**Гимнастика для улучшения слуха.**

Работа над улучшением зрения положительно сказывается и на слухе. И, в свою очередь, работа над улучшением слуха оказывает плодотворное воздействие на органы зрения. Вот несколько упражнений для развития слуха:

**1.** Пригибаем верхнюю часть уха вниз. Разгибаем, пригибаем, словно бы раскатывая и скатывая ушко. Ушки должны стать тёплыми.

**2.** Найдите ямочку возле козелка. Нажали на ямочки сразу обеих ушек – отпустили, нажали, отпустили.

**3.** Нажали пальчиками на мочки, помассировали, отпустили.

**4.** Массируем круговыми движениями всё ухо в одну сторону, в другую. Массировать нужно сразу оба уха.

**5.** Начинаем дёргать себя за ушки – сначала 20 раз вниз, а потом берёмся за серединку и дёргаем тоже 20 раз.

**6.** Снова возьмитесь за мочку уха и хорошенько её помассируйте.

**7.** Потяните ушки в сторону – снова 20 раз.

**8.** теперь выгибаем их вперёд, а затем в обратную сторону (20 раз).