

**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.**





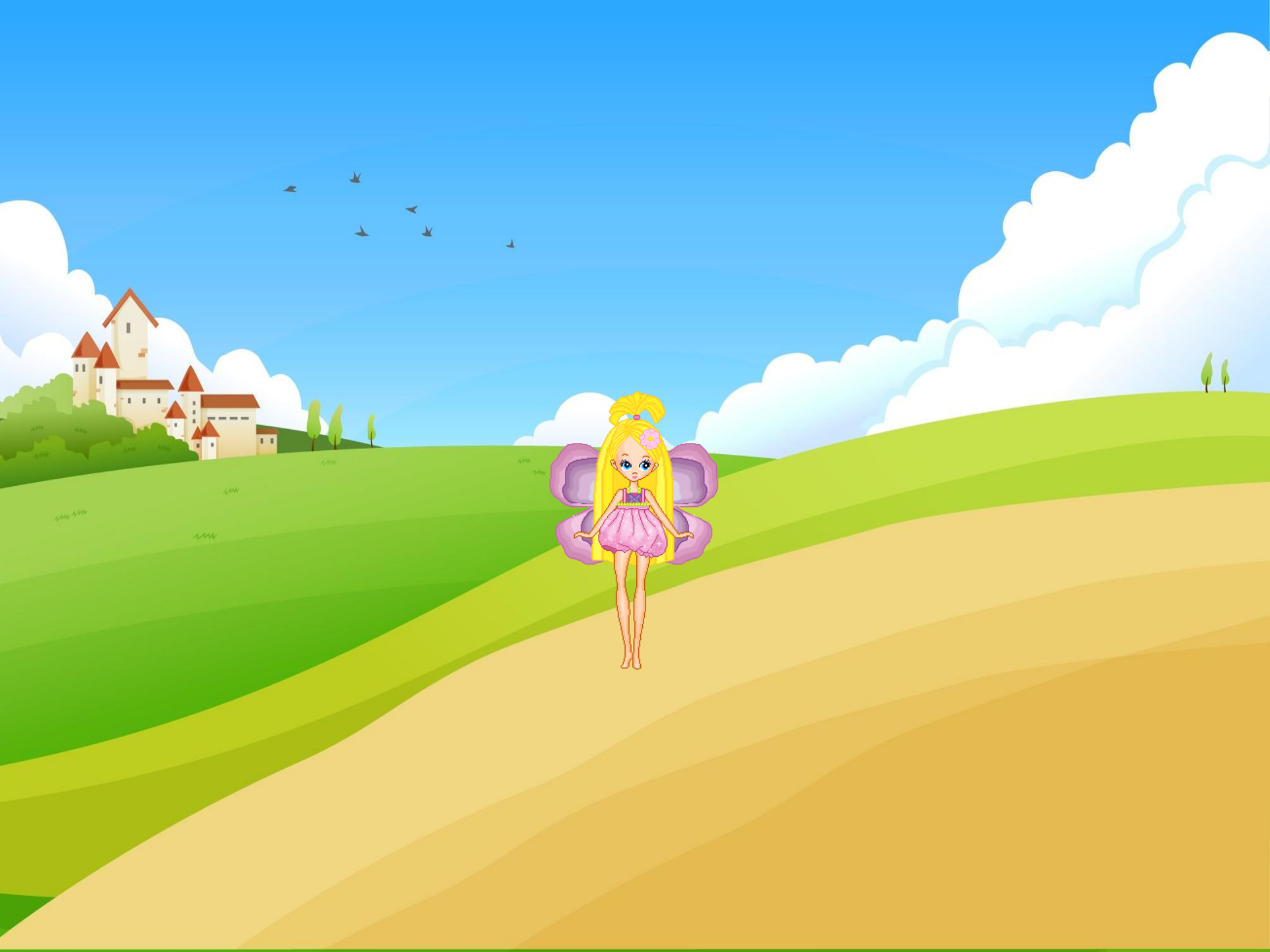
**С рыбкой золотой играли,  
от неё не отставали!**





**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**





