

## **Подготовка учащихся к конкурсному выступлению**

*Карпец Татьяна Николаевна,*

*педагог дополнительного образования по классу фортепиано*

Публичное выступление – это решающий момент в творческой жизни исполнителя, это итог длительной работы музыканта (как зрелого, так и начинающего) над произведением. И, конечно же, это необходимый этап в системе обучения и становления музыканта, где все взаимосвязано: воспитание музыкального мышления, творческого воображения, слышания, технических навыков, памяти, сосредоточенности в режиме работы над произведением и общей культуры.

Уже в период обучения в детской музыкальной школе, ученик должен привыкать к тому, что выступление – это серьезное дело, за которое он несет ответственность перед слушателем, перед автором произведения, перед самим собой и перед своим педагогом, что вместе с тем это – праздник, лучшие минуты в его жизни, когда он может получить громадное художественное удовлетворение. Результаты публичных выступлений оказывают огромное влияние на психику ученика и в большей мере влияют на его дальнейшее продвижение и работу.

Несмотря на весь процесс воспитания, который проходит под сильнейшим контролем педагога, концертное выступление в большей степени зависит от индивидуальных способностей музыканта. Поведение на эстраде, самочувствие во время игры, реакция на отношение аудитории – все это выявляется у каждого исполнителя по-своему.

Зачастую на этом этапе происходят срывы, настоящие серьезные психические травмы даже очень одаренным исполнителям, что подчас служит причиной их отказа от сценических выступлений.

Концертное волнение нужно рассматривать как разновидность эмоциональных состояний, которые зависят от личностных особенностей

индивидуума. Есть две разновидности эстрадного волнения: «волнение – подъем» и «волнение – паника». Вследствие индивидуальных особенностей психической организации каждого исполнителя, состояние волнения по-разному отражается на качестве исполняемых произведений.

Одному волнение помогает блестяще справиться со своей творческой задачей, способствует большей яркости исполнения, лучшему контакту исполнителя со слушателем, то другому приходится затрачивать массу лишней энергии на преодоление волнения и при этом исполнитель не всегда достигает желаемого результата, у многих волнение доходит до болезненного состояния. Чаще всего это проявляется в нарушении скоростной регулировки, теряется чувство темпа, нередко исполнителю кажется, что он играет очень тихо, что его не слышно и начинает играть на нюанс выше. Бывает обратное: гаснет темперамент, игра становится бесцветной, беззвучной. Самое страшное, если вдруг отказывает память. Иногда это сказывается не только на двигательной памяти, но и на музыкальной. В первом случае может выручить музыкальная, во втором – двигательная. Если этого не случается, - неизбежна остановка. Нередко, волнение – паника приводит к срывам, что приводит к душевной травме исполнителя. Это состояние называют «эстрадной болезнью». Неудачное исполнение рождает неуверенность в себе, в своих силах и возможностях, «боязнь» плохо сыграть, забыть текст, остановиться.

Рассмотрим основные темпераменты учащихся:

- Сангвиник. Хорошо включается в новую работу. Работоспособен, но быстро остывает, если встречается с трудностями или необходимостью детальной проработки, длительными однонаправленными упражнениями. Музыкальное произведение учит быстро, но «дорабатывает», «доводит» с трудом, так как его эмоциональная сторона и привлекательность быстро тускнеют. Любит выступать в концертах, легко может соригинальничать в темпах; волнуется сильнее

или слабее в зависимости от обстоятельств, значимости выступления, конкретных слушателей. На эстраде играет скорее ярко, чем глубоко. Возможны темповые и технические погрешности и срывы. При удачном выступлении со всеми делится, склонен к хвастовству, при неудачном – старается принизить значение выступления, умалить авторитетность комиссии, слушателей, легко убеждает себя в возможной реабилитации. Замечание воспринимает спокойно, не обижается, но не всегда учитывает их.

- **Холерик.** Обычно с увлечением играет новую пьесу, если она нравится, и игнорирует, играет «из-под палки», если она ему не нравится. Волнуется очень сильно, но как и сангвиник, играет лучше, эмоциональней и выразительнее на концерте, чем на репетициях и в классе. Иногда играет очень ярко, чем поражает даже хорошо знающих его педагогов. Срывы, если они происходят, «катастрофичнее», чем у сангвиника. Склонен к ускорению темпов, форсированию звучности. Удачное выступление переживает бурно, внутренний подъем испытывает долго. Если выступление было неудачным, ищет причину во вне: в зале было жарко (холодно), инструмент постоянно расстраивался. Замечание вызывает обиду, иногда грубость, поэтому их нужно делать возможно мягче, на фоне положительных сторон.
- **Флегматик.** Уравновешен, держится солидно. Тугодум. Может быть активным, но «раскачивается с трудом». Когда войдет в работу – настойчив и работоспособен. Обладает выдержкой и самообладанием. Мало эмоционален. Педагогу трудно расширить его динамическую шкалу, добиться выразительного исполнения, игры в быстром темпе. С трудом переключает внимание и приспосабливается к новому расписанию, новой обстановке. Не находчив. Волнуется, порой сильно, но играет стабильно, без срывов: то, что выучено, так же исполняет и в классе, и на концерте. Выступления на концерте очень полезны ему,

так как повышают эмоциональную восприимчивость. Замечания воспринимает спокойно и деловито, не обижается.

- Меланхолик. Любые изменения обстановки тревожат, даже непривычное отношение к нему со стороны преподавателя переживает болезненно. Быстро утомляется, поэтому мало работоспособен. Весьма впечатлителен, глубоко эмоционален. Часто волнуется на уроки, играет лучше в классе, чем на репетиции и на концерте. От сильного волнения сковывается, теряется. Требует постоянной поддержки со стороны педагога и сверстников. Свои неудачи преувеличивает, переживает их долго и болезненно. Поэтому замечания педагога должны носить оптимистический характер и делаться чутко и осторожно. Такому учащемуся нужна постоянная тренировки и частые выступления в концертах с репертуаром меньшей трудности, чем приходится. Желательно повторять исполнение одних и тех же пьес.

В процессе подготовки учащихся к конкурсному выступлению необходимо создать оптимальные условия для творческого самовыражения в ответственной ситуации. Роберт Шуман писал: «Подумать только, сколько условий должно объединиться, чтобы прекрасное предстало во всем достоинстве и великолепии».

Нам необходимо для этого:

- Широта и глубина замысла, идейная устремленность произведения;
- Вдохновенное воплощение;
- Техническое совершенство исполнения;
- Внутренняя потребность выразить и воспринять наиболее благоприятное для данного момента настроение;
- Умение передавать впечатления, чувства, отражение во взоре другого человека радости, даваемой искусством.

Для этого важно:

1. За несколько дней до выступления помочь юному музыканту представить себе то место, где он будет выступать, чтобы привыкнуть в своем воображении к тем условиям, в которых будет проходить предстоящее выступление.
2. Играть перед воображаемой аудиторией. На заключительных этапах работы, когда вещь уже готова, она проигрывается целиком, от начала до конца, с представлением, что играешь перед очень взыскательной комиссией или слушательской аудиторией. Во время исполнения надо быть готовым к любым неожиданностям и при встрече с ними не останавливаться, а идти дальше. 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.
3. Погружение в звуковую материю:
  - a. Пропевание (сольфеджирование) без поддержки инструмента;
  - b. Пропевание вместе с инструментом, причем голос идет как бы впереди реального звучания;
  - c. Пропевание про себя (мысленно).
4. Обыгрывание. В этом приеме психологической подготовки музыкант-исполнитель постепенно приближается к ситуации публичного выступления, начиная от самостоятельных занятий и кончая игрой в кругу друзей. Обыгрывание произведения или программы надо делать как можно более часто или постараться достичь того, чтобы говоря словами Станиславского, «трудное стало привычным, привычное – легким, а легкое – приятным».
5. 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, то есть терапией при помощи образа. Однако, в силу недостаточного сценического опыта, молодые исполнители не всегда могут использовать данный прием.

Выбор часа репетиций на этом этапе играет не последнюю роль: время их проведения должно соответствовать предположительному времени выступления, что позволяет в наибольшей степени учитывать в процессе игры особенности психофизиологического состояния исполнителя, а оно различно в каждое время суток.

Проигрывание программы на заключительной репетиции должно носить характер не пробы, а игры перед воображаемой аудиторией: с полной мобилизацией сил, с полным чувством ответственности. Необходимы репетиции и перед специально приглашенными или случайно пришедшими слушателями (очень полезно также посоветовать ученику записать свою игру на магнитофон). Ни в коем случае на репетиции не следует проигрывать программу два раза подряд, так как только первое проигрывание достаточно правильно показывает степень готовности.

Очень важным моментом удачного выступления является состояние рук. Если руки перед выступлением ледяные от волнения, то полезно сделать ряд гимнастических упражнений:

- Ударять кончиками пальцев сначала по «подушечкам» первого сустава, затем посередине ладони, потом по нижней части ладони. Можно ударять каждым пальцем отдельно;
- Подтягивать пятый палец как можно ближе к кисти, глядящими движениями проводить кончиком пальца по ладони до его основания. Это упражнение делать каждым пальцем.

Достаточно эффективно действуют дыхательные упражнения, предложенные в свое время Б. Струве: «Медленное глубокое вдыхание через нос, небольшая задержка дыхания и такое спокойное медленное выдыхание через рот, затем отдых и снова повторение упражнения».

Перед выступлением ученик должен иметь возможность спокойно посидеть, расслабить все мышцы. За определенное время до выхода на сцену, педагог должен прекратить все наставления и замечания. Ученик должен верить в себя, в свое удачное выступление. Эта уверенность поможет ему хорошо выступить. Можно для снятия стресса съесть два-три кусочка шоколадки и запить это теплым чаем или водой. Глюкоза расслабляет мышцы желудка, которые испытывает при стрессе спазмы. Это ведет к восстановлению кровообращения и к нормальному питанию мозга. Употребление сахара уменьшает ощущение «ватности» ног, дрожание рук.

### **Работа над произведением после конкурса**

Немаловажное значение имеет работа над произведением после конкурса, тем более, если с этой программой учащемуся предстоит выступать и далее – на очередных этапах конкурса или на другом концерте. Повторное проигрывание произведения после концерта может выполнять несколько функций:

- Закрепление «по горячим следам» интересных находок, удачных решений масштабных построений либо отдельных деталей;
- Анализ того, что в концертном состоянии не получилось;
- Утверждение, при наличии остатка волнения, наиболее перспективных путей развития виртуозности, а также специфическое стремление как бы «доиграть» сочинение, дать ему «дозреть» в сохраняющемся актуальном поле творческого воодушевления.

Состояние послеэстрадного волнения продолжается в несколько сниженном виде и на следующий день после выступления, что открывает

особую возможность целесообразного его использования не только для закрепления исполненной программы, но и для подготовки к игре на эстраде других произведений.

### **Заключение**

Таким образом, подготовка к публичному выступлению превращается в наиважнейший этап формирования педагогом музыканта-исполнителя, а успешность его выступления на сцене будет напрямую зависеть не только от качества и надежности выученных произведений, но и от уровня его психологической адаптации к общению с публикой.

Конкурсное выступление – итог работы преподавателя и 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.

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, которое является основой развивающегося обучения, раскрывающего индивидуальность ученика. Концертная деятельность оказывает огромное влияние на творческий и профессиональный рост, как ученика, так и преподавателя.



## Список литературы

1. Алексеев А.Д. Методика обучения игре на фортепиано. – М.: Музгиз, 1961.
2. Баренбойм Л.А. Музыкальная педагогика и исполнительство. – Л.: Музыка, 1974.
3. Бейлина С. В классе профессора В.Х. Разумовской.
4. Любомудрова Н. Методика обучения игре на фортепиано.
5. Литвиненко Ю.А. Роль публичных выступлений в процессе обучения музыке. – М.: Педагогика искусства, №1, 2010.
6. Цыпин Г.М. Музыкант и его работа: проблемы психологии творчества. – М.: Советский композитор, 1988.