***Это интересно***

***Музыка и здоровье детей***

Музыка занимает в нашей жизни значительное место. Почему?

Ещё первобытные люди верили, что звук магическим образом соединяет силы неба и земли.

Радостно на душе – хочется исполнять весёлые, бодрые песни. Задумался, замечтался – на ум приходит мелодия неторопливая, задумчивая. А горе навалилось – ничто не выразит так, как музыка, боль и скорбь человеческую.

Древние китайцы считали, что музыка избавляет порой от тех недугов, которые неподвластны врачам.

В современном мире есть такое понятие – ***музыкальная терапия.***

 В Мадрасе есть специальный центр по подготовке врачей – музыко- терапевтов.

 Западные учёные, проведя многочисленные исследования и эксперименты, пришли к убеждению: некоторые мелодии действительно обладают сильным терапевтическим эффектом. Самый большой эффект на пациентов оказывают мелодии В.Моцарта: не слишком громогласные, но и не слишком тихие, плавные, но и не однообразные – очаровательные в своей простоте.

Этот музыкальный феномен, до конца ещё необъяснённый и поэтому загадочный, так и назвали «Эффект Моцарта».

 В Канаде струнные квартеты Моцарта играют на городских площадях, чтобы упорядочить уличное движение и тем самым снизить количество ДТП.

 Японцы пришли к выводу: когда музыка звучит в пекарне, тесто подходит в 10 раз быстрее

· Замечено, что прослушав серенаду Моцарта, коровы давали вдвое больше молока.

Музыка должна быть обязательно полифонической, то есть многоголосой.

***Для оздоровления организма музыкотерапевты советуют слушать:***

Звон колоколов и колокольчиков.

М.Мусоргский, опера «Борис Годунов» — сцена коронования.

С.Рахманинов, 2-ой концерт.

Ростовские колокольные звоны.

***При многих соматических заболевания, язве желудка, а также для положительного воздействия на психику****:*

Произведения В.Моцарта.

***При язвенных болезнях желудка и гастрите***– сонаты Л.Бетховена.

***Снимают раздражительность и нервные напряжения*:**

Л.Бетховен, Лунная соната.

П.И.Чайковский, Времена года.

П.И.Чайковский, Сентиментальный вальс.

Песни М.Таривердиева и А.Пахмутовой.

***Полное расслабление***

Д.Шостакович, «Вальс» к к/ф «Овод»

Свиридов, «Романс» к повести «Метель»

***Снимают зажатость, заторможенность, повышают творческий импульс:***

И.Дунаевский, «Марш» к к/ф «Цирк».

А.Хачатурян, «Танец с саблями».

***Поднимает давление:***

Мендельсон «Свадебный марш»

***Снижает давление:***

П.И.Чайковский «Лебединое озеро»

Э.Григ «Пер Гюнт».

***Тонизирующее, бодрящее действие:***

Брамс, «Венгерский танец».

Монти «Чардаш».

***Снимает головную боль:***

Огинский «Полонез»,

Бетховен, «К Элизе»

***Улучшает работу сердца:***

Л.Бетховен, «5-я симфония».

Равель, «Балеро».

С.Рахманинов, «Элегия».

Слушайте на здоровье!