Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей города Новосибирска

«Детская школа искусств №16»

**«Подготовка музыкантов к публичному выступлению»**

Автор: Мясникова Людмила Валентиновна

Преподаватель фортепиано

Новосибирск 2023 г.

Оглавление

[Пояснительная записка 3](#_Toc147091020)

[Психологические механизмы, помогающие в борьбе со страхом перед сценой 4](#_Toc147091021)

[Основные способы для подготовки произведения к выступлению 4](#_Toc147091022)

[Психологическая подготовка учащегося к публичному выступлению Правильный настрой перед выступлением 6](#_Toc147091023)

[Особенности подготовки детей со средними музыкальными способностями и недобросовестным отношением к занятиям 9](#_Toc147091024)

[Организация времени в день выступления 10](#_Toc147091025)

[Заключение 13](#_Toc147091026)

[*ИСПОЛЬЗУЕМАЯ МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА* 14](#_Toc147091027)

# Пояснительная записка

Преодоление страха перед выступлением — это основная проблема исполнительского искусства. Это проблема темперамента, памяти, харизмы, артистизма и т.д. Цель данной работы: выявить основные этапы в подготовке больших и маленьких музыкантов к выступлению на сцене.  
Определить психологические механизмы, которые могут помочь в борьбе со страхом перед сценой.

В детских музыкальных школах существует уже устоявшаяся форма проверки успеваемости учащихся, которая предусматривает академическое прослушивание, технический зачет и переводной экзамен. Следовательно, учащийся должен выступить с подготовленной программой в течение года не менее трёх раз. Если к этому прибавить отборочные прослушивания, участия в конкурсах, школьных концертах, то число выступлений соответственно возрастает.

Многие учащиеся нуждаются в коррекции неправильного сценического поведения. Такие симптомы, как тряска рук, губ, дрожь коленей, неспособность сосредоточиться на исполнении произведения, боязнь забыть текст, не справиться с трудными местами - все это является основными проявлениями синдрома сценического волнения.

***Задачей*** данной работы является ответ на вопрос: «Как помочь исполнителю возможно лучше донести до слушателей то, что задумано и отработано в классных и домашних занятиях? Какими путями добиваться того, чтобы выступление доставило удовлетворение и ученику и слушателям»!

Н. А. Римский-Корсаков часто повторял, что эстрадное волнение тем больше, чем хуже выучено сочинение. Существует известное правило: на сцене случайной может оказаться неудача, но никогда случайно не возникает успех.

# Психологические механизмы, помогающие в борьбе со страхом перед сценой

Прежде всего, чтобы успешно преодолевать естественную боязнь выступать перед чужими людьми, исполнитель должен быть действительно совершенно уверен в себе. Уверен в том, что у него все получается, нет мест, за которые он боится в узко - техническом аспекте, что у него нет проблем с музыкальной памятью, то есть нет провалов в ней, в том, что он на эстраде не теряет голову и не мечтает поскорее покончить с выступлением и окунуться в обыденную жизнь, то есть сознанием контролирует ситуацию, «помнит себя», делает то, что хочет, и даже в той или иной степени получает удовольствие от погружения в музыку на людях, которые своим присутствием его как - то вдохновляют... Уверенность в себе - это уверенность в «железном» знании текста и уверенность в своей психологической устойчивости. Второе есть следствие первого.

# Основные способы для подготовки произведения к выступлению

Значение памяти для уверенного самочувствия во время публичного выступления, несомненно, одно из главенствующих. Как заучивать наизусть? Традиционно: сначала по нотам, затем без нот. Кроме разучивания пьесы по нотам и без нот американский пианист, автор книги «Советы молодым пианистам» И. Гофман предлагает ещё и такие способы:

1. За фортепьяно.

2. Без фортепьяно.

3. За фортепьяно без нот.

4. Без фортепьяно и без нот.

Второй и четвертый способы, без сомнения, наиболее трудны и Утомительны в умственном отношении; но зато они лучше способствуют развитию памяти и той весьма важной способности, которая называется

«охватом». Эти способы доступны лишь очень продвинутым пианистам с мощно развитым внутренним слухом; так лишь немногие, только самые одаренные композиторы сочиняли без фортепьяно (Стравинский, например, при всем его величии, всегда сочинял за инструментом).

В педагогической практике, работая с детьми, так же можно использовать данные способы для активизации процессов запоминания.

*Второй способ* - по нотам и без инструмента - можно разделить на два этапа: закрыв инструмент, играть на крышке по нотам; убрав руки с крышки инструмента, мысленно играть, глядя в ноты.

*Четвертый способ* - без нот и без инструмента - гораздо сложней и требует постепенной подготовки. Для начала ученик играет на крышке инструмента без нот. Чаще всего это удаётся без особого труда, так как площадь крышки соответствует площади клавиатуры. Затем задача усложняется: так же без нот играть на коленях. Следя за чередованием пальцев, преподаватель легко обнаруживает ошибку, если такая случится.  
Пропускать ошибку нельзя.

Еще один *способ* играть пьесу мысленно. Учащийся играет пьесу на инструменте в заданном темпе. Через несколько тактов преподаватель подаёт заранее условный знак, скажем, хлопает в ладоши, и ученик продолжает играть пьесу мысленно, затем снова хлопок, и снова игра на инструменте.  
Так чередуя реальную игру с мысленной, сыграть всю пьесу до конца. Если ученик после мысленной игры вступил вместе с педагогом, значит, он играл мысленно верно. Небольшое расхождение, в две три доли, возможно. Ученик мог чуть замедлить темп.

Этот способ запоминания самый надежный. Ученик, умеющий сыграть всю пьесу мысленно, чувствует себя на сцене гораздо спокойнее тех, кто учит механически.

Нужно добавить, что для малышей с их фотографической памятью в таком способе нет нужды, но для подростков он неоценим.

Однако могут оказаться в классе учащиеся, которым не под силу играть пьесу без нот и без инструмента. Это чаще всего дети с не развитым внутренним слухом и низким интеллектуальным уровнем. Таким ученикам можно предложить механический приём: расчленив пьесу, отметив каждый отрывок цифрой и спрашивать с любой цифры без нот. Особенно хорошо нужно проучивать окончание пьесы и кульминацию.

Разумеется, работа над памятью не исключает и не заменяет длительную и систематическую работу над техникой, над двигательным автоматизмом. Но необходимо помнить, что автоматизм, выработанный путем бессмысленного выстукивания, без участия сознания, непрочен.

Другим не менее важным показателем как технической, так и художественной готовностью программы является свобода игры.  
Исполнение может считаться художественно созревшим лишь при наличии эмоционально - логической непрерывности, когда не теряется «нить событий», нет скучных мест (белых пятен), внимание нигде не уходит надолго в сторону. К подобному исполнению можно отнести слова Бетховена: «... я вижу и слышу цельный образ во всем его охвате, стоящим перед моим внутренним взором как бы в окончательно отлитом виде...»

# Психологическая подготовка учащегося к публичному выступлению Правильный настрой перед выступлением

Как подготовить психику учащегося к ответственному выступлению? У детей в раннем возрасте, с двух-трёх лет появляется склонность к театральной игре. Игра в куклы, солдатики для них и есть театр, в котором они и авторы, и режиссеры, и актеры. Выступление на экзамене, концерте младшие ученики воспринимают как интересную игру, в которой они охотно участвуют. У учащихся младших классов, с какой бы ответственностью они не относились к своей задаче, волнение (за редким исключением) носит ожидания праздничного, радостного события. Волнение такого рода не тормозит работу слуховой или двигательной памяти.

С возрастом всё меняется. У исполнителя появляются новые непривычные эмоции мешающие сосредоточиться. Обычно преподаватели перед выступлением напутствуют ученика - «ты только не волнуйся». Это не самые удачные слова. У любого человека в подобной ситуации эти предупреждения вызовут настороженность, беспокойство, ожидание чего-то неприятного, волнующего. Когда мы перед выступлением советуем ученику не волноваться, мы тем самым поддерживаем в нем чувство ожидания события, которое должно внушить беспокойство и страх. Практика показала, что гораздо лучшие результаты дают наставления обратного порядка. Полезно в классе ученикам рассказать о волнении как обязательном спутнике любого выступления: о том, что самые великие артисты, выходя на сцену, всегда волнуются; о том, например, как замечательная актриса Александра Яблочкина, когда ей было уже 90 лет, сказала: «Если я перестану волноваться, значит, я перестала быть актрисой и надо уходить со сцены».  
Спортсмены тоже волнуются перед матчем, но мобилизация воли, собранность помогает им прийти к победе и волнение им не мешает. Ученик должен понять, что волнение не уйдёт, но приобретёт другой характер: уйдет слепой страх, на его место придёт ощущение волнения как чувства нормального естественного в данной ситуации, а может даже в чём-то полезного. B закулисных комнатах Малого зала Петербургской консерватории когда-то висел плакат «Волнуйся не за себя, волнуйся за композитора!».

Иногда мы задаемся вопросом: нужно ли играть публично друзьям или посторонним?

Обязательно нужно играть и, по возможности, как можно больше.  
«Держаться совершенно в стороне от внешнего мира» ни в коем случае не следует. Как только музыкант почувствует себя достаточно готовым к выступлению, после одного-двух пробных выступлений перед близкими людьми, то есть после того, что принято называть «обыгрыванием», надо играть публично. Софроницкий, например, обыгрывал новое произведение сначала ближайшим друзьям, потом в музее Скрябина - и только тогда выносил в зал; А.Г.Рубинштейн перед циклом «Исторических концертов» решил проверить свою выносливость и память. С этой целью он предполагал устроить в Одессе репетиции этих крицертов: по приглашению Антона Григорьевича в небольшом зале Витцмана собрались близкие ему люди, и перед этой маленькой аудиторией он, выступая в течение семи дней подряд, впервые сыграл цикл «Исторических концертов».

Таким образом следует как можно чаще играть на эстраде, к ней нужно привыкать, к тем неповторимым ощущениям которые она дает. Нужно выработать навык исполнения в состоянии эстрадного волнения.

В школе процесс «обыгрывания» может выглядеть несколько иначе: за неделю-полторы до выступления устраивается «генеральная репетиция».  
Хорошо, если при этом присутствуют еще ученики или родители.  
Желательно максимально воссоздать обстановку экзамена или концерта - объявить фамилию исполнителя, назвать программу. Важно в это время преподавателю выдержать и не сделать никаких замечаний. Одним не вовремя сказанным словом, педагог может разрушить чувство личной ответственности, а тренировку несостоявшейся. Такие тренировки желательно проводить не только в классе. За три-четыре дня до выступления предложить ученику дома раз в день представить себе зал, где он будет играть, публику, всю обстановку, почувствовать себя на сцене и сыграть всю программу.

Полезно потренировать сосредоточенность ученика на сцене. Во время очередного проигрывания программы производить различные помехи: постукивания, хождения. Задача ученика, во что бы то ни стало, закончить игру без остановок. Экстремальные условия тоже помогут ребенку не теряться на сцене.

# Особенности подготовки детей со средними музыкальными способностями и недобросовестным отношением к занятиям

Всегда есть в классе ученики ленивые, безответственные, легкомысленные, которые готовят свою программу в последние дни, и им уж хоть бы наизусть сыграть. Желательно таким детям изначально не давать задание: «Иди и учи наизусть», а ставить конкретные задачи. КПД в таких случаях будет выше, как бы мало он не занимался. У ченики, рассчитывающие всё выучить в последние дни, на уроках играют с ошибками, сетуют на то, что дома получалось лучше. Им надо объяснить, что если на уроке не получается без ошибок, то в присутствии других преподавателей в зале будешь играть ещё хуже. Целесообразно рассказать о свойствах памяти. Занимаясь 20 дней по часу, будешь играть лучше, чем занимаясь последних 5 дней по 4 часа.

Постращать полезно, но лишать веры в себя нельзя. После насыщенного урока всегда нужно выразить уверенность в том, что ученик дома сумеет также внимательно, как на уроке, закрепить всё, чего добивался при педагоге, и сможет сыграть всю программу хорошо.

Детей, особенно маломузыкальных, больше всего волнует память.  
Основной, а иногда единственный показатель удачного выступления у них - сыграть программу без остановок. Боязнь забыть сковывает ученика.  
Конечно, забывать на сцене нежелательно, но такая неприятность может случиться и со взрослым, настоящим музыкантом, и слушатели не поставят ему в упрёк это, если музыкант ничего не исправляет, а продолжает играть дальше.

Есть немало пьес, в которых фактура не слишком сложная, доступная  
Ученику, но где-то на небольшом отрезке текста скрываются «подводные камни». Это может быть смена вида техники, скачки, трудный пассаж мелкими длительностями среди «спокойного ландшафта» всего текста.  
Вычленив трудное место и затратив на него много времени и труда, ученик, наконец, добивается чистоты и ровности. Но как велико огорчение, когда, играя пьесу целиком, ученик обнаруживает, что так хорошо выученный пассаж то получается, то не получается. Причина неудачи ясна: при исполнении сложного пассажа вне контекста перед учеником стояла задача локального характера - воля нацелена на преодоление именно этой трудности. Играя пьесу целиком, ученик не успевает вовремя подготовиться.  
В таких случаях выучив трудное место, нужно поиграть его начиная несколько раньше и натренировать подготовку к нему.

Беседы о силе воли, о необходимости участия воли в игре на инструменте дают хороший эффект. Однако в умении мобилизовать исполнительскую волю кроется и опасность: когда ответственный момент остался позади, у Ученика может наступить момент расслабления и там где меньше всего можно было ожидать, случаются непопадания, погрешности. Необходимо внушить ученикам, что расслабляться, отключаться можно тогда, когда окончена вся пьеса. Стоит в предпоследнем такте подумать о том, что всё закончилось - как обязательно смажешь последний аккорд. А это уж совсем обидно - всё равно как после большого заплыва утонуть.

# Организация времени в день выступления

В день выступления очень важна спокойная атмосфера дома, в семье.  
Любая форма волнения обостряется усталостью. Нельзя, особенно в период подготовки к концерту допускать состояния утомления - как физического, так и эмоционального. Не зря .Перельман утверждал: «Настоящий музыкант отдыхает не от музыки, а для музыки». Некоторые чрезмерно честолюбивые мамы и бабушки умеют взвинтить нервную систему самого уравновешенного ребенка. Не следует будить в ребенке дух конкуренции. Такие побуждения исполнению не помогут, а воспитание человеческих качеств, безусловно, повредят. Об этом стоит поговорить с родителями.  
Некоторые старшие ученики, особенно девочки, нервничают, принимают успокоительные средства. Нельзя точно предугадать эффект, который они окажут. Может наступить, например, некоторая мышечная или эмоциональная вялость. Лучше не прибегать к подобным средствам. Вопрос питания тоже должен быть обговорён с родителями. Тяжелая, плотная еда перед уходом на экзамен или концерт вызывает вялость, сонливость. Еда должна быть вкусной, калорийной, но легкой. Есть нужно не позже, чем за час до ухода.

Если выступление назначено на утренние часы, нужно успеть разыграться. Если выступление вечернее, то придя из общеобразовательной школы пообедать, отдохнуть и сесть за инструмент позаниматься. Играть программу «начисто с настроением» не надо, нужно беречь силы, эмоции, чтобы не было, по словам Г.Нейгауза «душевной изношенности» из-за переутомления. Неопытный исполнитель не может дважды за короткий срок сыграть программу с одинаковой эмоциональной отдачей. При повторении «градус накала будет ниже».

В классе вполне достаточно попросить сыграть начальные такты каждой пьесы, чтобы проверить, правильны ли темпы. Можно попросить сыграть несколько заключительных тактов, отрывок из середины и где-то между небольшими частями пьесы и трудные пассажи, начав их с несколько предшествующих ему тактов, так чтобы ученик не понял, что именно это опасное место вы хотели услышать.

Поведение на сцене должно быть подготовлено и закреплено на «генеральных репетициях». Тем не менее, перед выступлением не помешает снова напомнить о том, что перед каждым произведением нужно настроиться. Активная работа сознания вызывает большую собранность внимания, воли и помогает нейтрализовать влияние волнения. Самый плохой способ провождения времени перед выступлением - это бессодержательный разговор за кулисами, рассеивающий внимание исполнителя, его творческий настрой. Ничем не лучше и молчаливое нервное хождение по классу . А.П.  
Щапов советовал перед выходом на сцену заставлять себя спокойно сидеть в удобной позе - при несколько расслабленной мускулатуре, тренируя этим столь необходимую для выступления волевую выдержку.

Никогда не следует сразу после выступления, когда ещё не улеглось возбуждение, подробно обсуждать с учеником его исполнение. Лучше на следующий день в спокойной обстановке вместе разобрать, что было хорошо, а что неудачно, почему было неудачно. Похвалить за проявленную исполнительскую волю (если это соответствует действительности).Ленивого ученика, чьё выступление было неудачным, как бы он не был огорчён, утешать не надо. Напротив полезно напомнить, что чудес не бывает.  
Выразить надежду на то, что в дальнейшем он будет больше заниматься.

С ленивым учеником, и с учеником лишенным музыкальных способностей, можно добиться удовлетворительных результатов, если он знает к чему стремиться в каждом произведении, если он вооружен нужными средствами для достижения цели, если педагог не ограничивается словесными замечаниями, а добивается усвоения и закрепления показанного способа на уроках; если наблюдается постепенность в преодолении трудностей; если педагог приучает ученика активно мыслить.

Методика обучения музыке не должна быть догматичной. Пути к истине многообразны. Есть только одно неоспоримое качество - спокойное (но не равнодушное), доброжелательное отношение к ученику, умение внушить уверенность в его силы, как бы малы они не были.

# Заключение

Дать однозначный рецепт для того, чтобы каждое выступление большого или маленького исполнителя всегда имело успех, не возьмется, пожалуй, ни один из методистов и педагогов. Каждый человек - неповторимая индивидуальность, следовательно, направления, формы и методы подготовки всегда должны основываться на индивидуальных качествах музыканта.

Общение с публикой, зрительской аудиторией - всегда творческий процесс. Преодоление эстрадного волнения должно идти по пути творческого желания общения со слушателями. Именно общение несет в себе истинный и непреходящий смысл всей подготовительной работы музыканта-исполнителя.

Полная отдача воплощению музыкального образа, непрекращающийся процесс открытия прекрасного в исполняемом, жажда выявить все это в реальном звучании — вот путь преодоления сценического страха, психологической адаптации юного пианиста к публичному выступлению.

# *ИСПОЛЬЗУЕМАЯ МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА*

Гиппенрейтер Ю.Б. «Неосознаваемые процессы»  
Гольденвейзер. «Об исполнительстве»  
Гофман И. «Фортепианная игра. Вопросы и ответы»  
Карпычев М. «По следам Иосифа Гофмана»  
Маккиннон Л. «Игра наизусть»  
Перельман Н. «В классе рояля»  
Макуренкова Е. «О педагогике В.В. Листовой»  
Савшинский С. И. «Работа пианиста над музыкальным произведением»  
Фейнберг.С. Е. «Путь к мастерству»  
Цыпин Г. М. «Исполнитель и техника»  
Щапов А.П. «Некоторые вопросы фортепианной техники»