**МЕДИТАЦІЯ ПІД МУЗИКУ**

Важлива умова для цього виду роботи – урівноважений, спокійний емоційний стан дитини та дорослого, затишна атмосфера. Дитині для ліпшої концентрації можна запропонувати лягти, заплющити очі. Під час звучання спокійної або радісної музики можна розповісти невеличку казочку. Приємна казкова атмосфера допоможе вашій дитині розслабитися, та відчути себе персонажем казки.

***Наприклад казочка може бути ось такаю.***

***Жило собі - було собі яскраве, веселе сонечко.***

***От коли воно прокидалось , то завжди торкалось своїми ніжними промінчиками спочатку верхівок дерев і промовляло: - Доброго ранку, я веселе сонечко, я прокинулося! І дерева йому відповідали: - Ш –ш - ш привіт, сонечко, ми зову раді з тобою зустрітися.***

***А пташечки теж віталися тільки по - своєму :***

***- Цвірінь, тьох - тьох , – скре –ке-ке. Цвінь - цірінь, привіт сонечко!***

***Потім сонечко торкалось своїми промінчиками кущики і зайчика, який під ними тихенько спав. -Доброго ранку зайчику! Пора вставати, в тебе справ сьогодні багато!***

***- Дякую сонечко, що збудило мене, я такий радий.***

***Далі сонечко торкалось травички і квіточок. А там цілим оркестром всі відповідали: і бджілки, і комашки, і духмяні квіточки всі, всі були раді веселому яскравому сонечку.***

***Та потрібно сказати, що сонечко дуже любило співати з усіма веселу пісню.***

***- Я сонечко, я сонечко по небу я гуляю, Усім бажаю я добра***

***І пісню я співаю.***

***Мої яскраві промінці дають тепло і ласку.***

***Хай радісно цей день пройде, неначе добра казка.***