**Зрительная гимнастика по теме «Насекомые».**

****

Спал цветок.                             (закрыть глаза, расслабиться, помассировать)

И вдруг проснулся,                 (поморгать глазами.)

Больше спать не захотел,       (руки поднять вверх (вдох), посмотреть на руки.)

Встрепенулся, потянулся,      (руки согнуты в стороны, выдох.)

Взвился вверх и полетел.       (потрясти кистями, посмотреть вправо-влево.)

****

Вот какая стрекоза – как горошины глаза      (траектория восьмерки).

Влево, вправо, верх, вперед                             (глазами смотрим по тексту).

Ну, совсем как вертолет                                   (по большому кругу).

Мы летаем высоко                                            (смотрим вверх).

Мы летаем низко                                              (смотрим вниз).

Мы летаем далеко                                            (смотрим по большому кругу).

Мы летаем близко                                            (смотрим по малому кругу).

Мы гимнастику для глаз

Выполняем каждый раз

Вправо, влево, кругом, вниз,

Повторить ты не ленись.

Укрепляем мышцы глаза.

Видеть лучше будем сразу.

****

|  |  |
| --- | --- |
| Пау - пау - паучокПаутиновый жучокОн на веточке сиделДа на солнышко глядел.Паутинку натянул, Покачался и уснул.Здравствуй, здравствуй, солнышко,Солнышко - веселнышко. | (дети вытягивают перед собой паучка на палочке)(фокусируют взгляд на пауке и,проговаривая слова, перемещаютпалочку вверх, вниз, вправо, влево,прослеживая движение взглядом)(закрывают глаза,)(опустив паучка вниз, быстро моргают глазами.) |

****

|  |  |
| --- | --- |
| Громко муха зажужжала,Над слоненком виться сталаМуха, муха полетелаИ на нос слоненку села.Снова муха полетела,И на ухо она села.Муха вверх, и муха вниз.Ну, Слоненок, берегись! | (Вытягивают вперед руку и описываютуказательным пальцем в воздухе круг,прослеживая движение глазами.)(Дотрагиваются пальцем до кончика носа,сфокусировать взгляд на кончике пальца.)( Дотрагиваются до уха, прослеживая движениепальца взглядом в пределах видимости, неповорачивая головы.)Резко перемещают взгляд вправо, влево,вверх, вниз, зафиксирован его на кончике пальца. |