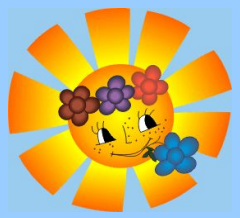
Волшебный сон



Реснички опускаются…
Глазки закрываются…
Мы спокойно отдыхаем…
Сном волшебным засыпаем…
Дышится легко… ровно… глубоко…
Наши руки отдыхают…
Отдыхают… Засыпают…
Шея не напряжена…
И рассла-бле-на …
Губы чуть приоткрываются…
Всё чудесно расслабляется…
Дышится легко… ровно… глубоко…

(пауза)

Мы спокойно отдыхаем ...
Сном волшебным засыпаем…

(громче, быстрее, энергичнее)

Хорошо нам отдыхать!
Но пора уже вставать!
Крепче кулачки сжимаем.
Их повыше поднимаем.
Потянулись! Улыбнулись!
Всем открыть глаза и встать!