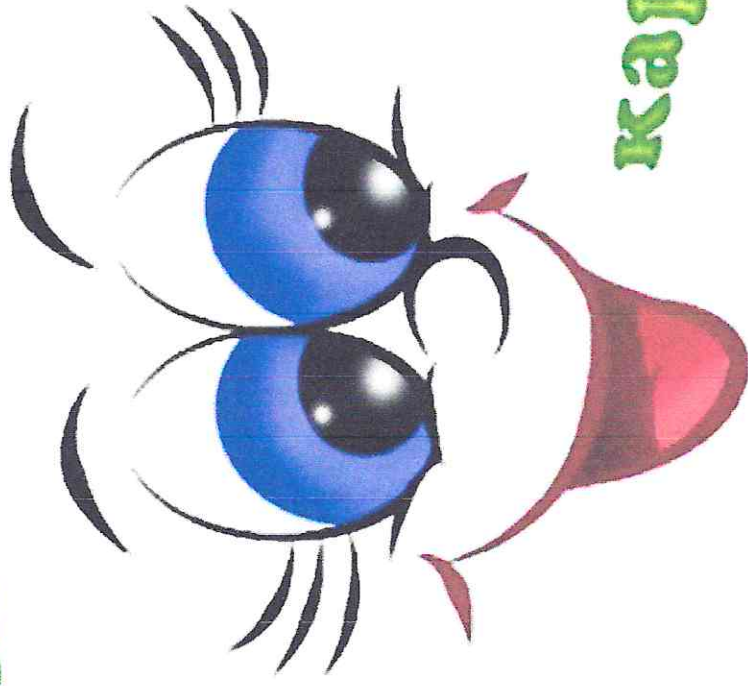


**Гимнастика для глаз**



**картотека**

# Послушные глазки

Закрываем мы глаза, вот какие чудеса.

*(закрывают оба глаза)*

Наши глазки отдыхают, упражнения выполняю.

*(продолжают стоять с закрытыми глазами)*

А теперь мы их откроем, через речку мост построим.

*(открывают глаза, взглядом рисуют мост.)*

Нарисуем букву О, получается легко.

*(глазами рисуют букву о)*

Вверх поднимем, глянем вниз,

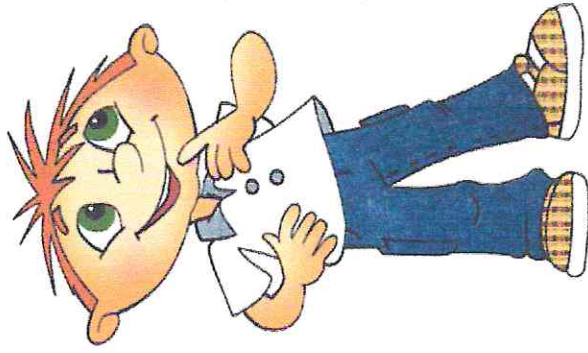
*(глаза поднимают вверх, опускают вниз)*

Вправо-влево повернем

*(глаза смотрят вправо-влево)*

Занимаясь вновь начнем.

*(глазами смотрят вверх, вниз)*





# Белка

Белка дятла поджидала,

(резко перемещаям Взгля  
выраво – влево)

Гостя вкучено угощала.

Ну-ка, дятел, посмотри!

(смотрим Вверх – Вниз)

Вот орехи – 1,2,3.

Пообедал дятел с белкой

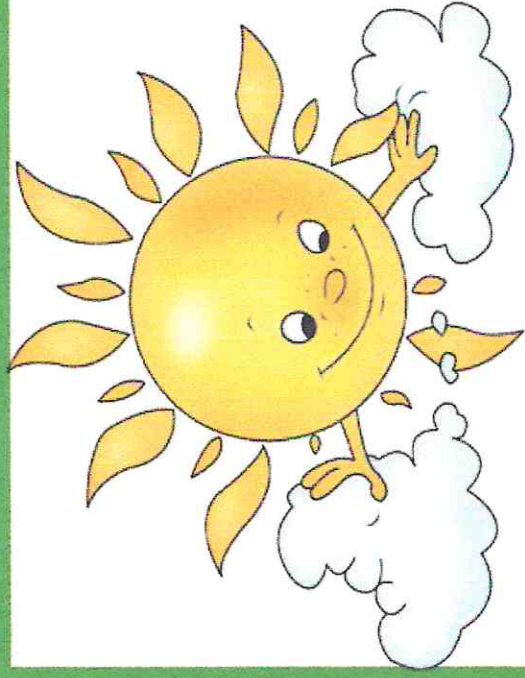
(моргаям глазками)

И пошел играть в горелки

(закрываюм глаза, гладам Век  
указательным пальцем)







# Лучик солнца

Лучик, лучик озорной,  
Поиграй-ка, ты, со мной.

(моргаю глазами)

Ну-ка, лучик, повернись,  
На глаза мне покажись.

(делаю круговые движения глазами)

Взгляд я влево отведу,

Лучик солнца я найду.

(омводамвзгляд влево)

Теперь вправо посмотрю,

Снова лучик я найду!





# Ветер

Ветер дует нам в лицо  
(часто моргаюм веками)

Закачалось дерево  
(поворачивая голову,  
смотрим влево – вправо)

Ветер тише, тише  
(медленно приседаюм,  
опуская глаза вниз)

Дерево все выше, выше.

(Встаюм и глаза поднимаюм вверх)







# Стрекоза

Вот такая стрекоза - как горошины глаза!

(пальцами делаем очки)

Влево-вправо, назад - вперед.

(глазами смотрим влево-вправо)

Ну совсем как вертолет.

(круговые движения глаз)

Мы летаем высоко,

(смотрим вверх)

Мы летаем низко.

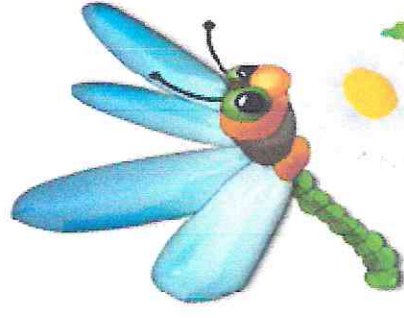
(смотрим вниз)

Мы летаем далеко.

(смотрим вперед)

Мы летаем близко

(смотрим вниз)





# Заяц

Вверх морковку подними,  
На нее ты посмотри.

(смотрим вверх)

Вниз морковку опусти

(смотрим вниз)

Только глазками смотри:  
Вверх-вниз, вправо-влево.

(глазами смотрят вверх – вниз, вправо – влево)

Ай да зайчика умелый!

Глазками моргает.

(моргают глазками)

Глазки закрывает,

(глазки закрывают)

Зайчики морковки взяли,

С ними весело плясали.

