А знаете ли вы?



Ученые, проведя многочисленные исследования и эксперименты, пришли к убеждению: многие мелодии действительно обладают сильным терапевтическим эффектом: **от неврозов и раздражительности** избавляет бодрящая музыка Чайковского, Пахмутовой, Таривердиева.
**Помогает снять стресс, сконцентрироваться,** идеально подходит для уединенных занятий и медитации романтическая, создающая ощущение свободного пространства, музыка Шуберта, Шумана, Чайковского, Листа.
**Для профилактики утомляемости необходимо слушать** "Утро" Грига, "Рассвет над Москвой-рекой" (фрагмент из оперы "Хованщина") Мусоргского, романс "Вечерний звон", мотив песни "Русское поле", "Времена года" Чайковского.  **Поднимают настроение, избавляют от депрессий,** разряжают накал чувств джаз, блюз, диксиленд, соул, калипсо и регги, берущие свое начало от темпераментной африканской музыки.
Творческий импульс стимулируют "Марш" из кинофильма "Цирк" Дунаевского, "Болеро" Равеля, "Танец с саблями" Хачатуряна.
**Полное расслабление вы сможете получить от** "Вальса" Шостаковича из кинофильма "Овод", оркестра Пурселя, произведения "Мужчина и женщина" Лея, романса из музыкальных иллюстраций к повести Пушкина "Метель" Свиридова.
**В качестве лекарства от мигрени** японские врачи предлагают "Весеннюю песню" Мендельсона, "Юморески" Дворжака, а также изрядную дозу Джорджа Гершвина ("Американец в Париже").
**Головную боль** снимает также прослушивание знаменитого полонеза Огинского. **Нормализует сон и работу мозга** сюита "Пер Гюнт" Грига.
**Развитию умственных способностей у детей** способствует музыка Моцарта.