

Задание 1.5 ИСР

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГЛАЗ

1. Крепко зажмуриться на пару секунд.



2. Провести глазами вверх-вниз, влево-вправо.



3. Сделать глазами круговые движения.



4. Провести глазами диагонали.



5. Провести глазами треугольник.



6. Провести глазами бесконечность.



7. Переводить взгляд с ближнего предмета вдаль.



8. Сделать пальминг.

