**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ДЕТСКАЯ МУЗЫКАЛЬНАЯ ШКОЛА п. РЕДКИНО»**

***Методическое сообщение на тему:***

***Изучение брошюры***

***А. А. Шмидт-Шкловской***

***«О воспитании пианистических навыков».***

Подготовила: преподаватель, концертмейстер Соловьёва И.В.

Редкино,2015

ВВЕДЕНИЕ

Воспитание пианистических навыков начинается с первого прикосновения ребенка к клавише и является неотъемлемой частью на протяжении всего обучения игре на фортепиано. Существует множество литературы, посвященной постановке игрового аппарата, но мы остановимся сегодня только на одной из них. Брошюра «О воспитании пианистических навыков пианиста» А. А. Шмидт-Шкловской не только освещает вопросы начального этапа обучения, но и рассказывает о причинах и способах устранения профессиональных заболеваний рук пианиста.

Анна Абрамовна Шмидт-Шкловская (1901-1961)- выпускница Московской консерватории, ученица Ф.М.Блуменфельда. Ее имя было известно благодаря результатам лечения профессиональных заболеваний рук пианистов, проводимых по разработанной ею системе. Она пользовалась авторитетом в музыкально-педагогических кругах, игра всех ее учеников отличалась органичностью, пианистической свободой и увлеченностью. Чаще всего к ней обращались пианисты с целью избавиться от неудобства и скованности во время игры, преодолеть техническое отставание и найти необходимые средства для проявления своей индивидуальности.

Целью данного методического сообщения является изучение данной брошюры и ее краткий обзор.

Брошюра делится на несколько разделов и первый из них **введение,** в котором говорится о том, что заняться изучением заболеваний пианистов и поиском рациональных приемов игры Анну Абрамовну побудила собственная болезнь рук. В 1922 году в Петроградской консерватории она посещала лекции профессора И.И Крыжановского по анатомии и физиологии человека и благодаря ему впервые почувствовала свободные, естественные движения при игре на фортепиано, до этого ее ощущения во время исполнения были болезненны, т.к. ее учили играть с прижатыми локтями и неподвижными руками. Далее она продолжила изучать анатомию и физиологию аппарата.

Опираясь на знания и исполнительские навыки, приобретенные за годы учения, и на собственный многолетний опыт она попыталась разработать систему приемов и упражнений ,которую можно было бы положить в основу воспитания рациональной техники. В эту систему она включила и некоторые приемы ее учителей- профессоров Ф.М. Блуменфельда. И.А. Турчинского, а также И.И. Крыжановского.

Научно обоснованная, рациональная техника необходима в игре на фортепиано, так же как и в других видах исполнительского искусства. Технические неудобства обедняют художественную сторону исполнения и тормозят дальнейшие развитие ученика.

В большинстве случаев профзаболевания рук пианистов так же, как и недостатки в технике- результат провала какого-то звена в воспитании музыканта. Практика показывает, что дело здесь чаще всего не в так называемой профнепригодности, а в неправильных рабочих приемах.

Неверные навыки могут развиться по разным причинам. Одна из них-неконтролируемый рефлекс, который может возникнуть у ученика в процессе обучения. Скрытые напряжения при извлечении звука могут войти в привычку, стать основой неправильного приема игры. С другой стороны случается, что сам педагог не всегда понимает некоторые естественный приемы ученика, подсознательно приспособляющегося к инструменту и борется с ними.

Для воспитания естественной рациональной техники педагог должен знать природные возможности пианистического аппарата. Нельзя во всех случаях требовать строго определенного положения рук или движения, пусть даже и рационального, нельзя сковывать инициативу учащегося. Ученик должен находить и свои приемы исполнения.

Анна Абрамовна советует показывать приемы в живой и увлекательной форме и так, чтобы ученик сам убедился в их правильности и удобстве собственных ощущениях. Ясно поставленная цель мобилизует внимание, воспитывает ответственность и интерес к занятиям.

В разделе **«Организация движений пианиста»** рассказывается о постановке руки на инструменте.

Игра на рояле требует определенных мышечных усилий. Для успешной работы пианиста необходим упругий тонус мышц. Общее состояние исполнителя при этом должно быть бодрым и приподнятым.

Организацию движений ученика нужно строить таким образом, чтобы воспитать у него правильное отношение к клавиатуре.

Важно объяснить что прикасаться к инструменту нужно не ногтем, а мягкой подушечкой пальца. Такое прикосновение позволяет сохранить чуткость осязания кончика пальца и является одним из условий певучей игры.

При выборе положения пальцев необходимо учитывать строение рук ученика, а также особенности фактуры музыкального произведения. Например вокальную кантилену, большие аккорды, пьесы с большим количеством ключевых знаков удобнее играть пологими пальцами, а вот быстрые пассажи на белых клавишах лучше играть закругленными пальцами.

Положение пальцев должно быть таким, чтобы его можно было легко изменить. В целом предпочтительнее естественная закругленная форма пальцев, дающая возможность и сокращать, и свободно поднимать и опускать их.

Наиболее естественны движения «целых пальцев», работающих из ладони-- таким же образом, как мы берем предметы.

Растяжение ни в коем случае не следует делать насильственно, оно должно быть естественным, иначе ткань грубеет и утолщается, уменьшается эластичность руки.

Далее Шмидт-Шкловская говорит о положении кисти на – лучше всего с опорой не в «косточки», а дальше, в «мякоть», в середину ладони. Пястнофаланговые суставы («косточки») при этом не должны выдаваться наружу, но и продавленными им быть не рекомендуется.

Широкое положение ладони, являясь условием независимости пальцев, позволяет добиться певучего, сочного звучания.

При этом наиболее естественное положение первого пальца—слегка в стороне от ладони, но так, чтобы было возможно сближение его с остальными.

При поворотах кисти, при смене позиций первый и пятый пальцы удобно держать почти параллельно..

Большую роль в игре пианиста играют крупные части руки, с помощью которых производиться смена позиций на клавиатуре. Наиболее удобны движения совершаемые «всей рукой от плеча» , при этом лучше, если рука будет слегка отставлена от корпуса, - так, чтобы в подмышечной впадине чувствовался воздух.

Движения кисти дополняют движения предплечья и плеча.

Сутулая, сгорбленная осанка сильно затрудняет работу мышц плеча, спины, груди и плечевого пояса, столь необходимых при исполнении, поэтому первое, на что следует обращать внимание это осанка. Главное ощущение правильности осанки должно быть ощущение «стрежня», проходящего вдоль спины, прогнутости торса, при этом лопатки должны прилегать к спине, грудь открытая, плечи опущены. Помогать сохранить осанку должна хорошая опора на ноги.

Наиболее удобная посадка, это та, при которой можно было бы в любую минуту встать, приподняв согнутые ноги и остаться в вертикальном положении не отклоняясь.

Рука поддерживается не только мышцами спины, но и сильными мышцами плечевой кости(нижними мышцами). Они облегчают работу «верхних» мышц, удерживающих руку на весу, и предохраняют их от утомления.

Поддержка нижних мышц регулирует вес руки, передаваемый в клавиши, придает руке упругость.

Упругость тонуса сочетается с таким состоянием рук, при котором по ним как-бы «течет» звук из корпуса через пальцы и клавиши в струны рояля.

Следующий раздел посвящен упражнениям и называется **«Гимнастика».**

В нем приводится ряд гимнастических упражнений на укрепление и активизацию мышц, участвующих в работе пианиста. Приведем ниже некоторые из них:

1. *Упражнение на раскрепощение мышц рук, шеи и плечевого пояса.* Поднимаясь на носки, медленно плавно, вместе со вдохом, следует поднять ненапряженные руки вверх; кисти при этом должны висеть свободно. Затем нужно развести руки в стороны и вместе с выдохом, свободно наклонившись вперед, тяжело уронить расслабленные руки вниз. Голову также отпустить. В таком положении нужно предоставить рукам раскачиваться до тех пор, пока они не остановятся.
2. *Свободные повороты головы для освобождения мышц шеи.* В этот момент нужно следить за осанкой.
3. *Дыхательное упражнение.* Очень важно во время игры дышать спокойно, не задерживая дыхание, особенно в кульминациях. Важным условием нормального дыхания является хорошая осанка. Не поднимая плечи. Сделать глубокий вдох так, чтобы легкие до конца наполнились воздухом и грудная клетка расширилась. Выдох бесшумный и полный.
4. *Упражнение на смену уровня опоры рук.* Руки спокойно лежат на коленях. На счет «раз» положить их на крышку, на счет «два»- руки на пюпитре, на счет «три»- опять на крышке, на «»четыре»-на коленях. Все движения нужно выполнять просто и естественно.
5. *Упражнение на ощущение руки от корпуса до кончика пальца.* Рисуйте в воздухе любые закругленные линии поочередно вторым, третьим, четвертым и пятым пальцами.
6. *Упражнение на активную супинацию и пронацию* ( это повороты предплечья вокруг полной оси; супинация- в сторону 5 пальца. Пронация- в сторону 1).Следует имитировать ввинчивание и вывинчивание лампочки.
7. *Упражнение на укрепление ладонных сгибателей пальцев.* Проминайте ладонь, опираясь на нижнюю поверхность второго-пятого пальцев и отталкивайтесь пальцами от опоры пружинящими движениями. Ни в коем случае не поднимайте запястье вверх. Не преувеличивайте проминание, пружинить должны пальцы. Первый палец при этом упр. , не должен быть опущенным вниз, ощущение должно быть на одной плоскостью с ладонью.
8. *Данное упражнение нацелено на ощущение подвижности и легкости пальцев.* Свободно и естественно помахивайте всеми пальцами.
9. *Подготовительное упражнение к разделу «Растяжение».* Положив руки на колени, веерообразно разводите и собирайте пальцы, как бы разглаживая платье.
10. *Упражнение на 1 палец.* Круговые движения первого пальца. Следить, чтобы первый палец работал легко. Также для ощущения подвижности 1-ого пальца можно как-бы «катать» воображаемые шарики 1-2, 1-3, 1-4, 1-5 пальцами.
11. *Упражнение на освобождение рук*-похлопывайте ладонью по крышке рояля, закрывающей пюпитр, в разных ее местах. Выполняйте упражнение всей рукой, не сгибая ее в локте.
12. *Упражнение для ног.* Свободно отклоняйте колено в стороны, опираясь на пятку; легко вибрируйте стопой; вращайте стопу вокруг педали; поворачивайте стопу влево и вправо.

Далее следует раздел большой раздел **«Упражнения за инструментом».**

Следует рассматривать их как средство воспитание не механической. А музыкально-осмысленной техники. Упражнения все тесно связаны с музыкой и постепенно должны переходить в работу над музыкальном произведением. Все приемы и упражнения следует проходить постепенно, от простого к сложному.

В начале работы над этими упражнениями возьмите с пюпитра люой предмет. Положите его на колени, затем обратно на пюпитр. Это поможет настроиться на извлечение звука естественным образом.

1. *Упражнение на извлечение одного звука.* Считать на «четыре». На счет «раз-два» извлекайте звук каждым пальцем сначала одной рукой, потом двумя- спокойно, без суеты. В медленном темпе, чтобы успеть дослушать до конца звучание струны. Нужно играть и на черной клавише- для мускульного ощущения подъема руки.
2. *Проверить опору и «проводимость звука» можно при помощи следующего упражнения:* незанятой рукой приподнимите снизу локоть, плечо и предплечье играющей руки, чтобы проверить их легкость.
3. Проверить свободу незанятых пальцев можно при помощи взятия звука одним пальцем, а остальными при этом легко и без напряжения повибрируйте в воздухе.
4. *Для проверки цепкости кончика пальца* следует повиснуть одной рукой на кончике пальца, а другой попытаться стащить ее.
5. *Упражнение на перенос опоры от пальца к пальцу* (подготовка к репетициям). Возьмите звук и незаметным движением у самых клавиш. Не понимая кисть, переносите руку в горизонтальной плоскости с пальца на палец. Последние не делают никаких движений. Исполнять это упражнение следует одной и двумя руками с постепенным ускорением и замедлением темпа.
6. *Далее следует комплекс упражнений на выработку дуговых движений.* Они являются наиболее рациональными для скачков, бросков и переносов рук на большие расстояния. Они обеспечивают большую точность попадания. Работая над этими упражнениями следует контролировать свои ощущения, постоянно чувствуя прогнутую спину и нижние мышцы спины, переносящие руку, которая при этом должна ощущаться как крыло. Следите за тем, чтобы вместе с рукой не поднималось плечо и не болталась кисть. Все движения-скупые и точные.

- Переносите каждую руку по большой дуге отдельно широким дуговым движением (пр.р. вверх, л.р. вниз). Играть каждым пальцем по очереди.

- То же играть с возвращением к начальному звуку.

- Дуговые скачки на октаву вверх и вниз. Играть каждым пальцем по очереди. Также полезны скачки через две октавы.

Далее следуют упражнения, в основе которых супинация и пронация, они *подготавливают ровное исполнение трелей и фигураций*, встречающихся в аккомпанементах. Приведем ниже пример одного из них:

«Колесико». Играется на расстоянии двух октав одной и двумя руками. Удерживайте ноту «Ми» второй октавы 3 пальцем, а первым и пятым играете поочередно «ДО»(слева) и «Соль» (справа). Звук «Ми» тянется все время, проверяйте устойчивость руки на третьем пальце. Не преувеличивайте колебательные движения.

*Упражнения на репетиции.* Репетиционная техника строится на вибрационном движении, с помощью которого рука хорошо освобождается и приобретает наибольшую подвижность.

Репетиции с переменной аппликатурой гораздо удобнее играть не забирая пальцы под ладонь, а сменяя их на одном движении руки, при котором они отходят в сторону и освобождаются, уступая друг другу. Кисть не поднимается, все пальцы вибрируют одновременно.

При таком способе исполнения репетиций кончики не скользят по клавише, и репетиция получается более точной. После первого звука остальные играются «рикошетом».

1. Беззвучная подмена пальцев на одной клавише(подготовительное упражнение). Переносите руку с одного пальца на другой, хорошо на них опираясь.
2. На шестнадцатых повибрируйте на одном движении вглубь клавиатуры, «к струне», чувствуя как клавиша «играет сама». На половинной ноте погружайтесь в клавиатуру с расширением ладони.
3. Репетиция с вкладыванием ладони в октаву. Это упражнение помогает найти естественное положение кисти глубоко в клавиатуре с опорой в ладонь.

Следующий раздел называется **ТЕРЦИИ, СЕКСТЫ, ОКТАВЫ.**

1. Исполнение терций всегда помогает найти собранную позицию кисти, хорошую опору. Исполнять терциями. Аппликатура: сначала все играется 1-3, затем 2-4 и 3-5 пальцами. Можно играть вверх на октаву и обратно. Левая рука играет той же аппликатурой вниз от до-ми 1 октавы. Ладонь должна быть широкой , кисть не фиксированной. В этом упражнении следует добиваться полного и ровного звучания каждой терции.
2. Исполнение секст, секстовых пассажей подготавливает учеников, еще не берущих октавы, к октавной технике. Сексты можно учить различными приемами: «полетным» движением, глубоким вкладыванием ладони в клавиатуру движением от себя, а также играя верхний голос отдельно с сохранением положения кисти на позиции сексты.
3. Октавы. Играя их в любой последовательности , сначала проверяйте опору, пружинность запястья. Затем, сохраняя опору, легко вибрируйте средними пальцами ( от ладони).

Следующий раздел **ГАММЫ и АРПЕДЖИО.**

Цель этих упражнений - добиться ровного непрерывного исполнения гамм и гаммообразных пассажей без толчков, ровно по звучанию. Такое исполнение зависит от двух моментов: спокойного подкладывания первого пальца при смене позиций кисти и ровного текучего легато внутри позиции.

Основная причина толчков, неровности игры гамм- малая подвижность и напряженность первого пальца. Поэтому, чтобы обеспечить ровное и беглое исполнение, необходимо развивать его ловкость и легкость и подкладывать его незаметно, готовя заранее, не меняя уровня кисти.

Легато при исполнении гамм ощущается как бы внутри ладони. Кисть ведется плавно и спокойно на одном уровне. Кисть ведется плавно и спокойно на одном уровне.

1. Упражнение на подкладывание первого пальца. Расходящиеся движения на октаву и обратно. Играйте всю гамму двумя пальцами 1-2, 1-3, 1-4, 1-5 (левая рука от «до» вниз). Играйте также гамму с перекладыванием через 3,4,5 пальцы следующей аппликатурой: 2-3-2-3 и т.д. ; 3-4-3-4 и т.д. ; 4-5-4-5. Выполняйте упражнение в разных тональностях, добиваясь плавности.
2. Постепенное увеличение гаммообразной линии на один звук (до заполнения всей октавы) сначала в восходящем, потом в нисходящем движении. На последнем звуке чуть-чуть «внедряйтесь» в клавиатуру, слегка растягивая связку, соединяющую основания пальцев, не поднимая при этом запястья. Подкладывание первого пальца – незаметное.
3. Упражнения на *Арпеджио*. Исполняются вверх и вниз каждой рукой. Арпеджио хорошо играть «забирая в руку» все звуки, предварительно открыв ладонь и пальцы. Линия арпеджио до первого, второго пальца и т.д. , обратно- с перекладыванием через первый палец. Левая рука играет вниз от «до», прибавляя с каждым разом по одной ноте.

Первый палец подготавливайте вовремя и незаметно; кисть ведите на одном уровне и не поднимайте ее перед подкладыванием, запястье широкое, свободное. После подкладывания вся ладонь сразу же переносится через первый палец и широко располагается на следующей позиции.

1. Короткие арпеджио. Здесь важное значение имеет работа первого пальца, который направляет движение. В медленном темпе кисть и вся рука слегка поворачивается к пятому пальцу.

Далее следует раздел **РАСТЯЖЕНИЕ. АККОРДЫ.**

Хорошее растяжение и эластичность ладони—главное условие ненапряженного взятия октав и больших аккордов.

Растяжение поддается развитию путем тренировки, но только при условии правильной работы. Разработанность ладони и хорошее растяжение предохраняют от многих заболеваний.

Все упражнения на растяжение разогревают руки, и на них хорошо разыгрываться перед началом занятий. При выполнении упражнений следите за состоянием запястья – оно не должно подниматься или фиксироваться.

1. Растяжение с постепенным увеличением и уменьшением интервала. Упражнение выполняется каждой парой пальцев. Аппликатура: 1-2;1-3;1-4;1-5;2-3;2-4;2-5;3-4;3-5;4-5. Левая рука играет той же аппликатурой од «до» вниз.
2. *Аккорды.* Аккорд следует взять пальцами( как все что мы берем в руку), не напрягая при этом тыльной стороны кисти (она «отдыхает»), с упругой опорой, «рессорящим» запястьем. Расширение и сужение ладони на аккордах. Играйте трезвучия и обращения с удвоением основного тона. Не теряйте ощущения упругости «свода» и не поднимайте запястье, расширяйте и сужайте ладонь.

Изучение данной брошюры можно предлагать не только педагогам детских музыкальных школ, но и всем музыкантам-пианистам, т.к. данная книга описывает упражнения, которые подойдут и детям, и зрелым музыкантам.