**Муниципальное бюджетное учреждение**

**дополнительного образования**

**« Детская школа искусств»**

**Предгорного муниципального округа**

**Методический доклад на тему:**

**« Подготовка учащихся ДМШ и ДШИ к концертному выступлению»**

**Подготовлен преподавателем**

**отделения инструментального**

**исполнительства Кириенко Я.С.**

**2021 – 2022 уч.год**

В программе учащихся детских музыкальных школ и школ искусств  концертные пьесы занимают особое место. Они дают им возможность проявить свой темперамент, воображение, учат владеть красками звука, позволяют почувствовать себя настоящим артистом за инструментом.

Выход исполнителя на сцену - это публичный показ проделанной работы, за которую он несет ответственность перед слушателями, перед автором произведения, перед самим собой и  наконец, перед педагогом. Проанализировав выступления на сцене своих учеников, я пришла к выводу, что излишнее волнение мешает им показать себя с лучшей стороны на сцене. И передо мной встала задача вовремя заметить и распознать проблемы, ведущие к провалу на сцене и корректировать их с помощью различных методов, описанных в методических трудах известных педагогов - музыкантов.

Проблема психологической подготовки музыканта исполнителя к концертному выступлению - очень важная, она волнует многих педагогов, психологов, исполнителей.  И  это неудивительно, ведь результатом любого исполнителя является публичное выступление. Это событие всегда очень ответственно, и является не только большим стимулом для дальнейшего творческого роста, но и вызывает волнение, тревогу. Не доученное произведение исполнителя  -это не только не уважение к слушателям, но и вызывает отрицательный комплекс неуверенности в себе. Поэтому главной задачей преподавателя достойно подготовить ученика к выступлению. Первое проявление сценического волнения чаще дает о себе знать в возрасте 10-12 лет.

 Самоконтроль, как правило, у детей не развит, они не знают какими внутренними приемами можно несколько успокоить себя, как вести себя на сцене, не знают, как сесть. Это может стать причиной  волнения. Невозможность проявить себя из  страха получить низкую оценку со стороны комиссии также является причиной волнения.  А главной болезнью среди неопытных музыкантов является выпадение текста, провалы в памяти, от которых не застрахованы даже опытные мастера. Как писал  выдающийся исполнитель и педагог Л. Коган «Исполнитель волнуется от того, что боится забыть, а забывает от того, что волнуется».

 Как же бороться с концертным волнением? Как готовить ученика к выступлению? Воспитание артистических качеств, требует от педагога тонкого, индивидуального подхода к ученику. В подготовке к выступлению нужно устранить все, что мешает, что может вызвать нервозность. У ученика не должно возникать сомнений в полном успехе. Предстоящего выступления надо ждать как праздник, а не как страшного суда.

 Дефицит научных сведений о природе и сущности сценического волнения, как одной из форм психического состояния личности, обрекает преподавателя на поиски эффективных приемов психологической подготовки учащихся к концертному выступлению.

 В чем же причина волнения? Известный педагог и композитор С. Майкапар считал причиной волнения непродуктивные домашние занятия, что вызывает ощущение неуверенности и тревоги. Также,  Римский – Корсаков – великий композитор часто повторял, что эстрадное волнение тем больше, чем хуже выучено произведение.

 По мнению педагогов занимающихся вопросами музыкальной психологии,  некоторые житейские привычки человека негативно сказываются на его выступлении. Например: часто откладывается на завтра то, что можно сделать сегодня. Многие учащиеся, после того как произведение выучено наизусть, его просто зазубривают при многократных повторениях, которые эффективны, когда включают в себя нечто новое, а не просто восстановление того, что было. Необходимо каждый раз вносить что-то новое в исполнение.

 В исполнительском процессе, как и в любой деятельности человека,  активная роль принадлежит сознанию. Профессор Б. Диков писал:

« Играющий на любом инструменте должен координировать действия целого ряда компонентов: зрения, слуха, памяти, двигательного чувства, музыкально-эстетических представлений, волевых усилий». Обычно преподаватели и сами ученики большую часть времени тратят на подготовку технического аппарата, создание музыкального образа, характера и других важных элементов концертного выступления. Но меньше внимания обращают на психологическую подготовку к выступлению на сцене.

 Каждый исполнитель посвоему испытывает психологическое состояние перед выходом на сцену. Кто-то очень боится ошибиться, забыть текст, а кто-то хочет поскорее уйти домой, потому, что ему все надоело, кто-то смущен обстановкой зала. Но все - таки большинство с радостью ждут общения с публикой. Это в большей степени относится к учащимся младших классов.

Эмоциональное волнение - это особое эмоционально-психическое состояние, которое наблюдается у каждого исполнителя, не зависимо от возраста.  Оно возникает в связи   его выходом  на сцену для  выступления перед зрителями  или перед экзаменационной комиссией и при этом не зависит от его желания. Состояние эмоционального волнения исполнителя может возникнуть задолго до начала концерта или перед выходом на сцену, но оно должно быть обязательно. Но волнение волнению рознь. Известная приподнятость перед выступлением и во время его естественна, но есть еще волнение – паника, растерянность, которое очень сложно устранить. Работа над собой  – очень долгий и сложный процесс, требующий больших усилий.

Ценные советы по психологической подготовке к концерту содержаться в книгах, статьях, методических разработках выдающихся музыкантов и педагогов: Л. Баренбойма ,  Г.Когана, Г.Нейгауза, С. Фейнберга и др. В них можно найти ответы на ряд вопросов как показать себя на сцене с положительной стороны. Ими предлагается ряд методов и приемов, которые повышают психологическую устойчивость исполнителя на сцене. Когда пройдены все этапы предварительной работы над произведением, когда найден музыкальный образ, но из-за сильного волнения все рушится, на помощь должно придти умение владеть собой, внутренняя собранность, концентрация внимания. В основе профилактической работы лежит метод саморегуляции.  На уроках помогают следующие упражнения:

1   Представь, что ты нырнул в воду. Можно ли в этот момент думать о

чем - то прекрасном?  Только поскорее спастись, собрав всю силу воли. Также нужно учиться погружаться в исполняемое произведение. Все мысли должны направляться только на качество исполняемого произведения.

2     Прислушиваться к себе. Представь, что вокруг никого нет, и

полностью сосредоточься на своих ощущениях.  Прислушайся к своему дыханию, к тому, как бьется твое сердце. Какое при этом настроение.

3          Дыхательное упражнение:  надувание воображаемого шарика. Вдох

через нос, выдох через рот.

Эти советы способствуют формированию положительного отношения к  музыкально сценической деятельности, и в этом преподаватель помогает своему ученику.

Есть определенные пути и способы ослабления последствий эстрадного волнения. Н.Тараканова в своей работе «Развитие мотивации  юных музыкантов» советует использовать психологический метод преумножения - метод «метафоры». Метод преумножения - пробуждения скрытых возможностей юных музыкантов через осознание творческого подъема. Примеры:

- Представить восхождение на гору - метафора символизирует пути вверх, преодоление трудностей,  прохождение пути небольшими отрезками от точки до точки.

- Ребенок зажат во время игры. Использовать символ реки. Спокойное внутреннее созерцание воды помогает успокоить и выразить эмоциональное состояние.

Еще один из методов преодоления боязни сцены - метод самовнушения. Педагогу нужно внушить уверенность ученику в своих милах. ***«У тебя хорошее настроение, у тебя хорошо выученная программа, ты играешь с удовольствием и хочешь поделиться этим с публикой»*.** Ученику следует повторять себе перед выходом на сцену «**Я с нетерпением жду концерта. Я контролирую и слушаю свою игру.  Я  забываю о страхе, и все мысли направляю на осмысленное исполнение музыки.  Я эмоционально устойчив и верю в себя»**. Самовнушение полезно связывать с картиной предстоящего успеха, считая ее заслуженной и справедливой наградой за хорошо сделанную работу. Уверенность, что произведение хорошо выучено, спасет от многих негативных форм эстрадного волнения. И эти методы хорошо работают.

Из личного опыта. Ученица Гончарова Маргарита подготовила программу для выступления сначала на городском конкурсе, а затем мы должны были  с ней ехать на конкурс в город Санкт-Петербург. И первое ее выступление в городе оказалось не совсем удачным. И программа была выучена хорошо, но что-то помешало ей достойно выступить. Она сильно расстроилась и боялась отправляться на международный конкурс. И только, я считаю, благодаря моей психологической поддержке, так как я верила в ее силы, благодаря различным тренингам и помощи со стороны родителей, она успешно выступила на конкурс и стала лауреатом 2 степени в номинации фортепиано.

А в этом учебном 2014-2015г. Из девяти моих учеников – восемь стали лауреатами международных дистанционных конкурсов.

Всякая работа над музыкальным произведением, которая велась учеником в классе и дома проходит «испытание на прочность» в условиях публичного выступления. Конечно, к ощущению сценической устойчивости исполнения нужно стремиться с первых же уроков, с самого начала работы над музыкальным произведением.  Преподавателю для концерта надо  выбирать произведения, способные раскрыть индивидуальность ученика. Лучше исполнять не сложные произведения хорошо, чем плохо играть трудные. Существует точка зрения, что, учащиеся, часто и успешно выступающие в детские годы обладают большей психологической устойчивостью. Для того, чтобы удачно выступить на экзамене, зачете или конкурсе, необходимо быть в состоянии оптимальной концертной готовности.

Состояние готовности или установка на успех имеет большое  значение. Установка – готовность организма к совершению определенного действия- то есть быть готовым к выходу на сцену с чувством уверенности, верой в удачу С. Рихтер говорил «Стихия музыки, подчинившая тебя, не оставляет места праздным мыслям. В эти минуты забываешь все: не только зрителей, зал, но и самого себя».

 Исполнитель должен игнорировать любой промах, допущенный при исполнении, иначе,  разволновавшись из - фальшивой ноты, можно загубить всю  программу. Преподаватель может посоветовать своему ученику игру перед  воображаемой аудиторией: «Представ, что ты играешь на публике. Войди в это состояние, твоя главная задача сосредоточиться на исполнении. Никто и ничто не должно тебя отвлекать.

 Профессор В. Кастельский говорил: «Способность сосредоточения,  как наиболее эффективного метода борьбы со сценическим волнением, нужно развивать в процессе пред концертной подготовки учащихся». Помогает видеозапись своего исполнения. Осознание того, что произведение записывают, заставляет сконцентрироваться на произведении и повышает самоконтроль.

Также, помогает пропевание по нотам текста без инструмента, пропевание вместе с инструментом, пропевание « про себя». При этом слуховые, двигательные и мышечные ощущения «работают вместе».

Задача преподавателя помочь овладеть этими приемами своим ученикам. Научить их контролировать свое состояние и уметь помочь себе в трудную минуту.

 Очень важен режим накануне выступления. Незадолго до выхода на сцену педагогу надо прекратить все замечания. В день концерта не нужно много заниматься. Полезно играть программу в неторопливом движении, в спокойной манере. Хорошо выспаться, это успокаивает нервную систему и избавляет голову от ненужных мыслей. Съесть немного сахара или кусочек шоколадки. Сладкое уменьшает ощущение « ватных ног», «дрожание рук».

А. Щапов - известный педагог - советовал перед выходом на сцену заставлять себя спокойно сидеть в удобной позе – при несколько расслабленной мускулатуре, тренируя этим необходимую волевую выдержку  Полное сосредоточенное  внимание на самом произведении, непрерывная концентрация внимания на развитии художественного образа, увлеченность, поможет сохранить самообладание на сцене.

 «Прежде, чем ваши пальцы коснуться клавиш, вы должны начать мысленно пьесу, определить в уме темп, характер, туше, звуки первых нот до игры» - советовал  А. Рубинштейн - великий музыкант.

Трудно вывести одинаковые для всех «рецепты» психологической подготовки к публичному выступлению, каждый должен выбрать для себя свой собственный проверенный временем способ подготовки к концертному выступлению, но добросовестность предварительной работы - главное в стабильности выступления. Важна правильная, последовательная работа над произведением, необходима система в самих занятиях. Не стоит бояться неудач и ошибок - это тоже своего рода опыт.

В заключении хочется сказать о том, что любой музыкант исполнитель должен помнить , что на сцене он обязан забыть о страхе и все свои силы и мысли направить к осмыслению той музыки, которая будет исходить из  его рук. Он должен выступать посредником между  композитором и слушателем, показать  лучшее, на что он способен.

Великий Г.Гейне писал: «Рояль исчезает, и нам открывается одна музыка».

 Список литературы

Л. Баренбойм Музыкальная педагогика и исполнительство  М. 1976

 А. Гольденвейзер «Об исполнительстве»  М. 1975

 И. Гофман «Фортепианная игра» М.1961

 Г. Коган «У врат мастерства»  М. 1961

 Г. Нейгауз «Об искусстве фортепианной игры»  М. 1987

 В. В. Петрушевский  «Музыкальная психология» изд. центр ВЛАДО\С 1997

В. Петрушин Артистизм – это тренировка     М. 1971

Н. Тараканова « Развитие мотивации юных музыкантов»

Г. Ципин  Музыкант и его работа    М. 1988