

## **Советы музыкального руководителя.**

В наше нелёгкое время мне бы очень хотелось помочь вам, дорогие родители, выдержать все испытания данного времени. Музыка, всегда являлась и является нашим главным помощником во всём. Она успокаивает, лечит и поднимает настроение. Поэтому я хочу вам дать несколько советов или рекомендаций какую музыку слушать в той или иной ситуации. Назовём это «Музыкальной аптекой»:

**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».

**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».

**Тонизирующая музыка:**

Монти «Чардаш», Огинский «Полонез», Легран «Шербурские зонтики».

Кстати, универсальная музыка, которую чаще всего советуют слушать, когда люди в ней нуждаются, — это произведения Вольфганга Амадея Моцарта. И запомните еще одно: музыкальная программа не должна затягиваться более чем на 15–20 минут, и лучше, если это будут мелодии без слов. Все эти произведения вы можете найти легко в интернете. Я буду очень рада, если мои советы кому-то хоть чуточку будут полезны.