**«Кошка»**

Вот окошко распахнулось, *(Разводят руки в стороны.)*

Кошка вышла на карниз. *(Имитируют мягкую, грациозную походку кошки.)*

Посмотрела кошка вверх. *(Смотрят вверх.)*

Посмотрела кошка вниз. *(Смотрят вниз.)*

Вот налево повернулась. *(Смотрят влево.)*

Проводила взглядом мух. *(Взглядом проводят «муху» от левого плеча к правому.)*

Потянулась, улыбнулась И уселась на карниз. *(Дети приседают.)*

Глаза вправо отвела,

Посмотрела на кота. *(Смотрят прямо.)*

И закрыла их в мурчаньи. *(Закрывают глаза руками.)*

**«Качели»**

Есть качели на лугу:

Вверх-вниз, вверх-вниз *(посмотреть глазами вверх, вниз)*

Я качаться побегу

Вверх-вниз, вверх-вниз *(посмотреть вверх, вниз)*

**«Кот»**

Кот на солнышке сидит,

Глаз закрыт, другой закрыт

*(закрыть по очереди оба глаза)*

Кот играет в «Жмурки»

*(крепко зажмуриться)*

— С кем играешь, Васенька?

— Мяу, с солнцем красненьким!

*(открыть оба глаза)*

**«Лучик»**

Лучик, лучик озорной,

Поиграй-ка ты со мной. *(Моргают глазками.)*

Ну-ка лучик, повернись,

На глаза мне покажись. *(Делают круговые движения глазами.)*

Взгляд я влево отведу,

Лучик солнца я найду. *(Отводят взгляд влево.)*

Теперь вправо посмотрю,

Снова лучик я найду. *(Отводят взгляд вправо.)*

**«Отдыхалочка»**

Мы играли, рисовали (выполняется действия, о которых идет речь)

Наши глазки так устали

Мы дадим им отдохнуть,

Их закроем на чуть — чуть.

А теперь их открываем

И немного поморгаем.

**«Белка»**

Белка дятла поджидала, *(Резко перемещают взгляд вправо- влево.)*

Гостя вкусно угощала.

Ну-ка дятел посмотри! *(Смотрят вверх-вниз.)*

Вот орехи — раз, два, три.

Пообедал дятел с белкой *(Моргают глазками.)*

И пошел играть в горелки. *(Закрывают глаза, гладят веки указательным пальцем).*

**«Заяц»**

Вверх морковку подними, на нее ты посмотри.

*(Смотрят вверх.)*

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

*(Глазами смотрят вверх-вниз, вправо-влево.)*

Ай-да заинька, умелый! Глазками моргает.

*(Моргают глазками.)*

Глазки закрывает. *(Глазки закрывают.)*

Зайчики морковки взяли, с ними весело плясали.

*(Прыгаем, как зайчики)*

**«Теремок»**

Терем- терем - теремок!*(Движение глазами вправо- влево.)*

Он не низок, не высок, *(Движение глазами вверх- вниз.)*

Наверху петух сидит,

Кукареку он кричит. *(Моргают глазами.)*

**«Дождик»**

Капля первая упала - кап! *(сверху пальцем показывают траекторию ее движения)*

И вторая пробежала - кап!

Мы на небо посмотрели, (то же самое)

Капельки кап - кап запели,

Намочились лица.

Мы их вытирали. (вытирают лицо руками)

Туфли - посмотрите - (показывают вниз и смотрят)

Мокрыми стали.

Плечами дружно поведем (движения плечами)

И все капельки стряхнем.

От дождя убежим.

Под кусточком посидим. (приседают)

**«Ах, как долго мы писали»**

Ах, как долго мы писали *(Поморгать глазами.)*

Глазки у ребят устали.

Посмотрите все в окно *( Посмотреть влево – вправо.)*

Ах, как солнце высоко (*Посмотреть вверх.)*

Мы глаза сейчас закроем *(Закрыть глаза ладошками.)*

В классе радугу построим  *(Посмотреть по дуге вверх )*

Вверх по радуге пойдем *(Вправо и вверх – влево.)*

Вправо, влево повернём *( Поворачиваем вправо, влево)*

А потом скатимся вниз (*Посмотреть вниз.)*

Жмурься сильно, но держись. *(Зажмурить глаза, открыть и*

*поморгать ими.)*

**«Моргание»**

Задачи: активизировать глазодвигательные функции.

Показать ребёнку бабочку и предложить поморгать как «бабочка крыльями машет».

МАОУ «Велижанская СОШ»

отделение дошкольного образования

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГЛАЗ

в стихах

