

«Музыка внутри каждого»

Жильцова Марина Ивановна

Учитель музыки

- ▣ **Вокалотерапия** - это метод психосоматической активации защитно-приспособительных реакций, который базируется на оздоровительных свойствах классического пения и включает в себя упражнения по акустической стимуляции жизненно важных органов и упражнения, повышающие адаптационные и интеллектуально-эстетические способности человека. Особенно эффективна вокалотерапия при лечении хронических заболеваний легких, бронхов, сердечно - сосудистых заболеваний, снижении иммунитета и общей сопротивляемости. Есть данные о пользе пения при синдроме Альцгеймера.

- Гласные звуки (кроме звуков <Е> и <Ё>):
- <А> - снимает любые спазмы, лечит сердце и желчный пузырь;
- <И> - лечит глаза, уши, тонкий кишечник, стимулирует сердечную деятельность, “протищает” нос;
- <О> - оживляет деятельность поджелудочной железы, способствует устранению проблем с сердцем;
- <У> - улучшает дыхание, стимулирует и гармонизирует работу почек, мочевого пузыря, предстательной железы (у мужчин), матки и яичников (у женщин);
- <Ы> - лечит уши, улучшает дыхание;

□ Звукосочетания:

- <ОМ> - снижает кровяное давление;
- <АЙ>, < ПА> - снижают боли в сердце;
- <АП>, < АМ>, <АТ>, <ИТ>, <УТ> - исправляют дефекты речи;
- <УХ>, < ОХ>, <АХ> - стимулируют выброс из организма отработанных веществ и негативной энергии.

- Научно доказана целебная сила произнесения и некоторых отдельных согласных звуков (возможно, кому-то для большей пользы удастся даже их пропеть):
- <В>, < Н>, <М> - улучшают работу головного мозга;
- <К>, < Щ> - лечат уши;
- <Х> - освобождает организм от отработанных веществ и негативной энергии, улучшает дыхание;
- <Ч> - улучшает дыхание;
- <С> - лечит кишечник, сердце, легкие;
- <М> - лечит сердечные заболевания;
- <Ш> - лечит печень.

- Ах, уе, ах, уехал мой любимый
- И под ё, и под ёлкой мне сказал:
- Я за лу, я за лунным камнем еду
- Что ж ты му, что ж ты мужем мне не стал
- Я за лу, я за лунным камнем еду
- Что ж ты му, что ж ты мужем мне не стал
- Ему де, ему девушка сказала
- Неман ди, Неман дивная река
- Как я бу, как я буду с ним купаться
- С толстым ху, с толстым худенька така
- Как я бу, как я буду с ним купаться
- С толстым ху, с толстым худенька така
- Запись сде, запись сделали мы в ЗАГСе
- Оба сра, оба с раннего утра
- Палец в жё, палец в жёлтеньком колечке
- Запер де, запер девку на века

- Луч солнца золотого
Тьмы скрыла пелена.
И между нами снова
Вдруг выросла стена.

Припев:

А-а-а-а, а-а-а-а.

Ночь пройдёт, наступит утро ясное,
Знаю, счастье нас с тобой ждёт.

Ночь пройдёт, пройдет пора ненастная,
Солнце взойдёт...

Солнце взойдёт.

- I heard there was a secret chord
That David played, and it pleased the Lord
But you don't really care for music, do ya?
Well, it goes like this, the fourth, the fifth
The minor fall and the major lift
The baffled king composing Hallelujah

[Chorus]

Hallelujah, Hallelujah
Hallelujah, Hallelujah