

Белка



Белка дятла поджидала,
Гостя вкусно угощала.

(Смотрим вправо-влево)



Ну-ка дятел посмотри!
Вот орехи-1,2,3.



(Смотрим вверх-вниз)

Пообедал дятел с белкой (моргаем)
И пошёл играть в горелки.



(Закрываем глаза, гладим веки
пальчиками: можно только
указательным, а можно двумя, тремя
или четырьмя сложенными вместе
пальцами)

Глазки



Закрываем мы глаза,
Вот какие чудеса.
Наши глазки отдыхают,
Упражнения выполняют.



(Весь абзац стоим с закрытыми глазками)

А теперь мы их откроем,
Через речку мост построим.

(Открываем глаза, взглядом рисуем мост — проводим
взглядом по большой дуге)

Нарисуем букву «О» —
Получается легко.

(Глазами рисуем букву «О»)

Вверх поднимем, глянем вниз.
Вправо, влево повернём.

(Смотрим вверх-вниз, вправо-влево)

Заниматься вновь начнём.

(Активно моргаем)



Ёлка



Вот стоит большая ёлка,
Вот такой высоты.
(Смотрим вверх-вниз)
У неё большие ветки.
Вот такой ширины.
(Смотрим вправо-влево)



Есть на ёлке даже шишки,
(Смотрим вверх)
А внизу — берлога мишки.
(Моргаем)
Зиму спит там косолапый
И сосёт в берлоге лапу.



(Закрываем глаза руками. Стоим
с закрытыми 10 секунд)



Кошка



Вот окоско распахнулось.
(Разводим руки в стороны)
Кошка вышла на карниз.

(Имитируют походку кошки)

Посмотрела кошкa вверх. (Смотрим вверх)
Посмотрела кошкa вниз. (Смотрим вниз)
Вот налево повернулась. (Смотрим влево)
Проводила взглядом мух



(Взглядом проводим «муху» от левого плеча к
правому)



Потянулась, улыбнулась
И уселась на карниз.

(Потягиваемся, улыбаемся, приседаем, поднимаемся)

Глаза вправо отвела, (Смотрим вправо)
Посмотрела на кота. (Смотрим прямо)
И закрыла ланкой их



(Закрываем глаза руками. Стоим с закрытыми
глазками 10 секунд)

Лучик солнца



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

(Моргаем глазками)

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

(Делаем круговые движения
глазами по часовой стрелке и
против)



Взгляд я влево отведу,
Лучик солнца я найду.
(Смотрим влево)

Теперь вправо посмотрю,
Снова лучик я найду.
(Смотрим вправо)





Буратино



Буратино потянулся.

(Встаём на носочки,
поднимаем руки и смотрим
на кончики пальцев)

Вправо-влево повернулся.
Вверх-вниз посмотрел
И на место тихо сел.



(Не поворачивая головы,
смотрим вправо-влево,
вверх-вниз)



Заяц



Вверх морковку подними,
На неё ты посмотри. (смотрим вверх)
Только глазками смотри:
Вверх-вниз, вправо-влево.

(Медленно переводим взгляд вверх-вниз,
вправо-влево)



Ай-да, зайнычка, умелый!
Глазками моргает. (моргаем)
Глазки закрывает.



(Стоим с закрытыми глазками и
отсчитываем 10 секунд)



Зайчики морковки взяли,
С ними весело плясали.

(Прыгаем, как зайчики)

