



## ВВЕДЕНИЕ

**Р**абота по организации пианистического аппарата требует большого внимания со стороны педагога. Основной принцип — не навреди. В обучении игре на фортепиано необходимо постоянно контролировать состояние рук ученика, не допускать напряжения в какой-либо части руки (плечо, предплечье, кисть, пальцы), корпуса, все жесткости в игре, отрицательные моменты. Напряжение рук происходит зачастую от психологического зажима как следствие дискомфорта, когда ученик на уроке испытывает неудобства по разной причине (волнение, неуверенность в себе, волнение за игру, в собственных силах). У начинающего пианиста сам инструмент вызывает некоторую робость, что может быть связано с размером фортепиано, количеством клавиш и т. д. Необходимо вывести ученика из этого состояния с помощью игровых упражнений, что позволит отвлечь его от излишних волнений и настроит ребенка на естественную работу.



## 1.

### РАБОТА НАД ПОСТАНОВКОЙ РУК ПИАНИСТА

**О**дним из самых важных этапов в профессиональном обучении музыканта является начальный период, когда происходит первое знакомство ученика с инструментом, закладываются базовые слуховые и физические ощущения. От того, каким образом была проведена эта работа, зависит многое, и недостатки в ней могут оказаться даже через годы. Начальный этап обучения наиболее сложный и ответственный. Он — основа всего дальнейшего отношения ученика к музыке, инструменту, занятиям. Это база для всего последующего музыкального обучения.

Особое внимание в начале обучения важно уделять процессу постановки рук и занятию упражнениями. Постановка рук и выработка рабочей осанки — пожалуй, самый трудный этап в обучении. В этот период перед педагогом стоит очень ответственная и трудная задача: «создать» руки ребенка. Плачевное зрелище представляют собою дети, проучившиеся достаточное количество времени (более полугода) игре на фортепиано и не приобретшие основных технических навыков. Детей с неподставленными руками приходится переучивать, возвращаясь к этапу первого класса спустя годы обучения. При этом встает сразу ряд проблем: склонность к сутулости спины, поднятые плечи, прогнутые пальцы, лежащие кисти. И напротив, ребенку с хорошо поставленными, беглыми пальцами в дальнейшем очень легко продолжать обучение.

## НЕКОТОРЫЕ СПОСОБЫ ЗАКРЕПЛЕНИЯ НАВЫКОВ ПРАВИЛЬНОЙ ПОСАДКИ И ПОСТАНОВКИ РУК

«Лепку» игрового аппарата ребенка необходимо начинать с первой минуты занятий. При этом следует добиться полной свободы тела и мягкости рук. Показывать приемы следует в живой и увлекательной форме и так, чтобы ученик сам убедился в их правильности и удобстве на собственных ощущениях.

Например, для того, чтобы помочь ребенку избавиться от «зажатости», надо научить его, во-первых, воспринимать разницу в ощущении напряженной и свободной руки, а во-вторых, услышать зависимость качества звука от изменения состояния руки. Для этого педагогу полезно сыграть простенькую мелодию тремя способами:

- а) напряженной рукой с жесткими пальцами;
- б) преувеличенно расслабленной рукой;
- в) свободной, но организованной рукой, и предложить ученику внимательно послушать, в каком случае мелодия звучит лучше.

Обычно дети правильно выбирают (в данном случае) третий вариант. При повторном проигрывании этими тремя способами, ученик может придерживать руку педагога, чтобы почувствовать, что перемена качества звучания зависит от изменения состояния руки.

Вот несколько упражнений, которые помогают ребенку чисто визуально, техническими приемами, научиться быстро ориентироваться на клавиатуре, закрепить навыки правильной посадки и постановки рук:

- «Кластеры» на двух-трех черных клавишах.
- «Вертолет» — извлечение одного звука. Цель — научиться брать звук сразу и непосредственно, одним движением, без прицеливания или остановки. Выполняется двумя руками одновременно определенным пальцем, по определенным нотам от середины клавиатуры и обратно. Звуки исполняются различными длительностями, начиная с более длинных к более коротким.

Вопросу организации движений пианиста большое внимание уделила в своей практике педагог и пианистка А. Шмидт-Шкловская, занимавшаяся изучением профессиональных заболеваний пианистов и поиском рациональных приемов игры. В своей брошюре «О воспитании пианистических навыков» она приводит множество упражнений, помогающих правильно сформировать осанку и взаимодействие всех частей игрового аппарата. Сидеть за инструментом следует спокойно, удобно и прямо, допустим лишь небольшой наклон вперед. Плечи опущены, дыхание ровное и свободное. Сохранить осанку помогает хорошая опора на ноги. Поэтому малышам 6–7 лет важно подобрать необходимой высоты подставку под ноги. Выработке такой осанки помогают различные упражнения:

Стоя:

- а) поднять руки в сторону от корпуса и произвольно опустить их, сознательно сосредоточившись на полной пассивности их падения;
- б) размашистыми движениями вращать вытянутыми руками вокруг корпуса и над головой с ощущением абсолютной свободы плечевых суставов;
- в) поднять плечи и внезапно легко и непроизвольно опустить их.

Сидя:

- а) оперев локоть о ладонь другой руки, двигать предплечья вверх-вниз, одним движением, без остановки в крайних точках;
- б) описывать круги предплечьем, оперев локоть о ладонь другой руки;
- в) подвесить кисть, опервшись тремя средними вытянутыми пальцами о край стола. Рука висит брезвально с ощущением тяжести в локте. Отвести ее в сторону от корпуса (пальцы остаются на столе, после чего внезапно опустить и дать возможность самостоятельно колебаться вплоть до остановки).

Основную нагрузку при игре несут самые сильные и выносливые мышцы плеча, спины, груди и плечевого пояса. Очень часто зажатость этих мышц мешает работе

пианиста. Наилучшее положение руки на фортепиано то, которое можно легче и скорее изменить. Поэтому нежелательны такие встречающиеся крайности, как прижатые, опущенные или неестественно раздвинутые локти, затрудняющие игру и вызывающие напряжение.

Педагог должен знать природные возможности пианистического аппарата, уметь анализировать состояние ученика, понимать и чувствовать, какие движения вызывают неудобства, чтобы вовремя прийти на помощь. Ведь самого ребенка его ощущения во время игры не занимают, и он часто даже не замечает напряжения. Организованность движений должна сочетаться с освобождением от всяких лишних напряжений. Возникают напряжения легко, а избавиться от них трудно. Распознаются излишние напряжения различными способами. Одно из них — слуховое восприятие. Для игры скованных исполнителей характерно форсирование звука. Другой способ — субъективные ощущения исполнителя — чувство скованности, быстрое утомление, впоследствии могущее перейти в боль. Наконец, напряжение заметно по внешнему виду исполнителя.

## ГИМНАСТИКА ОТ Т. Б. ЮДОВИНОЙ-ГАЛЬПЕРИНОЙ

Предлагаемые гимнастические упражнения помогут ученикам преодолевать затруднения, вызванные нарушениями в опорно-двигательной системе. В зависимости от индивидуальности ребенка педагог может варьировать, изменять эти упражнения, придумывать новые и т. п.

### ПАЛЬЦЕВЫЕ ИГРЫ. ГОТОВИМ РУКИ К ИГРЕ

#### 1. «Балерина»

Чуть прогнутый корпус. На вдох подняться на носки и одновременно плавно приподнять руки вверх, скрестить их над головой и развести в стороны. На выдохе вместе с наклоном туловища руки свободно падают и раскачиваются до полной остановки. Педагог в это

время проверяет, расслаблены ли мышцы плеч (подставляя под плечи ребенка ладони).

Упражнение помогает расправить туловище, научиться ощущать руки «из корпуса», а также освобождать мышцы рук от зажимов.

## 2. «Палочка»

Спинка прогнута. Руки свободно лежат на гимнастической палке, которая находится за спиной в подмышечных впадинах. Ребенок вращает туловище в разные стороны, не напрягая при этом рук.

Упражнение помогает держать прямо спину, предотвращает сколиоз и зажатие рук в локтевых суставах.

## 3. «Пальчики-очки» (рис. 1)



Рис. 1  
«Пальчики-очки»

*Наши пальцы — не крючки, —  
Сделай круглые очки!*

Попробуйте сделать колечко, соединив большой палец правой и левой рук с остальными, — получатся очки, в которые можно посмотреть! Это упражнение полезно для постановки рук на фортепиано.

Прочтите стихи, потренируйтесь изображать пальцами очки, затем распойте стихи песенкой (каждый ребенок сочиняет по очереди) и поиграйте в очки, разглядывая друг друга!

## 4. «Пальцы-грабли» (рис. 2)

Переплетите пальцы ладонями к себе и прочтите:

*Что за пальцы:  
«Ну!» и «Ну!»  
Как граблями я гребу*

Распойте слова песенкой и потренируйте пальчики. Это упражнение способствует хорошей растяжке между пальцами, которая необходима для игры на фортепиано.



Рис. 2  
«Пальцы-грабли»

## 5. «Пальцы-колечки» (рис. 3)

*В кольцо колечко пропусти,  
Цепочку встретишь на пути.*

Соедините в кольцо большой и указательный пальцы левой руки. Через него попеременно пропускайте колечки из пальчиков правой руки: большой и указательный, большой и средний, большой и безымянный, большой и мизинец, — участвуют все пальцы. Упражнение полезно для правильной постановки рук и развития пальцевой техники в игре на фортепиано.

## 6. «Пальцы-домик», игра-загадка (рис. 4)

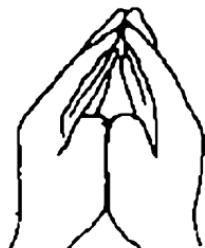


Рис. 4  
«Пальцы-домик»

*Построим дом.  
Кто в нем живет  
И песню звонкую поет?  
(скворечник, скворец)*

Сделайте ладошками домик, поставьте их друг к другу, мизинцы прижаты, а большие пальцы загнуты внутрь. Побудитесь домиком и распойте слова песенкой. Похвалите лучшего исполнителя.

## 7. «Пальцы как жук» (рис. 5)

*Покажи, как жук летит  
и усами шевелит.*

Сложите пальцы в кулак, а указательный и мизинец разведите в стороны и пошевелите ими.

Распойте слова песенкой, изображая пальцами полет жука.

*Все пальцевые игры подготавливают детскую ручку к игре на фортепиано.*



Рис. 3  
«Пальцы-колечки»



Рис. 5  
«Пальцы-жук»

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)