

# Зрительная гимнастика

*OUTDOOR PROGRAMM*

*Тренировка зрения на  
открытом  
пространстве*

*(Уличная гимнастика для глаз)*

# Тренировка зрения (гимнастика для глаз)

## на открытом пространстве:

- *Адаптирована к естественным, биологическим функциям зрительного аппарата, т.е. предполагает зрительную гимнастику или визуально-игровую тренировку на открытом воздухе: на улице, на пешеходной мостовой, в парке, общественном транспорте, городском квартале, за городом и т.д.*
- *Не требует каких либо вспомогательных инструментов (тест-таблицы, визио-метки и т.п.);*
- *Расширяет функциональные возможности зрения, снижает зрительное утомление, улучшает основные характеристики визуализации окружающих предметов, не требует оптической коррекции;*
- *Гимнастика для глаз или визуально-игровая зрительная тренировка не имеет ограничений, эффективна, проста и доступна как для взрослых, так и детей.*































