

Знайте!
Каждому из нас
нужна пара зорких глаз!



Детская гимнастика для глаз.

Цель: предупреждение нарастающего утомления, укрепление глазных мышц, снятие напряжения, коррекция зрения.



**Сядьте ровно, по порядку!
Глазки сделают зарядку!**





**Поиграем
мы немножко
и потрём свои
ладошки.**

**Сильно руки
растираем,
ими глазки
закрываем!**

**Раз, два, три,
четыре, пять!**

**Наши детки
будут спать!**





**Продолжаем мы
играть!**

**Будем головой
качать!**

**Вправо, прямо,
Влево, прямо!**

**И вперёд, потом
назад.**

**Вправо круг
И влево круг.**

**Ведь зарядке
каждый рад!**



**В поле бабочка порхала –
яркий мотылёк.**



**И легко перелетала
с цветочка на цветок.
Полетаем вместе с ней,
Последим глазами
Красоту родной природы
мы увидим сами!**







**Вертолёт с пропеллером в воздухе
завис! Детям развозил подарки.
Вверх и вниз вверх и вниз.**



**С рыбкой золотой играли,
от неё не отставали!**





**Фея из далёкой сказки
Приглашает поиграть.
Вместе с нею полетать.**







**Сколько в мире
разных красок!**

**Нам их все
не перечесть.
Посмотрите,
полюбуйтесь,
сколько разных
красок есть!**



**Мы старались,
упражнялись,
глазки наши занимались.
Снова сели по порядку.
Мы закончили зарядку**





**Подготовила:
Сафонова Татьяна
Юрьевна
г. Ейск**

2013 год

