

# Физкультминутка для глаз

*Автор: учитель технологии*

***Черепанова Нина Викторовна***

*МОУ «Ужурская СОШ №6»*

*Красноярского края*

Черепанова Нина  
Викторовна Ужур

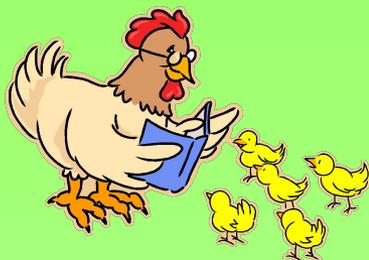
# Аннотация к ресурсу

При подготовке данного ресурса использовалась методика предложенная на сайте

<http://www.see.active.by/methods/fizkultminutka.html>

составленная по материалам офтальмолога В. Ф. Базарного — специальный комплекс из пяти простейших упражнений, получивший название «Физкультминутка для глаз».

Техника взята авторами сайта из книги В.П. Бирана «Великое счастье — хорошо видеть».



# ИНСТРУКЦИЯ

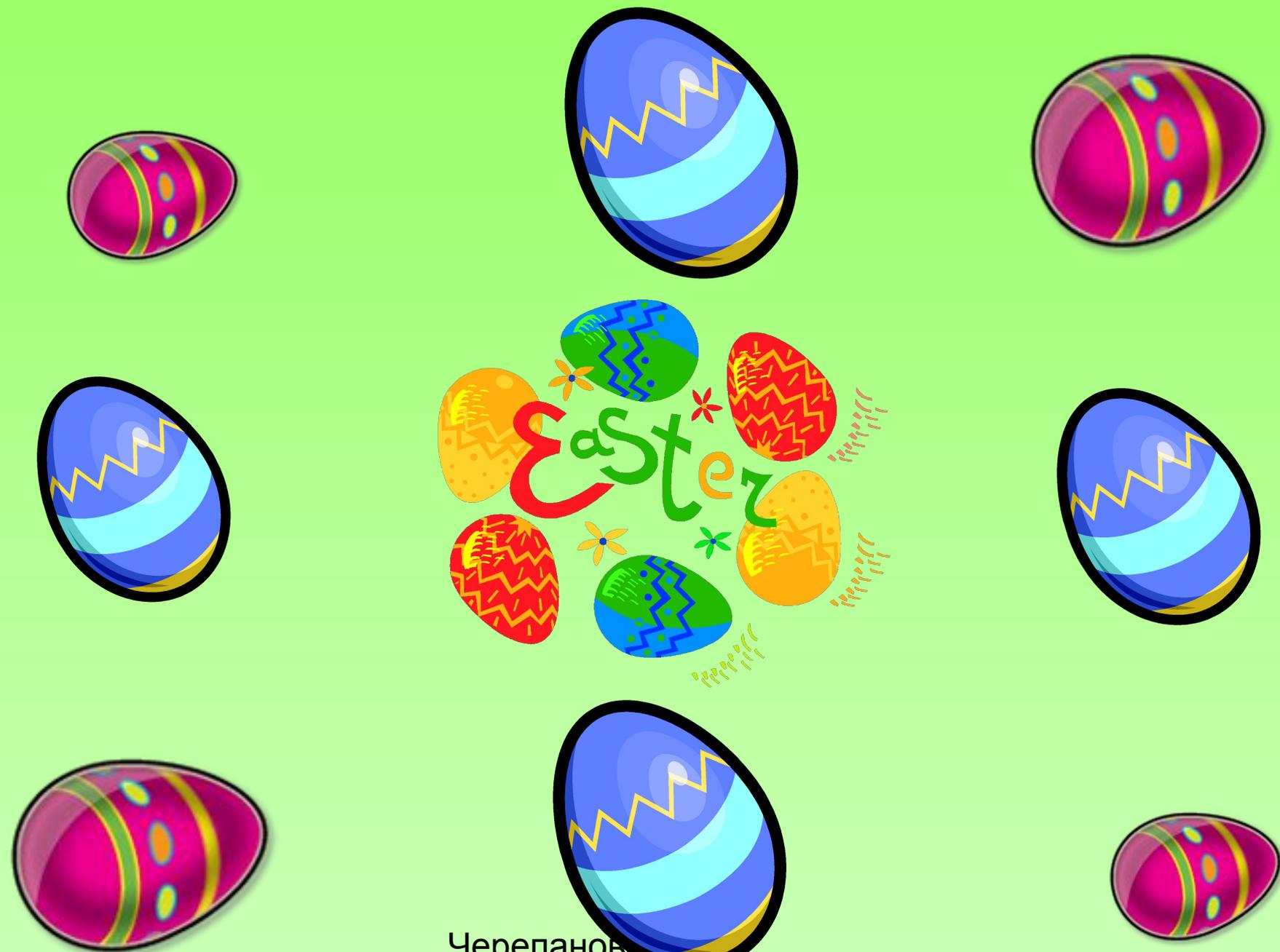
**ВСЕ ОЧЕНЬ ПРОСТО!**

**Следи за движением  
фигур на экране!**

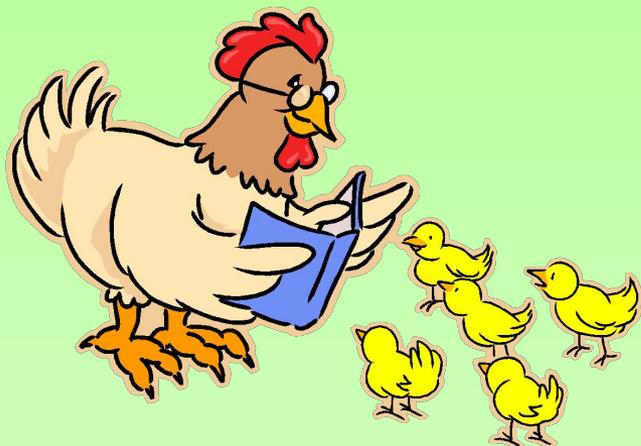
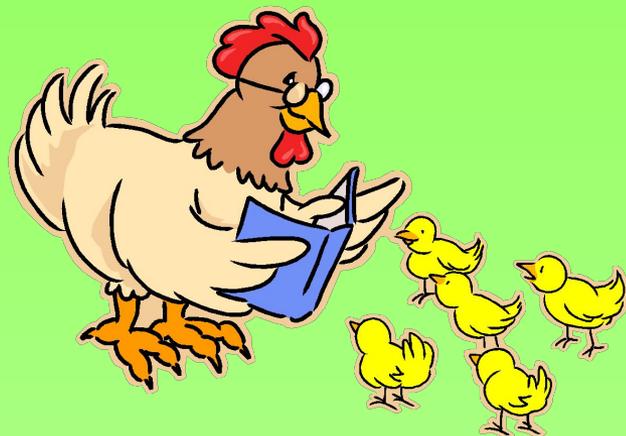
**ВНИМАНИЕ!**

**НАЧАЛИ!**

Черепанова Нина  
Викторовна Ужур



Черепанова  
Викторвна Ужур



Черепанова Нина  
Викторовна Ужур



**СПАСИБО!**

Черепанова Нина  
Викторовна Ужур