

Гимнастика — один из самых древних и, одновременно, эффективных способов поддержания здоровья и сохранения хорошей физической формы...

Зрительная гимнастика — это часть коррекционно-воспитательной работы с детьми. Состоянием глазных мышц во многом определяется зрительная работоспособность. Поэтому зрительная гимнастика эффективно влияет на состояние органа зрения, в случае её регулярного проведения.

