

# Физкультминутки на уроках иностранного языка в младших классах



# Физминутка

Ряд физических упражнений,  
направленных на предотвращение  
уставания и релаксацию организма

Физкультминутки могут включать в себя не только  
физические упражнения, но и игры, «*этюды для души*» –  
аутотренинги.

## ▣ *Виды физкультминуток:*

- ▣ упражнения для снятия общего или локального утомления;
- ▣ упражнения для кистей рук;
- ▣ гимнастика для глаз;
- ▣ гимнастика для улучшения слуха;
- ▣ упражнения для профилактики плоскостопия;
- ▣ упражнения, корректирующие осанку;
- ▣ дыхательная гимнастика.



# Up'n down, up'n down.



# Which is the way to London town?



# Where? Where?



# Up in the air?



**Close your eyes -  
And you are there!**

