**PASOS A SEGUIR:**

1. **Introducimos la siguiente dirección web en internet:** <http://www.disanedu.com/index.php/velocidad-lectora/entrenamiento-musculo-ocular>
2. **En la página encontraremos cuatro casillas llamadas: velocidad, forma, dibujo y mi selección. En las casillas marcaremos:**

**-Velocidad:** lenta

**-Forma:** a elegir por Valentín

**-Dibujo:** a elegir por Valentín

**-Mi selección:** no hace falta hacer nada



1. **Le damos a la flecha verde situada en la esquina inferior derecha.**
2. **El ejercicio lo hará con una mano delante y otra detrás (frontal-occipital).**



1. **Se harán:**

**2 veces**-----velocidad **lenta**

**2 veces**-----velocidad **media**