

Гимнастика для глаз

Цель: Развивать прослеживающую функцию глаз.

Задачи:

- способствовать оздоровительному эффекту в процессе использования предлагаемых упражнений;
- предупредить нарастающее утомление глаз у дошкольников;
- укрепить глазные мышцы;
- снятие напряжения;
- осуществлять профилактику нарушений зрения.

Гимнастика для глаз осуществляется:

- с применением предметов (кубик с картинками – заданиями, кубик с цифрами от 1 до 6);
- с использованием специальных комплексов, полей с линиями и геометрическими фигурами, по которым детки будут "пробегать" глазами, а также следовать за указкой педагога;

Описание:

Вариант 1. Детям предлагается проследить глазами за указкой педагога по цветной дорожке.

Вариант 2. Дети по очереди кидают кубик с цифрами, и следят глазами за той линией, номер которой выпал на кубике.

Вариант 3. Дети по очереди кидают кубик со схематическим изображением задания и выполняют то задание, которое выпало на кубике («*посмотри в окно*», «*посмотри на соседа*», «*посмотри на потолок*», «*посмотри вправо, влево, вниз*»).

