой)*

3. Что нельзя смотреть долго? *(телевизор)*

4. Специалист, занимающийся лечением глаз

*(офтальмолог)*

5. Что течёт из глаз? *(слёзы)*

6. Чтобы глаза отдохнули, надо делать ... *(гимнастика)*

**VIII. Подведение итогов.**

Назвать правила поведения по охране глаз. Отметить правильные ответы крестиком.

+ Читать за столом при хорошем освещении

+ Промывать глаза по утрам

Читать лёжа

+ Есть фрукты и овощи

Читать в транспорте

+ Вытирать глаза чистым платком

Смотреть близко телевизор

+ Оберегать глаза от удара

+ Делать гимнастику для глаз

Сидеть у компьютера 2 часа

Тереть глаза грязными руками

+ Проверять глаза у врача один раз в год

Бросать песок в глаза

Смотреть на яркий свет

+ Гулять на свежем воздухе

+ Читать у окна при дневном освещении

Держать ножницы и карандаш острым концом вверх

Читать в темной комнате

Наклоняться низко при письме

+ Выполнять режим дня

+ Правильно питаться (пить молоко, есть мясо, рыбу, овощи, фрукты)

**Видеоматериалы**

