

Консультация для родителей:

«Музыка лечит»



Музыка оказывает непосредственное влияние на здоровье. Ученые даже создали в официальной медицине целое направление - **музыкотерапию**.

Медики советуют:

- **Скрипичная и фортепианная музыка** - для тех у кого не в порядке нервы.
- **Арфа** незаменима в кардиологии.
- **Виолончель** помогает людям с больными почками.
- **Гобой и кларнет** придут на помощь печени.
- **Флейта** запросто справится с бессонницей, а так же поможет расслабиться.
- **Саксофон** восстанавливает потенцию.

Психологи заметили, что, прослушав произведения Гайдна и Моцарта, большинство людей ощущают прилив бодрости. Моцарт же вообще многопрофилен. Его музыке приписывается снятие головной боли, усталости. Депрессии, избавление от простуды. Этот феномен, до конца ещё не объясненный, так назвали - “эффект Моцарта”.

Композиторы - романтики, такие как Шопен, Шуберт, Лист, Чайковский, хороши для снятия стресса. Причем неважно, слушаете ли вы музыку или исполняете её сами. Интересен ещё и тот факт, что в последнее время стала подтверждаться теория о потрясающем влиянии вокального пения на организм. Во время исполнения песни происходит как бы “мягкий” массаж горла, лёгких, бронхов, диафрагмы, что, безусловно тренирует и укрепляет, а звук, поглощаемый другими внутренними органами, стимулирует их работу. Поэтому неудивительно, что среди оперных певцов так часто встречаются долгожители.

