

























# РЕЛАКСАЦИЯ

## РОЖДЕНИЕ ЦВЕТКА

Закройте глаза и представьте себя  
маленьким цветочком. Солнышко  
согревает вас и помогает расти.

Лепесточки цветка раскрываются. Наши  
руки тянутся к солнцу. Раз, два, три...  
откроем глазки, потянемся, встряхнем  
ладошками. Вдохнем цветочный запах и  
улыбнемся. Вот какая красивая цветочная  
поляна у нас получилась.