

Музыкальная аптека

Для того чтобы
расслабиться:

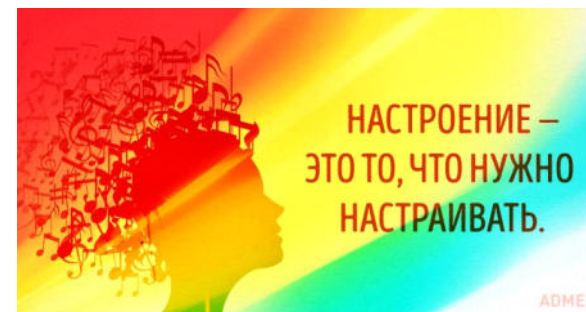
Попробуйте послушать
несколько игривых мелодий, а
после смените их медленными
и успокаивающими.

Здесь подойдут произведения
Чайковского «Баркарола»,
«Сентиментальный вальс»,
Шостаковича «Романс из
кинофильма «Овод», Дебюсси
«Лунный вечер», Леннона
«Yesterday».

**Если у вас депрессивное
состояние,**
то вам обязательно следует
слушать музыку. Начните с
задумчивых и грустных, а
затем включите радостную и
веселую мелодию. Можно
попробовать Шуберта «Ave
Maria», Чайковского «Осенняя
песня».

Тонизирующая музыка:
Монти «Чардаш», Огинский
«Полонез», Легран
«Шербурские зонтики».
Кстати, универсальная музыка,
которую чаще всего
«прописывают» больным, —
это произведения Моцарта. И
запомните еще одно:
музыкальная программа не
должна затягиваться более чем
на 15–20
минут, и лучше, если это будут
мелодии без слов.

Музыкальная аптека



Рекомендации музыкального
руководителя
МАДОУ №52
Макаровой Л.С.

