

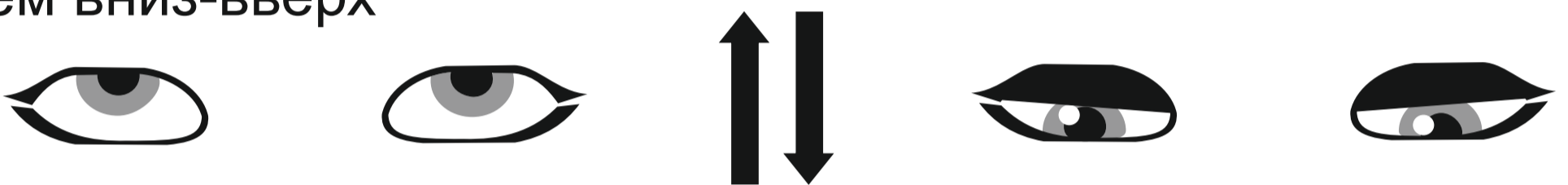
# ФИЗКУЛЬТМИНУТКА ДЛЯ ГЛАЗ

---

Колебательное движение глазами по горизонтали справа-налево, затем слева-направо



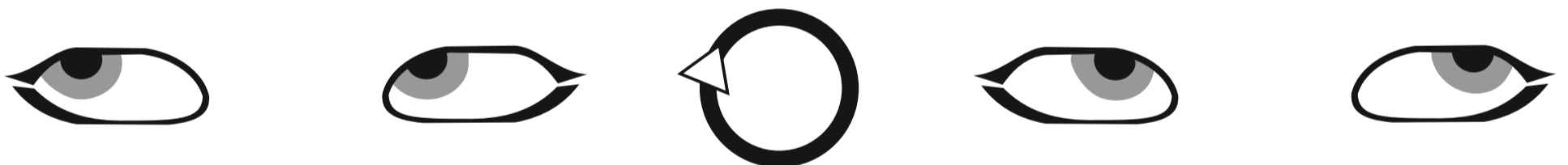
Колебательное движение глазами по вертикали вверх-вниз, затем вниз-вверх



Интенсивное сжимания и разжимания век в быстром темпе



Круговые вращательные движения глазами слева-направо, затем справа-налево



Круговые вращательные движения глазами вначале в правую сторону, затем в левую, как бы вычерчивая лежащую на боку цифру 8



Частые моргания глазами, без усилий и напряжения

