

Музыкальный театр «Фортуна»

Предлагает вашему вниманию, отправится
на берег моря и погрузиться в
«Волшебный сон».

ПДО Беляева Л.С.

Релаксация

это расслабление или снижение тонуса после напряженной умственной деятельности. Цель проведения релаксации – снять напряжение, дать детям небольшой отдых, вызвать положительные эмоции, хорошее настроение, что ведет к улучшению усвоения материала.



«Вы сейчас погрузитесь в волшебный сон. Пусть каждому
присниться хороший добрый сон»

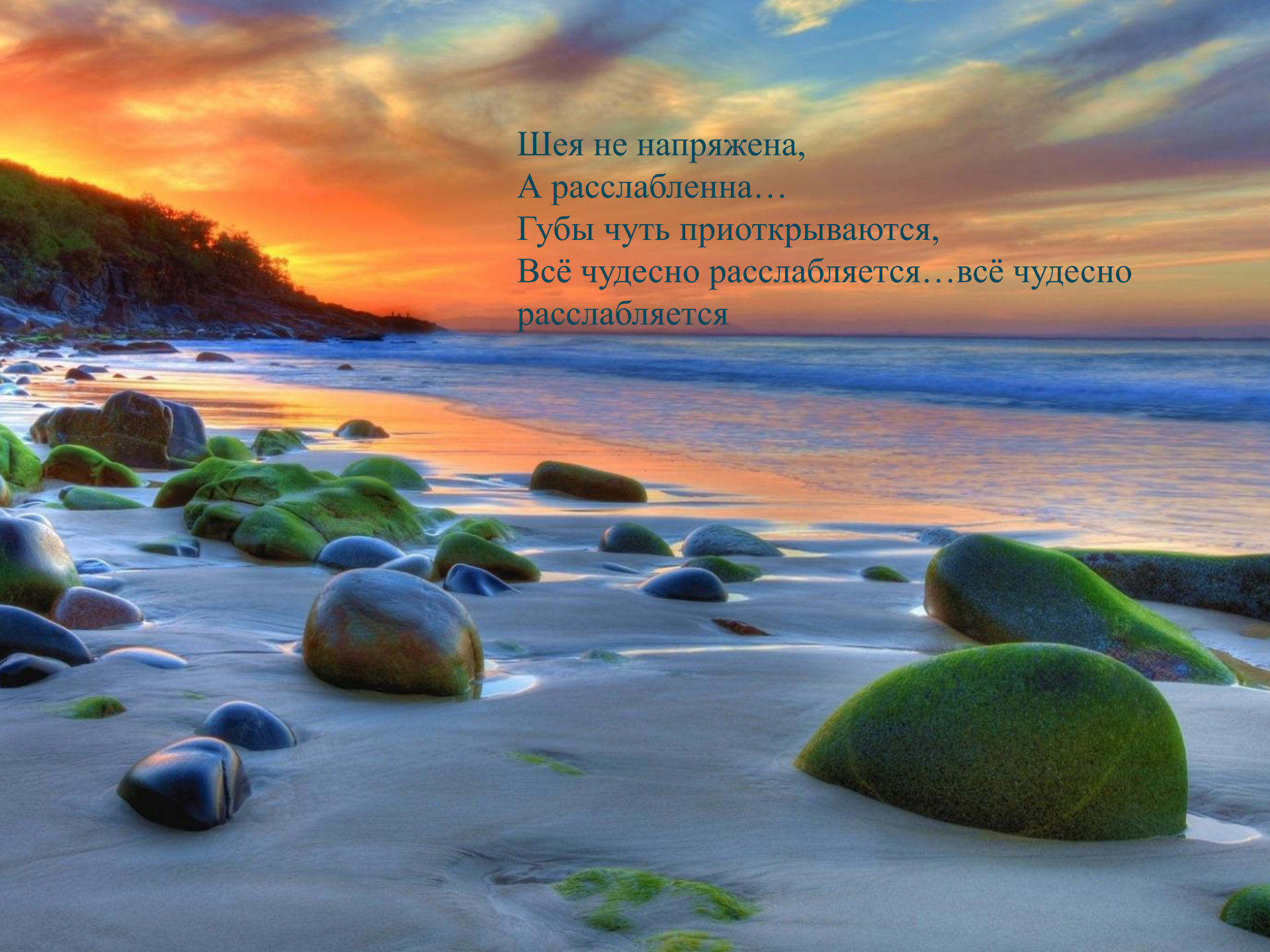


Ресницы опускаются... Глаза закрываются... Мы спокойно отдыхаем, мы спокойно отдыхаем. Сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно, глубоко...



Наши руки отдыхают... Ноги тоже отдыхают...
Отдыхают засыпают, отдыхают засыпают...



A serene sunset scene over a rocky beach. The sky is filled with vibrant orange, yellow, and blue hues, with soft clouds catching the light. The sun is low on the horizon, casting a warm glow over the water and the shore. The beach is covered with numerous smooth, rounded rocks of various sizes, many of which are covered in bright green moss. The waves are gentle, lapping at the shore, and the overall atmosphere is peaceful and relaxing.

Шея не напряжена,
А расслабленна...
Губы чуть приоткрываются,
Всё чудесно расслабляется... всё чудесно
расслабляется







Спасибо за внимание!