

The image shows the front cover of a book. The cover has a repeating pattern of light brown rectangular bricks with dark brown mortar lines. On the right side, there is a graphic of a dark green chalkboard with a light brown wooden frame. The title is written on the chalkboard in white, elegant cursive script. Below the chalkboard, there is a photograph of an open, thick book with yellowed pages, resting on a wooden surface. The book's pages are filled with dense, small text.

*Педагогическая  
мастерская*

Владимирское отделение Всероссийского Танеевского общества  
Научно-педагогическая лаборатория «Логос»

## **Педагогическая мастерская**

*Материалы  
международных, всероссийских, областных конкурсов  
педагогического мастерства в номинации  
«Методическая разработка»*

Владимир  
2016



## Содержание

<i>Скворцова Г.И.</i> Ритмическое воспитание в младших классах	3
<i>Тильков А.А.</i> К вопросу о применении нейролингвистического программирования в музыкальной педагогике	10
<i>Ковригина Е.А.</i> Концертные пьесы для ансамбля гитар	25
<i>Козлова В.С.</i> Трехструнная домра. Программа по учебной дисциплине «Музыкальный инструмент» для ДМШ и ДШИ	30
<i>Брезгина С.И.</i> Особенности подготовки учащихся к концертному выступлению	37
<i>Дятлова Л.К.</i> Просветительская деятельность ДШИ в условиях современного образовательного процесса	49
<i>Прошина Н.В.</i> Мир семьи Танеевых	60
<i>Шагалова Е.Р.</i> Из истории рода С.И. Танеева	72
<i>Кухарева Н.С.</i> Личность в контексте времени	77
<i>Богушева Н.В.</i> Урок сольфеджио в 7 классе ДМШ на тему «Хроматизм. Модуляция»	82
<i>Богушева Н.В.</i> Программа по композиции для учащихся старших классов ДМШ и ДШИ	85
<i>Косарева Л.Г.</i> Русское народное музыкальное творчество (Программа для ДМШ и ДШИ)	90
<i>Носулич З.С.</i> Сборник для начинающих пианистов «Открой – улыбнись, играй и трудись»	95
Список авторов	104

### Список авторов

1. *Брезгина Снежана Николаевна* – преподаватель ДШИ №2 им. С.С. Прокофьева
2. *Богушева Наталья Вячеславовна* – директор ДШИ № 6, преподаватель
3. *Дятлова Людмила Константиновна* – заведующий теоретическим отделением, преподаватель ДШИ №6
4. *Ковригина Елена Алексеевна* – преподаватель ДМШ №1 им. С. Танеева
5. *Козлова Валентина Сергеевна* – преподаватель ДШИ №2 им. С.С. Прокофьева
6. *Косарева Любовь Георгиевна* – заведующий теоретическим отделением, преподаватель ДМШ №1 им. С.И. Танеева
7. *Кухарева Наталья Станиславовна* – преподаватель ДМШ №1 им. С.И. Танеева
8. *Носулич Зоя Семеновна* – преподаватель ДШИ г. Радужный
9. *Прошина Наталья Владимировна* – председатель Владимирского отделения Всероссийского Танеевского общества, преподаватель ДМШ №1 им. С. Танеева
10. *Скворцова Галина Игоревна* – преподаватель ДШИ №3
11. *Тильков Алексей Александрович* – преподаватель ДШИ №5
12. *Шагалова Евгения Радиславовна* – преподаватель ДМШ №1 им. С.И. Танеева



*Козлова В.С.*

**Трехструнная домра  
Программа по учебной дисциплине  
«Музыкальный инструмент» для ДМШ и ДШИ**

Диплом Лауреата II степени областного конкурса  
педагогического мастерства 2010 года

**Пояснительная записка**

Настоящая программа создана на основе опыта и результатов достижений ведущих исполнителей и преподавателей за последние тридцать лет. Она строится на базе пяти- и семилетнего курсов обучения детей в детской музыкальной школе и детской школе искусств.

Программа содержит методические рекомендации, отражающие наиболее важные аспекты учебного процесса (учет успеваемости, требования к технической подготовке, знание терминологии, примерные программы итоговых контрольных прослушиваний, постановку методических задач по классам).

Программа является дифференцированной - требования к технической подготовке и изучаемому репертуару рассчитаны на три уровня: первый (для продвинутых учащихся), второй (средний) и третий (упрощенный). Трехуровневое обучение поможет педагогу более гибко подходить к подбору репертуара, учитывая индивидуальные возрастные особенности каждого учащегося, уровень художественного и технического развития.

Детям дошкольного возраста рекомендуется начинать обучение в подготовительных группах.

За период обучения в школе ученик должен получить такой объем навыков игры на инструменте, который позволит ему самостоятельно разучивать и грамотно исполнять произведения.

Ученик должен также овладеть навыками чтения нот с листа, подбора по слуху, транспонирования, игры в ансамбле и оркестре.

Основной формой учебной и воспитательной работы в инструментальном классе является индивидуальное занятие педагога с учеником. Индивидуальные занятия проводятся два раза в неделю по одному академическому часу.

Преподаватель инструментального класса должен обучать не только искусству исполнения на инструменте, но и формировать художественный вкус детей. По мере того как ребенок начнет практически осваивать инструмент, необходимо поддерживать и постоянно пополнять интеллектуальную базу, а не

останавливаться на достигнутом уровне и полностью переключаться на чисто исполнительские, тренировочные проблемы.

Важно развить у юного исполнителя творческое начало, фантазию, музыкальное мышление, понятие стиля, так как именно эти факторы являются главнейшими составляющими качественного музыкального образования.

В течение всех лет обучения преподавателю необходимо постоянно уделять внимание свободной и естественной посадке за инструментом и освоению целесообразных движений, обусловленных художественно-техническими задачами; добиваться насыщенного по глубине и тембру звука; работать над интонацией, динамикой звучания, ритмом.

Необходимо помнить, что инструмент не будет звучать без активно развитых пальцев левой руки, без активно работающей правой. Существенны также некоторые отправные элементы игры правой рукой: игра кистью, игра предплечьем, игра комбинированная. Необходимо постоянно развивать координацию движений левой и правой рук.

Особое внимание следует уделить формированию навыков игры медиатором, умению слушать инструмент, добиваться ровности звучания струн при игре вниз и вверх. Анализировать тембровое звучание.

Большое значение для музыкального развития ученика имеет работа с концертмейстером. Исполнение репертуара в сопровождении аккомпанемента обогащает музыкальное представление ученика.

Преподаватель должен научить верно настраивать инструмент и менять струны по мере необходимости.

Индивидуальные формы занятий полезно сочетать с игрой в ансамбле и оркестре.

Преподавателю также необходимо правильно распределить учебную нагрузку. Важно научить ребенка трудиться грамотно с желанием, воспринимая музыкальное занятие как интересное, увлекательное дело.

Беседы на уроках и во время классных собраний, совместное посещение концертов, конкурсов, фестивалей с последующим обсуждением и участие в них, активная концертно-просветительская деятельность (СП, ДОУ) помогает развить интерес и любовь учащихся к русскому народному инструментальному творчеству.

Преподавателю необходимо включать в репертуар произведения, содержащие музыкальный материал, основанный на народных традициях данной местности (соответствующий русским традициям и культурно-национальным особенностям региона).

В данной программе большое внимание уделено техническому развитию учащихся, независимо от их дальнейшей профессиональной ориентации.

Освоение гамм предложено уже на начальном этапе обучения: однооктавные гаммы в одной позиции, со сменой позиции на одной и двух струнах, на одной струне; двухоктавные гаммы - мажорные и минорные. Очень важна игра гамм ритмическими группировками и различными штрихами.

Работа над этюдами должна быть постоянной и индивидуальной. Каждый этюд - это новая ступень в постижении мастерства игры на домре.

Составляя график промежуточной аттестации, необходимо предусмотреть проведение в течение года одного или двух технических зачетов.

Программа ориентирована на учебные планы нового поколения. Новые требования, предъявляемые к работе с учащимися, отражены в разделе «Репертуар». Здесь предлагаются рекомендации по составлению переводных и экзаменационных программ. Репертуар необходимо формировать, принимая во внимание необходимость знакомства учащихся с различными эпохами, стилями и жанрами.

Объем работы на учебный год фиксируется в индивидуальных планах учащихся, которые составляются педагогом в начале I и II полугодия. В индивидуальные планы, помимо основного репертуара, также включаются пьесы для ознакомления и самостоятельного разбора, ансамбля.

При составлении учебного плана для учащегося, ориентированного на участие в каком-либо конкурсе или на поступление в специальное музыкально заведение (училище, лицей, колледж), преподаватель руководствуется программными требованиями конкретного конкурса и конкретного учебного заведения.

## Глава I.

### Контроль и учет успеваемости.

Важным элементом учебного процесса в школе искусств является систематический контроль успеваемости учащихся.

Основными видами контроля успеваемости учащихся являются:

- текущий контроль успеваемости,
- промежуточная аттестация,
- итоговая аттестация.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются:

- систематичность,
- учет индивидуальных особенностей обучаемого,
- коллегиальность (для проведения промежуточной и итоговой аттестаций учащихся).

Каждый из видов контроля успеваемости учащихся имеет свои цели, задачи и формы.

Текущий контроль успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения учащегося к изучаемому предмету, на организацию регулярных домашних занятий, повышение уровня освоения текущего учебного материала. Он имеет воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности учащихся.

Текущий контроль осуществляется преподавателем, ведущим предмет, осуществляется регулярно (на каждом втором и третьем уроках) в рамках расписания занятий учащегося и предполагает использование различных систем оценки. На основании результатов текущего контроля выводятся четвертные, полугодовые и годовые оценки.

Промежуточная аттестация определяет успешность развития учащегося и усвоения им образовательной программы на определенном этапе обучения. Наиболее распространенными формами промежуточной аттестации учащихся являются:

- зачеты (недифференцированный и дифференцированный),
- переводные зачеты (дифференцированные),
- академические концерты,
- контрольные уроки,
- открытые концерты, конкурсы и прослушивания к ним.

Зачеты проводятся в течение учебного года и предполагают публичное исполнение технической и академической программы или ее части в присутствии комиссии. Зачеты могут быть дифференцированными, недифференцированными (в зависимости от применяемой системы оценок), с обязательным методическим обсуждением, носящим рекомендательный характер.

На техническом зачете, который рекомендуется проводить в конце первой четверти, необходимо исполнить программу, соответствующую данному классу.

Переводной зачет проводится в конце учебного года, как правило, во второй половине апреля - мае.

Исполнение полной учебной программы демонстрирует уровень освоения образовательной программы данного года обучения. Переводной зачет проводится с применением дифференцированных систем оценок, завершаясь обязательным методическим обсуждением.

Академические концерты предполагают те же требования, что и зачеты: они представляют публичное исполнение учебной программы или ее части в присутствии комиссии, родителей, учащихся и других слушателей. Для акаде-

мического концерта преподаватель должен подготовить с учеником 3-4 произведения, возможно, ансамблевых, различных по жанру и форме.

Контрольные прослушивания направлены на выявление знаний, умений и навыков учащихся при игре на инструменте, не требующий публичного исполнения и концертной готовности: проверка навыков самостоятельной работы учащихся, проверка технического продвижения, степень овладения навыками музицирования (чтение с листа, подбор по слуху), проверка степени готовности учащихся выпускных классов к итоговой аттестации.

Контрольные прослушивания проводятся в классе в присутствии комиссии, включают в себя элементы беседы с учащимися и предполагают обязательное методическое обсуждение рекомендательного характера с применением систем оценок по выбору.

Для выявления знаний, умений и навыков учащихся по классу ансамбля рекомендуется проводить контрольные уроки не реже одного раза в четверть.

Контрольные уроки проводит преподаватель с обязательным применением оценок.

Итоговая аттестация (экзамен) определяет уровень и качество освоения образовательной программы. Экзамены проводятся в выпускных классах: 5, 7, в соответствии с действующими учебными планами.

Итоговая аттестация проводится по утвержденному директором школы искусств расписанию. На выпускные экзамены выносятся 4 произведения, различные по жанру и форме. Технические навыки учащегося, в соответствии с требованиями программы, проверяются в течение года на зачетах и контрольных уроках.

Данная аттестация проводится с применением дифференцированных систем оценок. Оценка итоговой аттестации является одной из составляющих итоговой оценки по данному предмету, фиксируемой в свидетельстве об окончании школы. При неудовлетворительной оценке, полученной учащимся на итоговой аттестации, не может быть выставлена положительная итоговая оценка.

Если экзаменационная оценка ниже, чем годовая, вопрос об итоговой оценке данного учащегося выносится на рассмотрение педагогического совета.

Итоговая оценка по предмету выводится на основании годовой и экзаменационной оценок, с учетом оценок промежуточной аттестации, полученных учащимися в течение последнего года обучения.

Учащиеся могут быть освобождены от итоговой аттестации по состоянию здоровья, при успеваемости по всем предметам, и на основании решения педагогического совета школы искусств.

Учащемуся, заболевшему в период итоговой аттестации, предоставляется право завершить аттестацию в дополнительные сроки, установленные для него школой.

Учащиеся, освоившие в полном объеме образовательные программы, переводятся в следующий класс.

## Глава II

### Программа для трехструнной домры (на примере I класса пятилетнего курса обучения)

Развитие музыкально-игровых представлений и музыкально-образного мышления. Знакомство с инструментом, посадка и постановка рук. Освоение и развитие первоначальных навыков игры на домре пиццикато большим пальцем, знакомство с медиатором.

Изучение музыкальной грамоты. Освоение мажорных и минорных тетракордов, игра по слуху (транспонирование попевок в позициях).

Развитие начальных навыков чтения нот с листа.

Изучение основных музыкальных терминов.

#### I уровень

Пиццикато большим пальцем. Освоение игры медиатором: удары  $Y$ , переменные удары  $Y\lambda$ , дубль-штрих, пунктирный ритм, тремоло. Систематическое чтение с листа. Упражнения для развития координации рук.

Шрадик Г. Упражнения: §1, №1-5

Гаммы: 1) E-dur, A-dur, D-dur – на открытых струнах,

2) F-dur, G-dur, e-moll – в I-й позиции

3) G-dur, A-dur, C-dur, D-dur – на закрытых струнах.

- 6-8 этюдов;

- 20 простейших попевок на открытых струнах, на одной струне (2-3 соседних звука), транспонирование;

- 15-20 пьес разного характера (в том числе ансамбли, чтение с листа);

- Игра по слуху.

#### II уровень

Пиццикато большим пальцем. Освоение игры медиатором: удары  $Y$ , переменные удары  $Y\lambda$ , дубль-штрих, элементы тремоло. Упражнения для развития координации рук.

Шрадик Г. Упражнения: §1, №1-3

Гаммы: 1) E-dur, A-dur, D-dur – на открытых струнах,

2) F-dur, G-dur – в I-й позиции

- 3) G-dur, A-dur – на закрытых струнах.
- 4-6 этюдов с простым ритмическим рисунком;
  - 10-15 простейших песен-попевок на открытых струнах, на одной струне (2-3 соседних звука), транспонирование;
  - 10-12 пьес разного характера (в том числе ансамбли, чтение с листа);
  - Игра по слуху.

### III уровень

Пиццикато большим пальцем. Знакомство с медиатором: удар У, переменные удары УА, упражнения на открытых струнах.

Шрадик Г. Упражнения: §1, №1

Гаммы: F-dur, G-dur – в I-й позиции;

- 2-4 этюда с простым ритмическим рисунком;
- 8-10 простейших песен-попевок на открытых струнах. На одной струне (2-3 соседних звука);
- 8-10 пьес разного характера (в том числе ансамбли, элементарное чтение с листа).

### Музыкальные термины

Ritenuato, a-tempo, p, mp, f, mf, diminuendo, crescendo.

### Примерный перечень музыкальных произведений для исполнения на академических концертах и переводных экзаменах

#### I уровень

Г. Персел «Ария»;

П. Чайковский «Игра в лошадки»;

Русская народная песня «Белолица, круглолица» обр. Фурмина

#### II уровень

Ж.Б. Люли «Жан и Пьерро»;

А. Лядов «Зайчик»;

Русская народная песня «Во лузях» обр. П. Каркина

#### III уровень

Б. Блог «Чудак»;

В. Витлин «Серенькая кошечка»;

Русская народная песня «Как под горкой»

*Брезгина С.Н.*

### Особенности подготовки учащихся к концертному выступлению.

Диплом Лауреата I степени областного конкурса педагогического мастерства 2013 года

#### Пояснительная записка.

Проблема сценического волнения – одна из актуальных, жизненно важных для музыкантов-исполнителей. Сталкиваясь с ней впервые в подростковом возрасте, представители сценических профессий не перестают ощущать ее остроту вплоть до завершающих этапов своей сценической карьеры.

Различные виды сценического исполнения, в том числе и музыкальное, требуют большой подготовки, мастерства и владения способами максимального раскрытия возможностей исполнителя.

Для правильного построения сценического выступления нужно определить особенности личности исполнителя. Воспитание исполнительских качеств прежде всего подразумевает заботу об эффективности деятельности исполнителя, которая в свою очередь ставит задачу психологической подготовки исполнителя к выступлению на сцене.

Проблема адекватного поведения на сцене порождена непосредственной исполнительской практикой. В среде музыкантов-профессионалов эта проблема рассматривается с конца 17-го века. Сегодня эта проблема по-прежнему актуальна и значима для множества исполнителей на различных инструментах, педагогов, учеников, т.к. именно психологические подходы к ее решению недостаточно разработаны и не систематизированы.

Многие факты из истории исполнительского мастерства подтверждают, что даже самый опытный музыкант не застрахован от провала на сцене, если он не готов к исполнению. Уровень подготовки исполнителя зависит не только от его прошлого опыта или мастерства, но и от того, что происходит с субъектом до начала исполнения, от его способа реагирования на сценическую ситуацию, которая всегда остается повышенным стрессогенным фактором. Сейчас многие исполнители нуждаются в коррекции неправильного сценического поведения. Такие симптомы, как тряска рук, дрожь коленей, неспособность сосредоточиться на исполнении произведения, боязнь выходить на сцену, являются основными проявлениями синдрома сценического волнения. Все они требуют анализа проявлений этих явлений, коррекции или замены такого поведения на сцене более подходящими и адекватными статусу артиста и ситуации типами.



**Цель разработки** – изучить и обобщить имеющиеся научные исследования, методические рекомендации и практический опыт в области творческой и педагогической деятельности концертмейстера, для того чтобы укрепить собственные профессиональные позиции в качестве концертмейстера, обосновать необходимость введения комплекса психотехнических приёмов, способствующих коррекции волнения у музыканта на сцене, обобщить личный опыт.

**Задачи:**

1. Определить значение выступлений в концертах и участия в музыкальных конкурсах для развития личности учащихся.
2. Определить комплекс мер для достижения оптимального сценического состояния.
3. Выявить потенциальные ошибки при подготовке к выступлению, а также выявить конкретные цели и задачи исполнителя в каждом периоде подготовки к публичному выступлению.
4. Обозначить основные периоды в подготовительной работе к концертному выступлению.
5. Рассмотреть и предложить исполнителям на музыкальных инструментальных элементах актерской техники для преодоления эстрадного волнения.
6. Выяснить влияние механизмов самоконтроля и волевой регуляции на индивида с точки зрения психофизиологии.

**Музыкальные конкурсы и концертные выступления.**

**Их значение в развитии личности учащихся.**

Выступление – результат напряженного творческого труда ученика, преподавателя и концертмейстера и является для них ответственным актом, стимулирующим дальнейший творческий рост.

Конкурс, как творческое состязание юных музыкантов, всегда являлся большим стимулом в развитии как учеников, так и преподавателей и концертмейстеров, работающих с ними. На таких состязаниях воспитывается воля, сценическая выдержка, мастерство и много других качеств, формирующих будущего музыканта.

Но за этим стоит большой труд: одного обучения навыкам игры на инструменте мало. Необходимо воспитывать «бойца», способного самостоятельно мыслить, умеющего много трудиться и работать над ошибками, выдерживать большие физические и моральные нагрузки, не терять чувство оптимизма, а так же быть способным проявить свои знания, умения и навыки на практике.

Я заинтересована, чтобы мои ученики на сцене играли как можно лучше, и самая важная цель – научить ребенка не бояться сцены, быть уверенным в свои силах. Надо всегда помнить, что неудачное эстрадное выступление может оставить неизгладимый след в психике ученика.

Публичное выступление ученика должно стать неотъемлемой частью учебного процесса. Через него проявляется активность ученика, выявляется его энергетика. Именно выступление является той «деятельностью», которая, образовывая событие в жизни ученика, становится фактором, формирующим начинающего исполнителя.

Составными частями рабочего процесса при подготовке к выступлению являются: определение этапов работы с исполнителем, решение эмоционально-выразительных задач, поиск различных приемов техники.

В повседневной работе преподаватель проходит с учеником все этапы подготовки программы: от выбора произведений, работы над интерпретацией до сценического воплощения замысла. Каждый привносит в этот творческий процесс свой личный вклад, своё видение, что является важным элементом в формировании конечного результата. В моей репетиционной работе важным средством общения является слово. Общение позволяет мне раскрыть художественную идею произведения, пояснить свои намерения и вызвать у учеников соответствующие ассоциации, что помогает яснее понять художественный образ сочинения.

Конечным результатом разучивания сочинения станет воплощение творческого замысла композитора и концертное выступление.

Я считаю, что в глубине души каждого ребенка спит целый мир цветов, оттенков, звуков, движений, и поэтому перед выходом на сцену я всегда провожу рефлексию, нахожу те слова, которые мотивируют ребенка на успешное выступление. «Ты молодец, самый лучший, успешный, программу знаешь хорошо. Сыграй так, чтоб понравилось самому себе».

Существует «базовое состояние», необходимое исполнителю для концертного выступления и позволяющее во время исполнения сделать все, что чувствуешь, знаешь, умеешь и понимаешь на сегодняшний день? Вполне справедливо будет определить его как «концентрированное внимание», которому в процессе подготовки к выступлению я уделяю большое внимание.

Для подготовки успешного выступления с учащимся в процессе работы необходимо учитывать следующие моменты:

1. тип нервной системы ученика;
2. организация его ежедневных занятий;
3. необходимость предварительных проигрываний;
4. методы психологической адаптации к ситуации публичного выступления.

**Начальный этап подготовки к концертному выступлению.**

Цель работы на начальном этапе – формирование устойчивости нервной системы к внешним раздражителям (депрессантам), воздействующим на исполнителя, достижение оптимального концертного состояния.

Чтобы грамотно построить работу на начальном этапе, прежде всего, нужно объективно оценить уровень реактивности своей нервной системы, от этого будут во многом зависеть временные рамки первого этапа подготовки и особенности использования приемов саморегуляции психических состояний музыканта. Одним из важных показателей уровня реактивности нервной системы является способность к накоплению и расходованию психической энергии. Индивиды различаются чувствительностью к окружающей обстановке. Одинаковые по своей силе стимулы вызывают у одних людей больший эффект, у других - меньший. Чем выше реактивность, тем меньший по силе стимул необходим, чтобы вызвать реакцию. Поэтому музыкантов можно условно разделить на низкорективных - дающих слабую реакцию на стимул, и на высокорективных - дающих сильную реакцию на тот же стимул.

Для того чтобы нервная система нормально функционировала, ей нужно находиться в определенном оптимальном режиме возбуждения. Реактивность тесно связана с возбудимостью индивида, его способностью давать реакцию на самый слабый раздражитель.

Возбудимости и реактивности противостоит работоспособность и выносливость, которые связаны с силой нервной системы. Поскольку каждый исполнитель имеет свое оптимальное рабочее напряжение, то низкорективные индивиды стремятся поднять уровень своего напряжения до оптимума через увеличение числа воспринимаемых раздражителей. Высокореактивные индивиды, быстро достигающие чрезмерного возбуждения и предела работоспособности, будут предпринимать действия по снижению уровня напряжения. Оптимальный уровень возбуждения будет таким образом представлять собой определенную зону, в рамках которой музыкант производит в процессе исполнения наименьшие физиологические затраты при максимуме производительности.

Экстраверты отличаются общительностью, открытостью и яркостью переживаемых эмоциональных состояний, обращенностью во внешний мир. Но они могут быть излишне импульсивны и склонны к спонтанности поступков. Интроверты характеризуются обращенностью в свой собственный мир, замкнутостью, склонностью к уединению. Они мало общительны, но обладают настойчивостью, глубиной чувств и размышлений.

У исполнителей-интровертов с высоким уровнем нейротизма трудности в концертной практике, как правило, связаны с раскрытием художественного замысла на сцене. «Раскрыться», выразить себя на публике - вот та проблема, которая должна быть решена в первую очередь музыкантами, склонными к интроверсии. Степень воздействия на такого музыканта со стороны наставника всегда играет важную роль, ведь именно такой человек может вовремя заечь, «раскачать» скрытые, углубленные переживания, обратить весь внутренний по-

тенциал во вне, на обращение со слушателем. Таким людям не требуется длительный период для подготовки к ответственному концерту или конкурсу, поскольку устойчивость нервной системы к воздействиям факторов депрессантов обуславливает их стабильность в исполнении. При сочетании экстраверсии с высоким уровнем нейротизма, музыканты больше подвержены эстраднему волнению, негативным внешним воздействиям, несмотря на это, эмоциональный тонус, внешняя отзывчивость, экспрессивность этих исполнителей всегда будет высока. Для подготовки к сценическому выступлению таким исполнителям требуется более длительный период, тренировка (закалка) психики экстраверта требует большого контроля. Процессы возбуждения преобладают над процессами торможения и момент перед выходом на сцену может характеризоваться как «эстрадная лихорадка». Даже единичное неудачное или сорванное выступление может навсегда оставить негативные последствия - чувство неуверенности и боязнь сцены. Одной из драм, которая разворачивается на концертно-исполнительной сцене, является то, что те из музыкантов, которые обладают более тонко организованной нервной системой и отличаются впечатлительностью и ранимостью, а, следовательно, и одухотворенностью исполнения, особенно болезненно переживают стресс публичного исполнения. Людей, принадлежащих к так называемому «слабому» типу высшей нервной деятельности, наш выдающийся русский физиолог И.П.Павлов прямо называл «художественным» типом, т.е. особо предрасположенным к творческому виду деятельности. Однако этот тип оказывается наиболее уязвимым в атмосфере концерта.

#### *Режим и гигиена занятий, выступлений.*

Оптимальному концертному состоянию противостоят такие два неблагоприятных для выступления состояния, как эстрадная лихорадка и апатия.

В первом случае нарастающее волнение перестает уравниваться усиливающимся процессом торможения. Это происходит в силу того, что у большинства людей сила возбуждения нервной системы сильнее силы торможения. Сильное волнение проявляется в напряженных и лихорадочных движениях, треморе рук и ног, торопливой речи с проглатыванием слов и отдельных слогов, а также в акцентированной мимике и жестике. Нервная система начинает истощаться и после какого-то периода времени организм входит в состояние апатии - полного безразличия к тому, что с ним может произойти в данный момент. Музыкант испытывает недоумение и слабость. Точкой отсчета начального периода подготовки к ответственному выступлению или конкурсу может служить момент, когда музыкант выучил программу целиком и стабильно исполняет её на память. Целесообразным будет сказать, что выучить программу необходимо не позднее, чем за месяц до назначенной даты концерта, поскольку музыкальный материал должен «устояться, прижиться» в рефлек-

торных ощущениях и собственном слуховом восприятии.

Как бы ни были велики психологические сложности публичного исполнения, они могут быть с успехом устранены, если музыкант будет владеть соответствующими приемами и способами их преодоления. Как правило, удачным выступлениям сопутствуют приподнятое настроение, желание играть хорошо, особый боевой задор, отсутствие утомления, хорошие отношения с окружающими, нормальное физическое самочувствие. Неудачным выступлениям, предшествуют общее утомление и переутомление, отсутствие режима труда и отдыха, плохая физическая подготовка, пониженное настроение.

Можно иметь выдающиеся музыкальные способности и прекрасных учителей, можно иметь негибкую волю и упорство в достижении целей высоко-го профессионализма, но все эти прекрасные качества и преимущества не многого стоят, если у музыканта нет хорошего здоровья и поддерживающего его режима работы.

Г. Нейгауз приводит слова А. Корто о том, что самое важное для концертирующего музыканта, совершающего турне - это хороший сон и здоровый желудок. Для самого Г. Нейгауза самой важной предпосылкой удачного концерта являлся предварительный отдых, бодрое, хорошее состояние здоровья, свежесть души и тела.

Вопросу о том, сколько и как надо заниматься над совершенствованием профессионального мастерства, многие музыканты уделяли большое внимание. Здесь мы находим массу полезных рекомендаций, интересных приемов, которые использовали большие музыканты в своей работе.

Важный элемент в начале ежедневных занятий - разыгрывание. Оно необходимо не только для разминки мышц, участвующих в игре, но, прежде всего - психического аппарата музыканта в целом.

Одним из важных моментов в самостоятельной работе молодого музыканта должно быть умение структурировать соответствующим образом время своих занятий. Что поможет настроиться и сосредоточиться на процессе работы. Существует два основных принципа их построения - режимное и целевое. При режимном подходе музыкант старается заниматься каждый день определенное количество часов и не превышает установленную норму, даже если после работы остается что-то недоделанным. При целевом подходе музыкант не прекращает своих занятий до тех пор, пока не добьется того, что он задумал сделать, - например, выучить в быстром темпе какой-нибудь пассаж, запомнить наизусть произведение, сыграть без ошибок этюд в быстром темпе три раза.

Каждый из этих подходов имеет свои плюсы и минусы. Плюсом режимной работы надо признать воспитание воли, усидчивости, чувства ответственности за свою профессиональную судьбу. Минусом этого подхода может стать

формальное отсиживание положенных часов, когда произведение играет, но по-настоящему ничего не выучивается.

Плюсом целевого подхода надо признать высокую эффективность работы, основанной на конкретной целеустремленности. Минусами - возможное увлечение авральными приемами работы, когда музыкант в один присест пытается выучить то, на что требуется не один месяц. Большое перенапряжение, возникающее в этом случае, грозит истощением нервной системы и небольшой стабильностью результата, полученного за короткий срок. Естественно предположить, что молодому музыканту следует научиться гармоничному соотношению обоих принципов структурирования занятий.

#### *О количестве занятий*

Выработка игровых рефлексов возможна только при работоспособном состоянии нервных клеток. При наступлении в них тормозных процессов формирование рефлексов затрудняется, поэтому работа должна прекращаться и организм должен отдыхать. Согласно законам физиологии, после отдыха работоспособность нервных клеток может даже возрастать и поэтому уровень достижений может заметно повыситься без видимых усилий.

Следует отметить, что выносливость повышается во время систематической работы. Такое важное свойство нервной системы как выдержка развивается в результате длительной тренировки внимания.

Серьезный вопрос - сколько времени надо отводить занятиям. Известный методист - Л. Николаев полагал, что три часа ежедневной работы - вот минимум, при котором можно кое-как держаться на достигнутом уровне; работая четыре часа - уже можно двигаться вперед. Но для талантливого пианиста, ставящего перед собой высокие цели, хорошая норма - это пять часов занятий в день. И. Гофман считал, что серьезный пианист должен привыкнуть к серьезной работе - играть шесть, семь, восемь часов в день. Учитывая время на необходимые перерывы, рабочий день музыканта оказывается безразмерным. Выдающийся скрипач и педагог Л. Ауэр считал, что ученик для 4 или 5 часов ежедневных упражнений должен иметь на самом деле в своем распоряжении 6 или 7 часов. По мнению Н. Рубинштейна, четырех часов в день, распределенных между первой и второй половиной дня, должно хватать с избытком, потому что превышение этой нормы приносит музыканту вред. В период подготовки к концертному выступлению происходит мобилизация всех сил организма, вследствие ответственности предстоящего события, зная это, необходимо грамотно распределять внутреннюю энергию, направлять ее в русло эффективной и продуктивной работы. Соблюдение психогигиенических правил работы - показатель культуры, зрелости и профессионализма молодого музыканта.

### *Предварительные проигрывания*

При достаточно частых и регулярных выступлениях организм адаптируется к сложной ситуации, и человек справляется с волнением. Если перерывы между выступлениями растягиваются, достигая 2-3 месяцев, то адаптации не происходит. Выступления перед главным (целевым) концертом (далее - предварительные проигрывания), призваны выявлять множество проблем в подготовительном этапе: от обнаружения недостатков в исполнении до анализа динамики и состояния готовности музыкальной программы, психологической натренированности исполнителя. При этом полный эффект достигается только при условии мобилизации всех сил исполнителя. Повторные проигрывания с применением этого приема уменьшают влияние волнения на исполнение.

#### *Оценка предварительного проигрывания и работа над ошибками.*

Итак, выступление состоялось. Оно могло быть успешным или неуспешным, но в любом случае, необходимо проанализировать его и извлечь полезные уроки для подготовки к последующим выступлениям. Особого внимания заслуживает разбор неудавшиеся моменты в исполнении, выяснение исходных причин срывов. Понимание и осознание сделанных ошибок уже само по себе есть первый шаг к их устранению.

Первый вопрос, требующий ясного ответа, касается психологического настроения исполнителя. Здесь следует выяснить характер волнения, вспомнить:

- когда удалось избавиться от излишнего напряжения
- каким было эмоциональное состояние до выступления, в момент исполнения и в паузах между пьесами
- что раздражало и отвлекало, удалось ли установить психологический контакт с аудиторией.

Нельзя оставить без внимания анализ чисто внешних факторов: удобство костюма и обуви, акустику зала и пр.

Все перечисленные факторы, каждый в отдельности и вместе, оказывают влияние на состояние музыканта и уровень его игры.

### **Оптимальное концертное состояние**

Для того, чтобы удачно выступить в концерте музыканту необходимо быть в состоянии оптимальной концертной готовности. Оптимальное концертное состояние по своим психологическим параметрам соответствует тому, что у спортсменов называют оптимальное боевое состояние.

При хорошем самочувствии и готовности исполнительского аппарата у музыкантов возникают особые физические ощущения в руках, кистях и пальцах, которые характеризуются особым ощущением клавиатуры, смычка, грифа, мундштука. Пианисты говорят о «легких» пальцах, скрипачи - о «полетных» руках, духовики - о «попослушности» амбушюра. Рекомендуется эти ощущения

вспоминать, записывать, проговаривать, чтобы иметь возможность лучше вспоминать их перед выступлением и воссоздавать при разыгрывании перед выступлением.

#### *Методы овладения оптимальным концертным состоянием*

Слагасмыми оптимального концертного состояния являются компоненты физической, умственной и эмоциональной подготовки. Два последних компонента представляют собой собственно психологическую подготовку, основывающуюся на хорошем физическом самочувствии музыканта. Здесь можно отметить ряд приемов и методов, которые повышают психологическую устойчивость музыканта во время публичного выступления.

#### *Психологическая адаптация к ситуации публичного выступления.*

За несколько дней до выступления музыкант должен представить себе то место, где он будет выступать, чтобы привыкнуть в своем воображении к тем условиям, в которых будет проходить предстоящее выступление. На первом этапе проводится погружение исполнителя в аутогенное состояние, на втором - прорабатывается образная картина концертного выступления.

Первый этап. Расслабление мышц тела. Когда человек произвольно расслабит при помощи образных представлений мышцы своего тела, то кора головного мозга рефлекторно входит в промежуточное состояние между сном и бодрствованием. Восстановительные процессы в этом состоянии протекают в полтора-два раза быстрее, чем в состоянии сна.

Второй этап. Игра перед воображаемой аудиторией на начальном этапе работы, когда вещь уже готова, она проигрывается целиком от начала до конца с представлением, что играешь перед очень взыскательной комиссией или слушательской аудиторией.

Нужно быть готовым к любым неожиданностям и при встрече с ними не останавливаться, а идти дальше, играя как на концерте. Этот прием помогает проверить степень влияния сценического волнения на качество исполнения, заранее выявить слабые места, которые проявляются в ситуации, когда волнение усиливается. Повторные проигрывания произведения с применением этого приема уменьшают влияние волнения на исполнение.

#### *Медитативное погружение.*

Этот прием связан с осуществлением принципа «здесь и сейчас», практикуемый в буддизме и гештальттерапии. Исполнение на основе этого приема связано с глубоким осознанием и прочувствованием всего того, что связано с извлечением звуков из музыкального инструмента. Предельная концентрация внимания на настоящем моменте, который протекает сейчас, в данное время. При фиксации внимания на слуховых ощущениях улавливаются все переходы звуков из одного в другой, все интонируемые смыслы, которые возникают из

соединения звуков между собой.

Глубокое погружение в исполнение образует тот самый малый круг внимания, который К.С. Станиславский рекомендовал актерам, склонным к сильному волнению на сцене. Представление, что кроме тебя и музыки никого на сцене нет, сосредоточение только на стихии звуков и есть объектно - центрированное отношение, при котором музыкант становится жрецом искусства.

#### *Ролевая подготовка*

Смысл этого приема заключается в том, что исполнитель, абстрагируясь от своих собственных личностных качеств, входит в образ хорошо ему известного музыканта, не боящегося публичных выступлений, и начинает играть как бы в образе другого человека. В психотерапии этот прием называется имаготерапией, т.е. терапией при помощи образа.

Смысл ролевой подготовки заключается в том, что исполнитель, чрезмерно волнуемый перед ответственным выступлением, начинает играть роль человека, который уверен в себе и ничего не боится.

Способность через целенаправленное самовнушение к максимально полному и глубокому принятию новой «роли» является, пожалуй, высшим этапом психологической подготовки.

Предконцертное самочувствие исполнителя в значительной мере зависит и от психического состояния его наставника или педагога. Его миссия уметь вселять бодрость и энтузиазм в сердце, т.е. быть своеобразным психотерапевтом. Нет ничего более нелепого и более психотравмирующего для исполнителя, нежели вид собственного наставника или друга, волнующегося до дрожи и в то же время призывающего к спокойствию и уверенности в своих силах.

#### **Концертное (конкурсное) выступление – итоги работы преподавателя, концертмейстера, ученика.**

Детям свойственно конкретно-чувственное восприятие мира. Жизнь у них состоит из ряда событий. В музыке выступление перед слушателями, выход на сцену – это событие. Сцена воодушевляет учеников. Ребенок должен получать знания и навыки, только живя в музыке, воспринимая обучение как живой процесс, состоящий из музыкальных событий.

Концерт – это праздник, радость. Перед слушателями дети играют лучше, чем в классе: более артистично и темпераментно. Возможность проявить себя, самоутвердиться, продемонстрировать успехи и услышать похвалу, аплодисменты является потребностью детского возраста.

Публичное выступление у зрелого музыканта – цель, а в детской педагогике – средство развития. Определяя значимость выступления на эстраде, необходимо помнить, что произведение живет только будучи исполненным публично, и след в душе ученика оно оставляет тогда, когда он превращается в арти-

ста, когда у него есть слушатели.

«Сюрприз» на сцене – вещь неизбежная. Ведь выступления протекают в разных условиях, каждый раз в иной обстановке, да и сам ученик не машина: акустика зала, состав публики, ее поведение и реакция, физическое и душевное состояние, всякого рода случайности – ведь это все так или иначе влияет на исполнение и требует постоянных коррективов, мгновенного приспособления к обстоятельствам. Кто всегда готов к подобным изменениям, у кого хорошо развиты быстрота реакции, находчивость фантазия – тому не страшны никакие случайности, наоборот, они могут поджечь воображение, стать источником творческих находок.

А когда выступление состоялось (оно могло быть успешным или неуспешным), но в любом случае всегда нужно проводить его анализ и извлекать полезные уроки для подготовки к последующим выступлениям. Особого внимания заслуживает разбор неудавшихся моментов в исполнении, выяснение исходных причин срывов. Понимание и осознание сделанных ошибок уже само по себе есть первый шаг к их устранению.

Первый вопрос, требующий ясного ответа, касается психологического настроения исполнителя. Здесь следует выяснить характер волнения и вспомнить:

- когда удалось избавиться от излишнего напряжения, в момент исполнения и в паузах между пьесами?
- каким было эмоциональное состояние до выступления, в момент исполнения и в паузах между пьесами?
- что раздражало и отвлекало?
- удалось ли установить психологический контакт с аудиторией?

При умелом педагогическом влиянии каждое выступление подводит ученика к внутренним «открытиям». «Открытию» себя как артиста, «открытию» красивой музыки, «открытию» в себе творческих возможностей. Выступление на концерте, конкурсе – событие – является основой развития обучения, раскрывающего индивидуальность ученика. Концертная деятельность оказывает огромное влияние на творчество исполнителя

#### **Заключение**

Исполнительская деятельность музыканта – невероятно сложный, напряженный и вместе с тем ответственный процесс. Готовясь к выходу на сцену, исполнитель затрачивает огромное количество энергии, как физической, так и эмоциональной. Чтобы самостоятельно определить слабые стороны своей творческой индивидуальности и выбрать наиболее полезную и продуктивную методику психофизиологической подготовки к концертному выступлению, нужно обладать немалым объемом знаний об этой проблеме.

В своей работе я попыталась обосновать необходимость введения комплекса психотехнических приёмов, способствующих коррекции эстрадного

волнения у музыканта в исполнительскую практику, определить временную периодизацию этапов подготовки к концертному выступлению. А так же рассмотрела теоретические аспекты сценического волнения в музыкальном исполнительстве: влияние механизмов самоконтроля и волевой регуляции на индивидуального состояния и нейротизма и реактивности нервной системы музыканта.

Руководствуясь своим опытом, рекомендациями выдающихся музыкантов и научными трудами психологов в этой области, я представляю ряд практических методов по воспитанию оптимального сценического самочувствия: предварительное проигрывание, медитативное погружение, ролевая подготовка, перспективное мышление, концентрированное внимание.

Затрагивая тему сценического волнения нельзя обойти стороной опыт выдающихся театральных деятелей. В частности, в работах К.С. Станиславского этой проблематике уделяется большое внимание.

Описывая подготовительную работу музыканта к концертному выступлению, я попыталась выделить и систематизировать основные временные периоды, отделяющие исполнителя от выхода на сцену. Каждый из этапов обосновывает необходимость внесения корректив в тактику подготовки музыканта. Наряду с первоначальными, возникают все новые задачи, требующие своевременного решения, возникают новые психологические ощущения, вследствие приближения волнующего события и уровень готовности, к показу на публике программы, а следственно, появляется и необходимость внедрения новых методов подготовки музыканта к выходу на публику.

Дать однозначный рецепт, для того чтобы твое выступление всегда имело успех, не возьмется, пожалуй, ни один из методистов и музыкантов - исполнителей. Каждый человек - неповторимая индивидуальность, и следственно, методы подготовки всегда должны основываться на индивидуальных качествах внутренней и внешней среды человека. Поэтому, изучая себя, свои сильные и слабые стороны, анализируя и запоминая ощущения, которые предшествовали удачному выступлению, мы можем затем сознательно воспроизводить подобное состояние перед последующими выступлениями.

Общение с публикой, зрительской аудиторией - всегда творческий процесс и предполагает взаимную связь исполнитель-музыкант. Музыка для исполнителя является связующим звеном и одновременно средством общения с аудиторией. Преодоление эстрадного волнения должно идти по пути творческого желания общения со слушателем. Именно общение несет в себе истинный и непреходящий смысл всей подготовительной работы музыканта исполнителя.

*Дятлова (Куксина) Л.К.*

### **Просветительская деятельность ДШИ в условиях современного образовательного процесса.**

Диплом Лауреата II степени областного конкурса педагогического мастерства 2013 года

В современном мире все настойчивее требует разрешения одна из самых важных социальных проблем. Она выражается в потере молодыми людьми духовно-нравственных ориентиров, в апатии, ослаблении и разрушении механизмов культурной преемственности, в снижении интереса к классической культуре, ее истории и традициям. Молодёжь нуждается в культурной самоидентификации. Это особенно актуально в наши дни, когда созданию у подрастающего поколения моральных ценностей противопоставляется активная пропаганда потребительской установки.

Для решения проблем такого масштаба необходимо создание комплексной образовательно-воспитательной модели. Для положительного результата она должна охватывать целый спектр задач. Среди них особый приоритет сегодня имеет формирование у подростка высоких нравственных установок и приобщение его к идеалам, воплощенным в шедеврах мировой и отечественной культуры. При этом музыкально-эстетическое воспитание является одним из важнейших элементов просветительской деятельности. Ильин И. отмечал: «в меру возрастания и в меру возможности необходимо открывать ребенку доступ ко всем видам национального искусства - от архитектуры до живописи и орнамента, ...от музыки до скульптуры. Тогда душа его всесторонне раскроется для восприятия того, что впервые дали ей песня, сказка и поэзия».

О том, что слуховой опыт современных детей очень мал, пишет преподаватель теории музыки Московского государственного института музыки им. Шнитке О. Громова: «Государство не ставит перед собой цель популяризовать хорошую музыку, большинство средств массовой информации сосредоточены на новостях и легкой развлекательной музыке. Детям попросту неоткуда набирать слуховой багаж! Единственный оазис - музыкальная школа, на которую падает серьезная нагрузка».

Действительно, развитие личности молодого человека может и должно происходить через открытие ему широчайшего культурного кругозора и приобщение к богатству национальной и мировой классической культуры. Поэтому в современных культурных реалиях задачу ДШИ без преувеличения можно назвать миссионерской. Воспитывая юных музыкантов, художников, хореогра-