**ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ**

**«Паучок»**

*Дети вытягивают перед собой паучка на палочке. Фиксируют взгляд на пауке и проговаривая слова, перемещают палочку вверх, вниз, вправо, влево, прослеживая движение взглядом. Закрывают глаза, опустив паучка вниз. Быстро моргают глазами:*

Пау-пау-паучок,

Паутиновый жучок.

Он на ветке сидел

Да на солнышко глядел.

Паутинку натянул,

Покачался и уснул.

Здравствуй, здравствуй

Солнышко,

Солнышко-веселнышко!

**ИГРЫ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ЗРЕНИЯ**

**«Комарик»**

*Дети вытягивают вперед правую руку, фокусируют взгляд на указательном пальце. «Рисуют» в воздухе восьмерки, круги, кривые линии и прослеживают их взглядом. Прикасаются пальцем к левой ладони «комар сел» хлопают правой ладонью по левой:*

Комарик летает,

Летает, летает,

Где сесть не знает!

Ж-ж-ж…

Хлоп!

**Упражнение 1**

1. Закрыть глаза. Отдых 10–15 секунд. Открыть глаза. Повторить 2–3 раза.

2. Движения глазными яблоками.

Глаза вправо – вверх.

Глаза влево – вверх.

Глаза вправо – вниз.

Глаза влево – вниз.

Повторить 3–4 раза. Глаза закрыть. Отдых 10–15 секунд.

3. Самомассаж. Потереть ладони. Закрыть глаза, положив ладони на глаза, пальцы вместе. Держать 1 секунду. Открыть глаза.

**Упражнение 2**

1. Закрыть глаза. Отдых 10–15 секунд. Открыть глаза. Повторить 2–3 раза.

2. Закрыть глаза. Выполнить круговые движения глазными яблоками с закрытыми глазами вправо и влево. Повторить 2–3 раза в каждую сторону.

3. Поморгать глазами. Повторить 5–6 раз.

**Упражнение 3**

1. Закрыть глаза. Отдых 10–15 секунд.

2. Закрывать и открывать глаза, крепко сжимая веки. Повторить 5–6 раз. Закрыть глаза, расслабить веки, 10–15 секунд.