**Приложение 1**

1. **снимает головную боль, уменьшает эмоциональное напряжение** прослушивание полонеза Огинского "Прощание с Родиной", "Венгерская рапсодия 1" Листа, "Фиделио" Бетховена, Моцарт - Дон Жуан, Хачатурян - Сюита Маскарад.
2. **снимает неврозы и раздражительность, разочарование, поднимает нас над уровнем повседневности в высшие сферы** - "Симфония" Гайдна, "Лунная соната" и Симфония ля-минор Бетховена, "Итальянский концерт" Баха, "Кантата №2" Баха, музыка Генделя
3. **успокаивает, уменьшает чувство тревоги и неуверенности** прослушивание - "Аве Мария" Шуберта , вальсы Штрауса, "Колыбельная" Брамса, "Свет луны" Дебюсси, мелодии Рубинштейна, Бетховен - Симфония 6, часть 2, Ноктюрн соль-минор, мазурки и прелюдии Шопена.
4. **алкоголизм и курение** (наркотическая зависимость) уменьшаются от прослушивания - "Аве Мария" Шуберта, "Лунная соната" Бетховена, "Метель" Свиридова, "Лебедь" Сен-Санса.
5. **восстанавливает кровяное давление и сердечную деятельность, снимает напряженность в отношениях с другими людьми** прослушивание - "Ноктюрн ре-минор" Шопена, "Свадебный марш" Мендельсона, Кантата 21 и "Концерт ре-минор" для скрипки Баха, Барток - Соната для фортепиано, Квартет 5, Брукнер - "Месса ля-минор".
6. **бессонницу** устраняют - сюита "Пер Гюнт" Грига , "Грустный вальс" Сибелиуса, "Грезы" Шумана, пьесы Чайковского.
7. **гастрит** "не любит" - "Сонаты N7" Бетховена.
8. **эпилепсия** "не любит" - "Сонату К448" Моцарта.
9. **улучшает зрение** - музыка Вольфганга Амадея Моцарта
10. **уменьшает cуставные боли** - музыка Вольфганга Амадея Моцарта
11. **росту умственных способностей у детей** - способствует прослушивание музыки Моцарта. Она оказывает поистине волшебное действие: при простуде и головной боли, депрессии и умственном напряжении. Причем эффект от музыки великого австрийца распространяется не только на людей, но и на домашних животных и даже на неодушевленные предметы. Например, в Европе обнаружили, что коровы, регулярно слушавшие произведения Моцарта, давали больше молока, а японцы полагают, что Моцарт делает хлеб пышнее, а рисовую водку сакэ - ароматнее.
12. **нормализует работу мозг**а - прослушивание сюиты "Пер Гюнт" Грига стимулировать интеллектуальную деятельность, поддерживать вдохновение музыка Бетховена, Штрауса.
13. **ускоряет рост растений** - музыка Россини.
14. **Для поднятия общего жизненного тонуса, наполнения себя жизненой силой, улучшение самочувствия, активности, настроения, вдохновением, творческой энергией**: Чайковский - Шестая симфония - 3 часть, Шопен - Прелюдия 1 - опус 28, Лист - Венгерская рапсодия 2, Бетховен - Увертюра Эдмонд. Из эстрадной музыки можно отметить музыку: Энгельберт Хампердинк, Демис Руссос, Хулио Иглессиас, Сара Брайтман, песня Александры Пахмутовой "Беловежская пуща".