

Упражнения для глаз для детей в стихах

Упражнения для глаз для детей №1

Раз -налево, два — направо,

Три -наверх, четыре — вниз.

А теперь по кругу смотрим,

Чтобы лучше видеть мир.

Взгляд направим ближе, дальше,

Тренируя мышцу глаз.

Видеть скоро будем лучше,

Убедитесь вы сейчас!

А теперь нажмем немного

Точки возле своих глаз.

Сил дадим им много-много,

Чтоб усилить в тыщу раз!

Упражнения для глаз для детей, стихи для упражнений для глаз

Упражнения для глаз для детей №2

Мы гимнастику для глаз

Выполняем каждый раз.

Вправо, влево, кругом, вниз,

Повторить ты не ленись.

Укрепляем мышцы глаза.

Видеть лучше будем сразу.

Упражнения для глаз для детей, стихи для упражнений для глаз

Гимнастика для глаз для детей: упражнение №3

Гимнастика для глаз для детей: упражнение в стихах Автобус

Мы в автобусе сидим,
Во все стороны глядим.
Глядим назад, глядим вперед,
А автобус не везет.
Внизу речка — глубоко,
Вверху птички — высоко.
Щётки по стеклу шуршат
Все капельки смести хотят.
Колёса закружились
Вперёд мы покатались.

Упражнения для глаз для детей, стихи для упражнений для глаз № 4

Упражнения для глаз для детей: Сова

В лесу темно.
Все спят давно.
Только совушка-сова,
большая голова,
На суку сидит,
во все стороны глядит.
Вправо, влево, вверх и вниз,
Звери, птицы, эх, держись!
осмотрела все кругом —
за добычею бегом!

Упражнения для глаз для детей, стихи для упражнений для глаз № 5

Гимнастика для глаз для детей: упражнение Часы

Тик-так, тик-так

Все часы идут вот так: тик-так, тик-так,

Налево раз, направо раз,

Мы тоже можем так,

Тик-так, тик-так.

Упражнения для глаз для детей, стихи для упражнений для глаз № 6

Мы ладонь к глазам приставим,

Ноги крепкие расставим.

Поворачиваясь вправо,

Оглядимся величаво.

И налево надо тоже

Поглядеть из-под ладошек.

И — направо! И еще

Через левое плечо!