**МБОУ «Белоярская средняя общеобразовательная школа №14»**

**Структурное подразделение «Детский сад»**

**Педагогический семинар**

«Здоровьесберегающие технологии используемые в работе с детьми c нарушением зрения»

Составила: О.С Ланских

воспитатель

п. Гагарский, 2024 г.

**План доклада:**

**1. Введение**

**2. Формы , причины и признаки нарушения зрения у дошкольников.**

**3**. **«Профилактика нарушения зрения у детей дошкольного возраста»**

**4. Вывод**

**5. Список литературы**

**1 Введение**

 Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.
 Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Главное назначение таких новых технологий – объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья.

Актуальность использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ возрастает год от года.

**-**С каждым годом возрастает процент детей, имеющих отклонения в здоровье, наблюдается тенденция непрерывного роста общего уровня заболевания среди детей дошкольного возраста.

**-**Это связано с множеством негативных явлений современной жизни: непростыми социально-экономическими условиями, экологическим неблагополучием, массовым распространение алкоголизма, курения, наркомании; слабой системой здравоохранения и воспитательной базы образовательного учреждения и семьи.

  -В детские сады приходит все большее количество детей с ярко выраженной        гиперактивностью, психосоматическими заболеваниями. Кроме того, медицинская статистика свидетельствует о ежегодном увеличении количество дошкольников с хроническими заболеваниями.

**2 . Формы , причины и признаки нарушения зрения у дошкольников.**

Нарушения зрения бывают врожденные и приобретенные. К возникновению приобретённых форм зрительных расстройств приводят не только игры в компьютеры, но и острые инфекции (грипп, корь, дифтерия).

Резкое снижение зрения нередко может быть вызвано заболеваниями ЦНС: менингитами, энцефалитами, опухолями мозга, травмами черепа. Среди причин приобретенных форм зрительных расстройств определенную роль играют травмы глаза, которые провоцируют помутнение роговицы, развитие травматической катаракты, а в некоторых случаях – гибель всего яблока.

Причины врожденной зрительной патологии также многообразны. Наследственные факторы являются причиной возникновения врожденной катаракты, гидрофтальма, близорукости, микрофтальма. Врожденные изменения глаз у детей могут быть следствием перенесенных матерью во время беременности вирусных и инфекционных заболеваний.

Таким образом, заболевания глаз могут возникать под влиянием разного рода причин. Во многих случаях подлинного этиологического фактора нарушения зрения установить не удается. Нередко появление той или иной зрительной патологии обуславливается взаимодействием нескольких этиологических моментов.

Признаки возможного нарушения зрения, при котором ребенка необходимо показать окулисту:

* у ребенка бывают часто покрасневшие глаза, он избегает смотреть на свет;
* глаза часто слезятся, есть выделения;
* ребенок часто жмурится и плотно закрывает веки;
* наблюдая за чем-нибудь, ребенок часто склоняет голову набок, рассматривает предметы или картинки с очень близкого расстояния;
* у ребенка часто болит голова;
* косоглазие, даже если оно едва заметно или проявляется время от времени;
* затуманивание или помутнение зрачков (хрусталик становится толстым, и через него с трудом проходит свет);
* сухость слизистой оболочки глаза;
* нечеткость изображения (нарушение аккомодации).

Учитывая всю сложность адаптации детей с нарушениями зрения, врачи рекомендуют посещать детский сад и школу; это поможет им в будущем, особенно в том случае, если снижение зрения невозможно устранить.
**Виды нарушений зрения у детей**

Зрение является одним из важнейших органов чувств, существенно влияет на процесс развития ребенка и важно, чтобы глаза были здоровы. Выявить проблемы со зрением у детей сложно, особенно в раннем возрасте.

Наиболее встречаемые виды нарушения зрения у детей:

* близорукость (истинная и ложная формы патологии);
* дальнозоркость;
* косоглазие;
* астигматизм;
* амблиопия.

Причины их появления могут иметь приобретенную или врожденную природу.

Близорукость – заболевание может быть как врожденными, так и приобретенным. Механизм развития нарушения заключается в удлинении глазных яблок. Если близорукий ребенок ходит в детский сад, необходимо проверить, в каких условиях проходят занятия (помещение должно быть хорошо освещенным).

Ложная близорукость – патология характеризуется постоянным напряжением глазной мышцы, то есть ее расслабление не происходит в те моменты, когда глаза находятся в состоянии покоя. Дети с подобным нарушением плохо видят предметы, расположенные вдали от них. Сопутствующими симптомами являются головные боли в лобной зоне, быстрая утомляемость глаз. Ребенок, страдающий ложной близорукостью, должен сидеть за первыми партами. Необходимо и специальное лечение, иначе болезнь перейдет в истинную близорукость.

Дальнозоркость – патология, характеризующаяся нарушением анатомического строения глаз. Обнаружить нарушение можно по таким признакам: во время чтения ребенок отодвигает книгу далеко от себя. В процессе зрительной нагрузки появляется боль, глаза краснеют, развивается быстрая усталость.

Косоглазие – может передаваться на генетическом уровне, если в семье у кого-то из родных были подобные проблемы, но чаще всего говорит о наличии других заболеваний. При косоглазии происходит отклонение глазного яблока от центральной оси в левую или правую сторону, реже в вертикальном направлении.

Астигматизм – заболевание врожденного характера, обусловленное неправильной формой (кривизной) роговицы глаза. При таком нарушении ребенок трудно различает предметы, как находящиеся близко, так и вдали от него, присутствует быстрая утомляемость, глаза начинают болеть при чтении или нахождении за компьютером. Дети с подобным нарушением должны посещать сад компенсирующего типа.

Амблиопия, или «ленивый глаз» - особенностью этого заболевания является различие образов, полученных с правого и левого глаза, что не позволяет соединить все элементы воедино. Постепенно ребенок начинает видеть только одним глазом, а второй прекращает выполнять свои функции. Сопутствующими симптомами являются: головные боли, чувство дискомфорта в глазах, быстрая усталость. Исправление данной патологии следует начинать в раннем возрасте.

Дети с нарушением зрения, особенно младшего возраста, не могут объяснить взрослым, какой именно дискомфорт они чувствуют, поэтому родителям следует прислушиваться к любым жалобам ребенка и не пренебрегать профилактическими осмотрами у специалиста.

**3**. **«Профилактика нарушения зрения у детей дошкольного возраста»**

 С помощью глаз человек воспринимает огромный поток информации, тем самым познаёт мир. Благодаря глазам мы имеем возможность видеть, читать и писать. Поэтому очень важно иметь хорошее зрение и попытаться сохранить его на долгие годы.  Самое главное – не допускать

раннюю и непомерную нагрузку на глаза: нельзя на близком расстоянии рисовать, лепить, смотреть иллюстрации дольше 10 – 15 минут. Необходимо следить за осанкой ребёнка, правильностью его посадки: при низком наклоне создаются условия для искривления позвоночника и развития близорукости. Особое внимание следует уделить правильному освещению – обеспечить сочетание общего и местного освещения. Настольные лампы должны быть мощностью 60-75 ватт. Лучше использовать галогеновые лампы, они более равномерно освещают поверхность стола. Лучше, если ребёнок будет заниматься сидя за столом. Не злоупотреблять с использованием компьютера, который отрицательно влияет на зрение и приводит к пересушиванию глаз, коньюктивитам, астенопии (отсутствию силы зрения).

Как сохранить зрение

Важное значение для охраны зрения детей имеет правильная организация занятий. Дети любят рисовать, лепить, а в более старшем возрасте - читать, писать, играть с конструктором. Эти занятия требуют постоянного активного участия зрения. Однотипные занятия, связанные с напряжениием зрения, должны прерываться каждые 10-15 минут для отдыха глаз.

 Следует предоставить детям возможность походить или побегать по комнате, сделать несколько физкультурных упражнений, подойти к окну и посмотреть вдаль.

Длительный просмотр телепередач или занятий на компьютере оказывают вредное воздействие на зрение. Длительность непрерывного просмотра телепередач или занятий на компьютере для дошкольников и младших школьников не должна превышать получаса. Оптимальное расстояние до экрана телевизора - от 2-х до 5-ти метров. Экран монитора компьютера должен располагаться не ближе, чем на расстоянии вытянутой руки ребенка (40 см). Сидеть при этом необходимо не сбоку, а прямо перед экраном. Нужно избегать наклона головы близко к предмету работы. Лучшее рас-стояние для зрительной деятельности - 30-35 см.

Неправильная посадка (близкое расстояние от глаз до книги и тетради) способствует возникновению и развитию близорукости. Ни в коем случае нельзя разрешать детям читать лежа, т.к. эта привычка может явиться одним из провоцирующих близорукость факторов.

***Все упражнения условно можно разделить на несколько групп****: упражнения для активизации работ мышц глаза; глазодвигательные упражнения; упражнения для формирования бинокулярного, стереоскопического зрения; комплексы упражнений для активизации работы мышц глаза, которые способствуют снятию утомления, улучшению кровообращения, расслаблению.*

Эффективны для повышения остроты зрения, развития мелкой моторики рук, координации дей-ствий обеих рук упражнения по  сортировке и нанизыванию бус. Эти задания также способствуют формированию бинокулярного зрения*(способность одновременно чётко видеть изображение*

*предмета обоими глазами*), цветоразличения основных цветов. Ребенку предлагается сделать украшение для елки, для мамы – бусы. Для этого ему необходимо нанизать бусинки на нить.

При сортировке выбрать сначала красные бусинки, потом желтые, зеленые, оранжевые, синие.

 **Активно влияют на развитие остроты зрения, подвижности глаз игры:**

**«Лабиринт».**

Ребенку предлагается провести различных сказочных героев к своему домику, ведя карандашом по лабиринту.

**Веселый контур»** (прием зашумления) - найти предметы.

 **Метка на стекле (По Аветисову).**

Позволяет тренировать глазные мышцы (сокращение мышц хрусталика). Способствует профилактике близорукости. Ребенку предлагается рассмотреть круг, наклеенный на стекле, затем перевести взгляд на самую удаленную точку за стеклом и рассказать, что он там видит.

 **Упражнения, полезные для снятия зрительного напряжения:**

Поставить перед глазами на расстоянии 30 см. по средней линии палец или карандаш, посмотреть на палец (карандаш), затем вдаль. Повторить 5 раз.

Посмотреть на палец вытянутой руки, отвести руку в сторону, следя за пальцем глазами и не по-ворачивая головы. Передвинуть руку в другую сторону, продолжать следить глазами за пальцем. Повторить 10 раз.

Сидя, крепко зажмурить глаза на 3-5 секунд, затем открыть глаза на 3-5 секунд. Повторить 5 раз. Быстро моргать в течение 1 минуты.

 **Комплекс упражнений для профилактики нарушений зрения.**

 Упр. 1  Дети встают и, не отрывая взора от предмета в руках воспитателя (мяч, игрушка), присе-дают. Воспитатель командует:

- Дети, встали прямо, смотрим на фигурку (мяч) в моих руках.

- Теперь приседаем и продолжаем смотреть на мяч (фигурку). Спина прямая, голову держим прямо. Повторить 5 – 6 раз

 Упр. 2  Приседание с предметом в руках. Воспитатель командует:

- Дети встали прямо, обеими руками взяли карандаш (линейку). Руки прямые, вытянутые вперед, карандаш (линейка) перед собой, смотрим на карандаш и приседаем, голову держим прямо.

Повторить 5 – 6 раз.

 Упр. 3  Прицеливание.

Воспитатель прикрепляет к доске (стене) на уровне глаз ребенка (90 см от пола) квадрат (кружок треугольник). Далее дает команду:

- Дети, взяли в правую руку карандаш, держим его перед собой на уровне глаз. Посмотрели все на кончик карандаша, совместить его с основанием квадрата (кружка, треугольника).

Повторить 5 – 6 раз.

 **Комплекс упражнений для активизации работы мышц глаз**

1. Смотреть прямо перед собой 2-3 сек.
2. Поставить указательный палец на расстоянии 25-30 см от глаз, перевести взгляд на кончик пальца, смотреть на него 2-3 сек, опустить руку (4-5 раз).
3. Опустить голову, посмотреть на носок левой ноги; поднять голову, посмотреть в правый верхний угол комнаты; опустить голову, посмотреть на носок правой ноги; поднять голову, посмотреть в левый верхний угол комнаты (ноги на ширине плеч) (3-4 раза)
4. Посмотреть на вершины деревьев перед окном; перевести взгляд и назвать любой предмет на земле, отыскать в небе птиц или самолет и проследить за ними взглядом; назвать транспорт, проезжающий мимо или стоящий на обочине дороги.
5. Глаза открыты. Выполнять частое-частое моргание глазами. Это упражнение способствует борьбе с хронической «сухостью» глаз.
6. Стоим или сидим спокойно. Вытягиваем руку. Фиксируем взгляд на кончике указательного пальца, удерживаем взгляд на приближаемом собственном пальце.
При таком способе кроме фиксации (имеет место координированная работа зрительного, двигательного анализаторов).

 **Тренажеры «Маршруты глаз»**

****

 для развития восприятия и зрительно-двигательной моторной координации.

**Методика профессора В.Ф. Базарного** применяется для коррекции зрения, профилактики близорукости.

1. Слежение глазами по заданной траектории;

2. Слежение глазами и обведение указательным пальцем или одноименными указательными пальцам и рук траектории движений.

Это схема зрительно двигательных проекций. На плакате изображены линии - «Маршруты» для глаз, каждое упражнение выполняется по 15 раз.

1. - Плавные движения глазами по горизонтали: влево, вправо.

2. - Плавные движения глазами по вертикали: вверх, вниз.

3. - Движения глазами по часовой стрелке на красном эллипсе.

4. - Движения глазами против часовой стрелки на эллипсе синем.

5. - Неотрывные движения глазами по двум эллипсам.

В первом случае дети стоят на массажных ковриках и по заданному мною направлению следят взглядом (следят одними глазами, не поворачивая головы). Во - втором варианте дети так же сто-ят на массажных ковриках, но по заданной траектории следят и глазками, и одновременно «обво-дят» её указательным пальцем. А затем, эту же траекторию, они «рисуют» на потолке, но с боль-шим размахом и с большей амплитудой движения. Данный тренажёр используется, чтобы снять у детей напряжение и психическую утомляемость, настроить на доброжелательность, чувство гар-монии и ритма, способствовать развитию зрительно-ручной координации.

 **Тренажер «Видеоазимут»**

****

**-**один небольшой для работы на столе, другой вывесить на доске - он используется для трениров-ки глаз на дальнем, но привычном для ребенка расстоянии с его места в группе. При работе мож-но использовать лазерную указку (для показа траектории движения глаз).Тренажер помогает снять зрительное утомление.

**Схема упражнений:**

**-**Обежать только взором, не двигая головой, **красный** прямоугольник

(4 движения полного цикла).

- Обежать взором **зеленый** прямоугольник.

- Обежать взором диагональ из угла в угол, поочередно каждую.

- Вертикаль и горизонталь в той же дозировке.

**Релаксация** – *для восстановления силы и снятия эмоционального возбуждения у детей, их успокоению проводится мышечная релаксация*.

 Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы, и закрывают глаза. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки.

 «Ресницы опускаются… Глаза закрываются…Мы спокойно отдыхаем… (2 раза)

 Сном волшебным засыпаем.…Наши глазки отдыхают, засыпают…(2 р)

 Шея не напряжена, а расслаблена она…Губы чуть приоткрываются…

 Так приятно расслабляются. (2 раза)

 Дышится легко, ровно, глубоко. Мы чудесно отдыхаем. Сном волшебным засыпаем…

 **Пальминг (автор: Уильям Бейтс «Улучшение зрения без очков»)**

 является разновидностью гимнастики для глаз и как раз помогает им отдохнуть. Дети растирают ладони до ощущения тепла. После этого ладони кладут на закрытые глаза таким образом, чтобы центр ладони пришелся как раз на глаз. Ладони – ключевая деталь пальминга. Держать ладони на глазах 2-3 минуты. В это время включить можно спокойную музыку или читать стихи.
1. Потереть ладони друг о дружку. Закрыть веки, затем закрыть глаза ладонями. «Смотреть» до упора вправо и влево, не открывая при этом глаза. Повторить упражнение 10-15 раз.
2. Точно так же, как в первом упражнении, «смотреть» с закрытыми веками, но на этот раз по диагонали, по правой и по левой. Упражнение повторить 10-15 раз.
3. Теперь «смотрим» вверх-вниз. Упражнение повторить 15-20 раз.
4. Веки закрыты, делать глазными яблоками круговые движения, сначала в одну, затем - в другую сторону. Упражнение повторить по 10-15 раз в каждую сторону.
5. Веки глаз закрыты. Сесть, расслабиться, потереть переносицу тыльной стороной ладони. Продолжительность упражнения - две - три минуты.
6. Веки глаз закрыты. Мягко «постучать» по бровям указательными, средними и безымянными пальцами обеих рук. Продолжительность упражнения - 1 -2 минуты. Все вышеперечисленные упражнения улучшают кровообращение глаз, тем самым, делая их здоровее и выносливее.

 **Ц в е т о т е р а п и я**

Упражнения восстанавливают активность зрительных клеток, активизируют кровообращение в глазах. Это упражнение способствует саморегуляции, т.к. фазы напряжения и расслабления зри-тельных клеток сбалансированы между собой естественным образом. На выполнение понадобится до 10 мин. Смысл упражнения заключается в погружении в цвета: красный, серый, синий.
**Упражнение «Цветовые пятна»**На зрительные ориентиры (цветные пятна) предлагается детям смотреть по очереди. Данные ориентиры могут быть представлены в разных моментах (игрушки, геометрические фигуры, флажки, метки на стенах):
**–красный** (стимулирует детей в работе, это сила внимания);
-**оранжевый** или **желтый** (соответствуют положительному рабочему настроению, это тепло, оптимизм, радость);
**-синий , голубой** или **зеленый** – действуют успокаивающе, это общение, надежда, вдохновение.

**Упражнение «Волшебное превращение»**

Упражнение способствует расслаблению глаз, дает полноценный отдых.
Внимательно всматриваемся в середину фигуры. Попытаемся сосредоточить свое внимание на цвете, при этом спокойно и глубоко дышим. Продолжаем пристально всматриваться в фигуру до тех пор, пока вокруг нее не появится светящаяся кромка. И когда эта кромка станет светиться яр-че, переведем взгляд на чистую белую страницу рядом и пристально посмотрим на нее. После каждого такого «цветного» упражнения необходимо сделать пальминг.

 **Профилактика утомления глаз-методика Ковалева В.А.**

1. **Массаж активных точек лица.**

Массаж точек на висках на линии от уголка глаза **снаружи до козелка на ушной раковине.**

Движения пальцами могут быть кругообразными или рисующими букву «с». Время -15 сек. Затем выполняются **потирание переносицы** достаточно близко к уголкам глаз, потом **под гла-зами** на линии крыльев носа и **надбровные дуги** снизу ближе к переносице.

**2. Тренажер «Флажок»** можно применить для тренировки аккомодации (аккомодация глаза — способность ясно видеть предметы, находящиеся на различных расстояниях от глаза). Дети следят за флажком, передвигая его от себя и к себе.

Какой цвет флажка использовать и когда? В понедельник используется **красный** цвет (дети ещё утомлены после выходных). Во вторник подойдет **желтый**, в среду - **зеленый**, затем **голубой** и **фиолетовый.**

**Упражнения для тренажера «Флажок»:**

**а) «Ромбик»** Медленно нарисовать в воздухе ромб. Делать 10-15 рисунков.

**б) «Восьмерка»** Медленно рисуется восьмерка, лежащая на боку.

**в) «Пила»** Рисовать зубцы пилы, четко прорабатывая углы внизу и вверху.

 **Физминутки для глаз**

**1. Всю неделю по – порядку, глазки делают зарядку. В понедельник, как проснутся, глазки солнцу улыбнутся. Вниз посмотрят на траву и обратно в высоту.**
Поднять глаза вверх; опустить их книзу, голова неподвижна; (снимает глазное напряжение).

**2. Во вторник часики глаза водят взгляд туда – сюда, ходят влево, ходят вправо , не устанут никогда.**
Повернуть глаза в правую сторону, а затем в левую, голова неподвижна; (снимает глазное напряжение).

**3. В среду в жмурки мы играем, крепко глазки закрываем. Раз, два, три, четыре, пять, будем глазки открывать. Жмуримся и открываем. Так игру мы продолжаем.**
Плотно закрыть глаза, досчитать да пяти и широко открыть глазки; (упражнение для снятия глазного напряжения).

**4. По четвергам мы смотрим вдаль, на это времени не жаль. Что вблизи и что вдали - глазки рассмотреть должны.**
Смотреть прямо перед собой, поставить палец на расстояние 25-30 см. от глаз, перевести взор на кончик пальца и смотреть на него, опустить руку. (Укрепляет мышцы глаз и совершенствует их координации).

**5. В пятницу мы не зевали -глаза по кругу побежали. Остановка и опять в другую сторону бежать.**
Поднять глаза вверх, вправо, вниз, влево и вверх; и обратно: влево, вниз, вправо и снова вверх;

 (совершенствует сложные движения глаз).

**6. Хоть в субботу выходной, мы не ленимся с тобой. Ищем взглядом уголки, чтобы бегали зрачки.**
Посмотреть взглядом в верхний правый угол, затем нижний левый; перевести взгляд в верхний левый угол

и нижний правый (совершенствует сложные движения глаз).

**7. В воскресенье будем спать, а потом пойдем гулять. Чтобы глазки закалялись - нужно воздухом дышать.**

Закрыть веки, массировать их с помощью круговых движений пальцев: верхнее веко от носа к наружному краю глаз, нижнее веко от наружного края к носу, затем наоборот (расслабляет мышцы и улучшает кровообращение).

**Просмотр стереограмм**

Какая польза для зрения от просмотра стереограмм?Польза в том, что зрение расфокусируется и при просмотре подряд 20-30 стереокартинок мышцы расслабляются. Во время интенсивной рабо-ты с глазами каждый час нужно отвлекаться и просматривать подряд 20-30 стереокартинок, чтобы расслабить мышцы глаз и не допустить перенапряжения, к примеру, во время работы за компью-тером для профилактики тем, у кого хорошее зрение, в таком режиме глаза к концу дня не устают. Нет боли и напряжения. Детям, к примеру, интереснее разглядывать стереокартинки, чем делать тот же самый пальминг.

 **Электронные физминутки для глаз**

[Гимнастика для глаз](http://el-mikheeva.ru/zdorovie/ozdorovitelnyie-metodiki-vosstanovleniya-detey-metodiki-profilaktiki-narusheniy-zreniya) полезна детям любого возраста в целях профилактики нарушений зрения.

На сегодняшний день специалистами по охране зрения разработаны различные профилактические упражнения и физминутки для глаз.

**4. Вывод**

Таким образом, систематическое проведение профилактических и оздоровительных упражнений для глаз способствует укреплению глазных мышц, снятию с них напряжения. Глаза получают возможность свободно двигаться. При ежедневном их выполнении глазные мышцы надолго сохраняют эластичность и гибкость. Упражнения для глаз активизируют их кровоснабжение и способствуют поступлению кислорода. Наблюдается заметное улучшение зрения. Активизируется и развивается зрительная система.

Предлагаемые зрительные упражнения для глаз, который при регулярном выполнении может стать хорошей тренировкой и профилактикой для сохранения зрения.

Ежедневно делайте вместе гимнастику глаз – превратите эту процедуру в увлекательную игру!

**5. Список литературы**

1. Аветисов Э. С., Ковалевский Е. И., Хватова А. В. Руководство по детской офтальмологии.
2. Нагаева Т. И. Нарушения зрения у дошкольников. Развитие пространственной ориентировки. — Москва, Феникс, 2010 г.
3. Мирянская Н, Синякина А. Основы Тифлопедагогики. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения, 2014 г.
4. Плаксина Л.И. Развитие зрительного восприятия у детей с нарушениями зрения. - М., 2005.