



# Гимнастик

# а

# для

# глаз

Следим за движениями стрекозы, бабочки – тренируем зрительные мышцы, снимаем напряжение и усталость зрительного аппарата.

автор:  
Кулакова М.А,  
учитель-логопед



Глазки солнцу улыбнутся,  
Вниз посмотрят на траву  
И обратно в высоту.



**Наши часики – глаза  
Водят взгляд туда – сюда,  
Ходят влево, ходят вправо,  
Не устанут никогда.**



**С солнцем в жмурки поиграем:  
Крепко глазки закрываем.  
1-2-3-4-5,  
Будем глазки открывать.  
Жмуримся и открываем,  
Так игру мы продолжаем.**



А теперь посмотрим вдаль,  
На это времени не жаль,  
Что вблизи и что вдали  
Глазки рассмотреть должны.



Теперь глаза по кругу побежали,  
Остановка, и опять  
В другую сторону бежать.



Ищем взглядом уголки,  
Чтобы бегали зрочки.





Спасибо,  
наши глазки  
отдохнули!