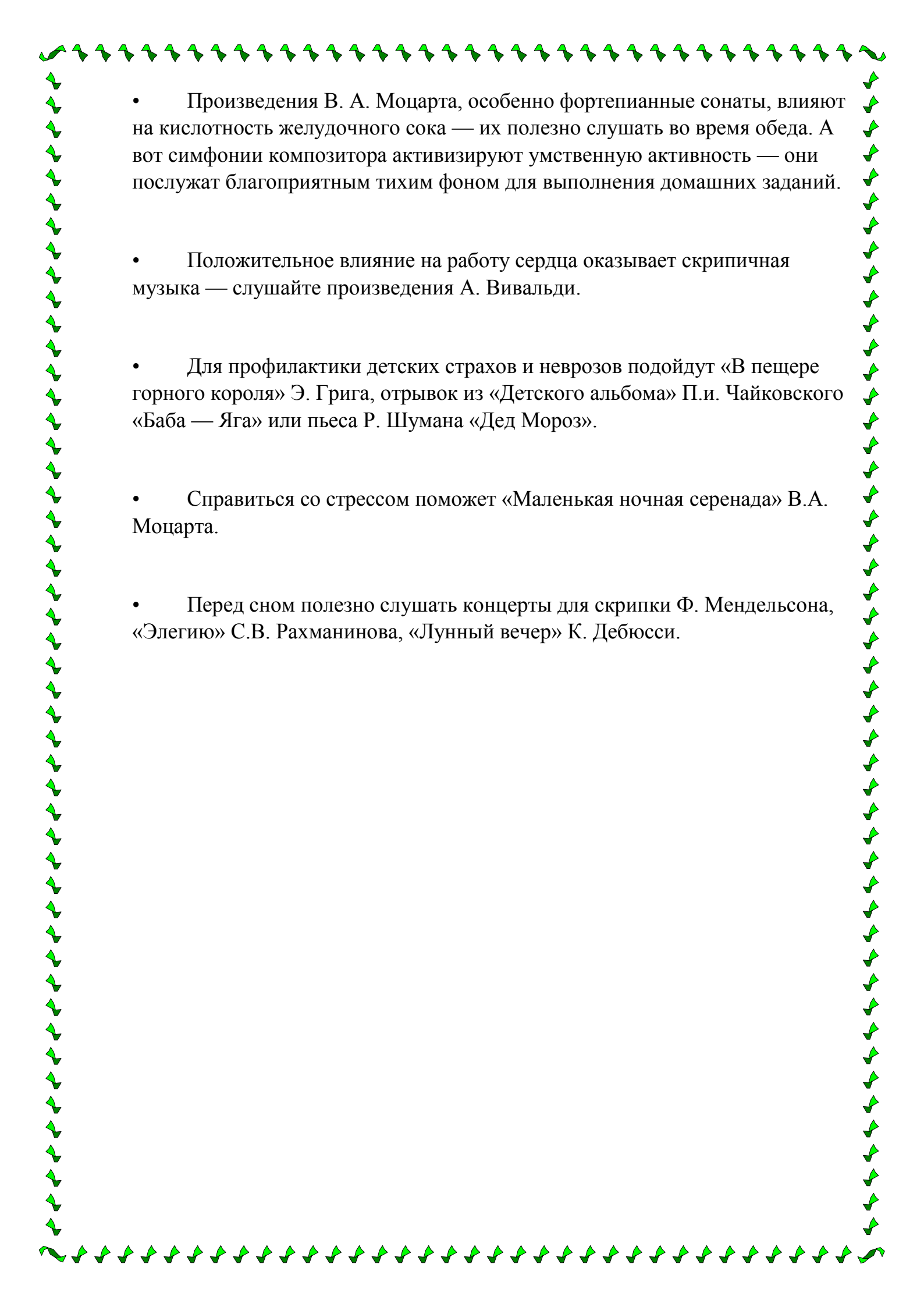


МУЗЫКАЛЬНАЯ АПТЕЧКА



- Если ребёнок с трудом встаёт по утрам, используйте для пробуждения пьесу М.П. Мусоргского «Рассвет на Москва-реке» или «Утро» Э. Грига. Чтобы малыш отправился в детский сад или школу с хорошим настроением, пусть послушает «Марш» П.И. Чайковского из «Шестой симфонии».
- Младшим школьникам для уменьшения чувства страха при адаптации к школе полезно слушать фрагменты 6-й и 7-й симфоний Д.Д. Шостаковича. А лёгкие весёлые мелодии Ф. Листа, И. Штрауса и С.С. Прокофьева способны добавить им энергии.
- Если вас упрекают, что ваш ребёнок — забияка, чаще слушайте с ним музыку, снимающую излишнюю агрессию: например, «Весну священную» И.Ф. Стравинского, «Лунную сонату» Л. Бетховена или «Скифскую сюиту» С.С. Прокофьева.
- Справиться с усталостью помогут «Зимние грёзы» П.И. Чайковского или «Песня Клары» из оперы Дж. Гершвина «Порги и Бесс».
- Ребёнку не хватает уверенности в себе? Пусть чаще слушает «Бранденбургские концерты» И.С. Баха или симфоническую поэму Ф. Листа «Прометей».
- Для профилактики утомляемости поставьте диск с музыкальными циклами П.И. Чайковского «Времена года» или М.П. Мусоргского «Картинки с выставки».
- Торжественные звуки марша повышают общий тонус организма, заставляют забыть про усталость.

- 
- Произведения В. А. Моцарта, особенно фортепианные сонаты, влияют на кислотность желудочного сока — их полезно слушать во время обеда. А вот симфонии композитора активизируют умственную активность — они послужат благоприятным тихим фоном для выполнения домашних заданий.
 - Положительное влияние на работу сердца оказывает скрипичная музыка — слушайте произведения А. Вивальди.
 - Для профилактики детских страхов и неврозов подойдут «В пещере горного короля» Э. Грига, отрывок из «Детского альбома» П.и. Чайковского «Баба — Яга» или пьеса Р. Шумана «Дед Мороз».
 - Справиться со стрессом поможет «Маленькая ночная серенада» В.А. Моцарта.
 - Перед сном полезно слушать концерты для скрипки Ф. Мендельсона, «Элегию» С.В. Рахманинова, «Лунный вечер» К. Дебюсси.