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!