**Релаксационные упражнения с детьми младшей группы**

**Цель:** Научить детей произвольно расслаблять мышцы, эмоционально успокаиваться, чтобы настроиться на предстоящую работу, а также снимать эмоциональное напряжение.

Все упражнения: «Порхание бабочек», «Волшебный сон», «Сказочный шарик», «Медведь спит» помогали детям расслабиться, дышать легко и спокойно, научили в определённой ситуации развивать воображение, имитировать движения.















