



Зарядка для глаз

## Зарядка «Тише, тише»



Работу выполнила  
воспитатель  
МБДОУ «Ивушка»  
Гущина Ю.В.

2013 г

# Как на горке снег, снег



**Поднять обе руки вверх и посмотреть  
на кончики пальцев.**

# Как под горкой снег, снег



**Опустить обе руки вниз и посмотреть  
на кончики пальцев.**

**А под снегом спит медведь**



**Руки сложить под щеку и  
закрывать глазки**

**Тише, тише не шуметь!**



**Глаза открыть, приложить  
указательный палец ко рту «Тсс!»**