



**Презентация
«Игры медитации»
Воспитатель : Зиновьева
. Т.С**



«Жизнь леса»

Представь себя в лесу ранним утром: видишь солнышко, просыпающиеся лесные обитатели, улыбающиеся ему и качающей своей листвой, среди деревьев и травинки. Постарайся входить в образ: солнышко, деревья, цветы, трава, лесные жители.

"Бабочка"

и.и.и: пом. сошутъ и максимаьно развѣ-
дитъ, подорожа едугиетъ, кисти рук еможен-
но в' змок, обжаидъданоу елугиетъ, поди-
идая петики к улугиетъ.

Пом. сошутъ в колеек, евериданоу рчи-
ликов, прижидидиде покандидидиди:
редѣнок едараидея полокшиъ бедра
на пол, он может седе предиди-
видъ бабочкою, едугиетъ на ижеид-
не.





«Плыви море»
~ ~ ~ ~ ~

Представляю себе в образе мор-
ских раков, коньков, морских
звезд, медуз, губок, которые
плавают в морской воде сре-
ду остальных существ



Горы

Средствалишь себя моби-
мой пилкой, которая
карману своё лёгкий
полёт среди белых об-
лаков.