

Морская
физминутк
а
для глаз



Правила выполнения физминутки

- Перед началом упражнений прикройте глаза ладонями, почувствуйте тепло рук. Откройте глаза, расслабьтесь
- Сядьте прямо, держите голову ровно
- За движущимися предметами на слайде следите только глазами
- При мерцании огня на маяке часто моргайте
- По завершении физминутки опять прикройте глазки ладонями, закройте глаза на несколько секунд, затем откройте
- Вот вы и отдохнули!



Интернет ресурсы

- http://images.all-free-download.com/images/graphiclarge/water_drops_clip_art_31710.jpg
- http://img-fotki.yandex.ru/get/5605/99542261.28/0_a01ee_8b47f94d_XL
- <http://fotki.yandex.ru/users/svetlera/album/124413/?&p=2>
- http://kira-scrap.ru/dir/more/pesok_kamni_korjagi/310
- http://kira-scrap.ru/dir/more/morskoy_dekor/27-4-2
- <http://mp3prima.net/mp3poisk/%D0%B4%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D0%BC%D0%BE%D1%80%D0%B5>