*Приложение 2*

Гимнастика для глаз

1. «Филин»:
* Закрыть глаза и держать закрытыми на счет 1-4.
* Широко раскрыть глаза, посмотреть вдаль и держать открытыми на счет 1-6. Упражнение повторить 4-5 раз.

2. «Метелки»: выполнять частое моргание без напряжения глаз до 10-15 раз. Упражнение можно сопровождать проговариванием текста: вы, метелки, усталость сметите, глазки нам хорошо освежите.

Упражнение повторить 4-5 раз.

3. Следим глазками за зеленой точкой (кружочком, шариком в руках взрослого).