|  |
| --- |
| **Гимнастика для глаз «Веселая неделька»**  Комплекс гимнастики для глаз “Весёлая неделька”  ПКо Комплекс поможет не только запомнить дни недели, но и способствуют профилактике глазных заболеваний  - Всю неделю по - порядку,  Глазки делают зарядку.  - В понедельник, как проснутся,  Глазки солнцу улыбнутся,  Вниз посмотрят на траву,  И обратно в высоту.  - Во вторник часики глаза,  Водят взгляд туда – сюда,  Ходят влево, ходят вправо  Не устанут никогда.  - В среду в жмурки мы играем,  Крепко глазки закрываем.  Раз, два, три, четыре, пять,  Будем глазки открывать.  Жмуримся и открываем  Так игру мы продолжаем.  - По четвергам мы смотрим вдаль,  На это времени не жаль,  Что вблизи и что вдали  Глазки рассмотреть должны.  - В пятницу мы не зевали  Глаза по кругу побежали.  Остановка, и опять  В другую сторону бежать.  - Хоть в субботу выходной,  Мы не ленимся с тобой.  Ищем взглядом уголки,  Чтобы бегали зрачки.  - В воскресенье будем спать,  А потом пойдём гулять,  Чтобы глазки закалялись  Нужно воздухом дышать.  - Без гимнастики, друзья,  Нашим глазкам жить нельзя! |

Автор репортажа: Папулова Алена Юрьевна, инструктор по физической культуре