

10. Образцова А. Современная английская сцена [Текст] / А. Образцова. — М. : Наука, 1977. — 243 с.
11. Фурсов А. И. ВУЗы готовят марионеток [Электронный ресурс] / А. И. Фурсов. — Режим доступа : <http://www.russia.ru/video/fursovsistema/>. — Загл. с экрана.
12. Холл П. На какой драматургии обучать будущего актера [Текст] / П. Холл. — Лондон : British Theatre Studies, 1998. — 35 с.
13. Vilar J. Le théâtre, service public et d'autres textes [Текст] / J. Vilar. — Paris : Gallimard, 1975. — 73 с.
14. Conservatoire national supérieur d'art dramatique [Электронный ресурс]. — Режим доступа : [http://www.theatramour.com/conservatoire\\_national\\_superieur\\_d\\_a...](http://www.theatramour.com/conservatoire_national_superieur_d_a...) — Загл. с экрана.
15. Enseignement de Florent [Электронный ресурс]. — Режим доступа : <http://www.coursflorent.fr/index.php/enseignement>. — Загл. с экрана.

УДК 78.03 : 373.67(477.43./44+477.82)

*Юрій Портний*

## **ФОРМУВАННЯ ПІАНІСТИЧНИХ НАВИЧОК У СТУДЕНТІВ ФОРТЕПІАННИХ ВІДДІЛІВ МУЗИЧНИХ УЧИЛИЩ**

**Актуальність теми.** Проблема фізіологічного та психологічного звільнення у процесі формування необхідних ігрових навичок на етапі навчання у музичному училищі є однією з головних в професійному становленні піаніста. Саме на цьому етапі виховання формується основа його професійної майстерності. У музичній школі піаніст отримує лише частину піаністичних навичок, застосовуючи їх переважно у невеликих легких творах; праця над звільненням апарату проходить дуже поверхнево або не проходить взагалі. У музичному училищі піаністичний репертуар значно збільшується, стає складнішим, а праця над звільненням, як фізіологічним, так і психологічним, зазвичай не покращується. В результаті такого легковажного ставлення до цієї проблеми мають місце затиснення ігрового апарату піаніста та, як наслідок, його захворювання. Тому саме на етапі навчання в музичному училищі дуже важливим є правильно зорієнтувати студента

щодо професійних навичок піанізму, зокрема, у такому важливому аспекті, як звільнення його ігрового апарату. Виникає необхідність систематизувати низку методичних прийомів, які запропонували багато видатних піаністів для вирішення цієї проблеми, і які, однак, до цих пір не були систематизовані.

У методичній літературі до проблеми звільнення ігрового апарату дослідники звертались неодноразово, зокрема, принцип дії м'язів ігрового апарату добре описує Т. Воробкевич [2]. Психологічний аспект проблеми звільнення піаністичного апарату розглядає М. Фейгін [9], концентруючи особливу увагу на відношення викладача до студента у різних моментах навчального процесу. З праці Г. Ципіна [10] можна дізнатися про низку причин, через які зазвичай відбуваються затиски. І. Гофман [3], окрім багатьох питань піанізму, торкається такої важливої теми, як проблема втоми та її симптоми. Також він розглядає методику октавної гри, що дуже тісно пов'язано з проблемою затисків ігрового апарату. До аналізу прийомів октавної гри у взаємозв'язку із питаннями звільнення піаністичного апарату звертався також А. Алексеев [1]. Численні питання піанізму розглядає С. Савшинський [8], в тому числі, в аспекті організації занять піаніста, запобігання затисків, як фізіологічних так і психологічних, та пов'язаних з ними професійних хвороб. До проблем звільнення під час гри звернений розділ у методичній праці К. Мартінсена [7]. Л. Кузьоміна [5] розглядає ідеї Б. Яворського стосовно відпрацювання свободи рухів в світлі його концепції поєднання руху та подиху. Корисні вправи для звільнення ігрового апарату запропонував В. Макаров [6].

**Мета** нашого дослідження – виявити головні причини виникнення фізіологічних та психологічних «затисень» під час гри на фортепіано у студентів музичних училищ та визначити прийоми їх подолання.

При формуванні піаністичного апарату студента одним з першочергових завдань викладача має бути праця над самим джерелом піаністичних рухів, що визначають цілеспрямованість процесу звукоутворення. Слід надзвичайно відповідально ставитись до здоров'я виконавського апарату, який на середньому етапі навчання знаходиться на найважливішій стадії формування. Потрібно знати причини виникнення різного роду затисень, перенапруг, які при-

зводять до різноманітних професійних хвороб, та засоби їх профілактики. Дія виконавського апарату має свої фізіологічні особливості. Для кращого їх розуміння викладачам та студентам музичних училищ необхідно вивчити головні правила праці за інструментом, які забезпечують здоров'я виконавського апарату, та принципи взаємодії м'язів, які входять до нього.

Так, вкрай негативний вплив на здоров'я ігрового апарату мають заняття під час захворювання різними інфекційними хворобами, що може викликати запалення м'язів, сухожилів та суглобів піаністичного апарату. Є досить небезпечними інтенсивні заняття, особливо над віртуозною програмою, після довготривалої перерви, гра холодними руками. Також вкрай небажаною є інтенсивна гра, коли піаністичний апарат піддався фізичним перевантаженням, не пов'язаним з грою за інструментом. У навчальному процесі, що відбувається в музичних училищах, це стається досить часто, так як нерідко після занять з предмету фізичної культури, де студенти виконують, наприклад, нормативи з підтягування на турніку чи віджимання, вони потім ідуть на урок спеціальності або займаються за інструментом самостійно.

Велике значення для уникнення професійних хвороб, пов'язаних із затисками ігрового апарату, має правильний підбір репертуару, який, окрім відповідності музично-теоретичній підготовці студента, повинен відповідати також і його фізичним можливостям. Ми вважаємо, що не можна ставити віртуозні завдання, які переважають фізичні можливості студента. На практиці викладачі часто не додержуються цього правила, розраховуючи на те, що все ж студенту вдасться вдало здолати труднощі. У таких випадках шкоди може бути більше, ніж користі. Викладачам потрібно розуміти, що піаністичний апарат студента музичного училища є недостатньо тренованим, що він знаходиться ще у стадії формування, як в аспекті набуття піаністичних навичок, так і фізичного росту. Тому великі навантаження, наприклад, перебільшене захоплення віртуозними завданнями, зокрема, зашвидкі темпи, частіше, ніж на наступних етапах навчання, призводять до різного роду захворювань виконавського апарату.

При переході учня з ДМШ до музичного училища твори не повинні різко змінюватися по складності. Ми вважаємо, що на першому курсі училища твори можуть бути такими самими, як в останніх

класах ДМШ, необхідно тільки підвищувати вимоги до їх виконання. До такого репертуару студенти перших курсів музичного училища, як правило, фізично готові, і, відповідно, викладачеві зручно працювати, наприклад, над образно-драматургічним змістом твору, над його формою, піаністичними навичками студента, зокрема, красивим звуком, грою *legato*, прийомами вагової гри і т. п.

Саме на такому репертуарі дуже зручно працювати над навичками свідомого звільнення від затисків. Студент має знати, що з фізіологічної сторони фортепіанна гра представляє собою процес хоча й невеличких, але постійних м'язових напружень, після яких обов'язково потрібні певні розслаблення. Якщо під час гри м'язи будуть звільнятися все рідше і рідше, обов'язково настане такий момент, коли звільнити їх буде майже неможливо. Іншими словами, наступить своєрідний м'язовий спазм. Тому викладачеві потрібно вчити студента знати у творі ті моменти, де можна звільнити руку.

Наприклад, звільняти ігровий апарат можна між фразами, реченнями, періодами твору, де є час для «дихання» чи змістових цезур, які потрібні для виразнішого виконання, так як саме ці моменти є природними для звільнення. Наприклад, коли іде робота над інтонуванням, коли ми вчимо інтонувати певні звукові поєднання, ми об'єднуємо слабкі та сильні долі, подібно складам у слові. Там, де ми утворюємо «сильну» долю (смысловий акцент), завжди треба застосовувати вагу руки, на «слабу» – потрібно звільнити руку. Таким чином складається зв'язок між інтонуванням та напрацюванням правильної системи рухів, над чим в училищі викладачі рідко працюють.

У процесі гри може виникати ціла низка причин, через які можуть відбуватися затиски, на що звернув увагу Г. Ципін, а саме: перенапруження плеча, ліктя чи кисті; неекономність рухів пальців чи кисті, які повинні підійматися не більше, ніж потрібно; перебільшений тиск пальців чи навіть всього ігрового апарату на клавіатуру, що обтяжує весь ігровий процес; залишкова напруга в м'язах, які, закінчивши працю, не встигли розслабитись; напруга м'язів, які безпосередньо не входять у піаністичний апарат і, відповідно, не приймають участі в ігровому процесі (м'язи лица, шиї і т. п.); напруга фізична та психологічна, яка може виникнути автоматично перед важким місцем в творі [10, с. 127].

Причиною затисків може бути механічна гра технічного інструктивного матеріалу без конкретних музичних завдань, наприклад, без динаміки, якісних штрихів, фразування і т. п. В результаті студенту стає важко працювати над віртуозними місцями у творах, де вже стоять серйозні художні завдання. Наприклад, при виконанні пасажів на *crescendo* чи *diminuendo* в нього може неконтрольовано змінюватися темп, з'являтися «корявість» у грі і т. п. Відповідно, може з'явитися затиск, як фізичний, так і психологічний.

У тих ситуаціях, коли під час гри студент починає відчувати біль у руках, щоб продовжити гру, потрібно зменшити напругу та втому рук за рахунок зменшення амплітуди рухів та динаміки звучання. Корисним є перехід з однієї групи працюючих м'язів на іншу. Наприклад, в октавних пасажах І. Гофман радив змінювати положення зап'ястя від низького, яке приводить в рух передпліччя, до високого, в яке включається вся рука [3, с. 120–121]. Також значно допомагає сповільнення темпу, не тільки для того, щоб зменшити напругу, але і для того, щоб проаналізувати піаністичні рухи і вияснити причину дискомфорту. На заняттях у училищі така форма праці зустрічається нечасто.

Проблема різного роду затисків, економії м'язових сил, пов'язана з питанням стосовно повторів тих чи інших місць, над якими іде робота, а саме: скільки та до якого часу їх треба повторювати, щоб не створювати зайвої роботи для ігрового апарату і досягати потрібних результатів. Студенти мають знати, що повтори можуть давати позитивні результати, коли повторюється правильний варіант, тому перед кожним повтором потрібно бути зосередженим та конкретно знати, що потрібно зробити. Якщо ж студент не зосереджений, повторює неправильне виконання (невірну аплікатуру, невірні рухи, неправильну динаміку, інтонації і т. п.), то це тільки призведе до закріплення помилок, на виправлення яких знову доведеться витратити час, робити повтори, додатково витратити м'язові, психологічні та емоційні зусилля.

Важливо вчити студента уважно аналізувати піаністично складні місця, з'ясувати, у чому полягають об'єктивні труднощі виконання, в чому – власні недоліки, та знаходити методи подолання таких, а вже потім починати повтори. Тоді і займатися повторами доведеться

ся значно меншу кількість разів. Окрім того, не варто повторювати те, що вже добре виходить. Також для того, щоб зменшити кількість повторів та швидше долати різного роду віртуозні проблеми, студент повинен постійно працювати над своїм технічним оснащенням. Щоденна праця над різними технічними вправами, етюдами має бути обов'язковою.

Для успішного подолання різного роду затисків та напруги піаністу потрібно завжди піклуватися про свій фізичний стан, розвиток фізичної гнучкості та пружності не тільки виконавського апарату, а й усього тіла. Використовувати потрібно легкі гімнастичні вправи, які, в першу чергу, тренують рухливість та гнучкість м'язів та суглобів, і, до певної міри, їх силу та витривалість. Роблячи фізичні вправи, дуже корисно їх виконувати то з поступовим напруженням, то зовсім вільно, деколи роблячи рівномірне посилення напруги до максимуму та, навпаки, поступове її послаблення. Такий метод має пряме відношення до фортепіанної гри, тому що тіло і піаністичний апарат тренуються виконувати необхідну роботу в різних фізичних станах, зокрема, набувається навичка розслаблятися під час гри після сильного напруження, наприклад, після кульмінаційних моментів.

Існує цікавий прийом, який може допомогти звільнитися від фізичної напруги, і який практично не зустрічається в методичних працях піаністів – це відчуття свободи гортані. Цей прийом запропонував К. Мартінсен. Він звернув увагу на той факт, що, де б не виникло в тілі напруження чи затиск, завжди до них, в більшій чи меншій мірі, долучається затиск в гортані. З іншої сторони, розслаблення гортані (що перевіряється легким рухом голови в бік) суттєво сприяє подоланню напруги. Цей метод взятий з практики педагогів-вокалістів, зокрема, італійської школи, які завжди радили тримати рот в положенні напівпосмішки. З фізичної та психологічної точки зору особливість цієї методики полягає в тому, що «при посмішці напруга гортані неможлива, при цьому і напруга інших частин тіла зменшується» [7, с. 77].

Як викладачам, так і студентам важливо знати симптоми, які передують втомі. Ознаки втоми можуть виявлятися тим, що втрачається зосередженість на праці, послаблюється увага, збільшується кількість помилок, гірше запам'ятовується матеріал, ігровий апарат стає менш

рухливим і т. п. Особливо небезпечно, як зазначав Н. Метнер, коли «при втомі непомітно стає звичною і фізична напруга – учень подеколи зживається не з музикою, а саме з напругою» [4, с. 162]. І Гофман писав: «В стані втоми розуму та тіла ми нездатні протівитися виникненню поганих звичок, і, так як “вчитися – означає формування правильних звичок мислення і дії”, ми повинні остерігатися всього того, що може послабити нашу увагу по відношенню до поганих звичок...» [3, с. 135–136].

Найпростішим лікуванням від цього, при незначній втомі, може бути зміна методів праці за інструментом, а також прогулянки на свіжому повітрі. Якщо ж викладач помітив, що у студента з’являються ознаки досить сильної втоми, то заняття бажано на короткий час припинити, для того щоб студент мав деякий час на відпочинок на природі та здоровий сон, якісне харчування. Однак, якщо вчасно не реагувати на ці симптоми, то обов’язково наступить перевтома, ознаками якої можуть бути, наприклад, головний біль, запаморочення, нудота. Викладачам потрібно вкрай серйозно ставитись до цієї проблеми, і при появі ознак перевтоми заняття потрібно припинити взагалі. Якщо традиційних способів відпочинку виявиться недостатньо, то обов’язково потрібно звернутися до лікаря. Ігнорування вирішення вказаної проблеми може привести до серйозного захворювання студента-піаніста, як фізичного, так і психічного.

С. Савшинський зазначав, що втома при розумовій праці дається взнаки значно довше, ніж при фізичній. Втома нервових клітин головного мозку веде за собою порушення процесів обміну речовин, в той час, як фізична робота, після розумової, її зменшує. Для піаністів зміна їх діяльності на іншу фізичну (яка не шкідлива для їх професійної форми) повинна слугувати оздоровлюючим та профілактичним відпочинком. Але слід пам’ятати, що при будь-яких, навіть раціональних, заняттях, процес розвитку втоми безупинно розвивається, а коефіцієнт корисної дії поступово падає, і настає момент, коли обов’язково потрібний довготривалий відпочинок із застосуванням тих заходів, які ведуть до повернення сил організму [8, сс. 5–15].

**Висновки.** Таким чином, ми вважаємо, що питання затисків ігрового апарату необхідно виділити як окрему проблему у процесі становлення професійного піаніста на середньому етапі його навчання.

Тому ми виокремили частину елементів фортепіанної техніки, які мають безпосереднє відношення до проблеми затисків ігрового апарату, та запропонували методи подолання останніх. Так, викладачам, які працюють зі студентами музичних училищ, потрібно знати, що затиски ігрового апарату можуть бути викликані значно більшим спектром причин фізіологічного та музичного плану та причин, пов'язаних з організацією навчального процесу, ніж ті, які традиційно прийнято брати до уваги.

На шляхах до подолання проблеми затисків піаністичного апарату та психологічної несвободи необхідно розуміти:

– те, що новий рівень вимог на початку навчання у музичному училищі повинен визначатися, в першу чергу, не підвищенням ступеню віртуозності, а іншою якістю художньо-музичних і пов'язаних з цим піаністичних завдань;

– де та яким чином можна звільнитися від напруги;

– що між навичками правильного інтонування та звільненням ігрового апарату існує прямий зв'язок;

– механічна гра технічного інструктивного матеріалу без конкретних музичних завдань є шкідливою;

– проблема затисків пов'язана з проблемою економії м'язових сил, що, в свою чергу, має пряме відношення до питання повторів, а саме: повторювати необхідно тільки правильний варіант виконання, не повторювати багато та «що виходить»;

– подолання різного роду затисків передбачає вміння аналізувати технічні проблеми та знаходити правильні шляхи їх вирішення;

– потрібно уникати ситуацій, коли втома та напруга стануть звичним явищем; якісний відпочинок – це один з засобів профілактики професійних захворювань.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Алексеев А. Д. *Методика обучения игре на фортепиано [Текст] / А. Д. Алексеев. — Изд. 3-е, доп. — М. : Музыка, 1978. — 287 с.*
2. Воробкевич Т. П. *Методика викладання гри на фортепіано [Текст] / Т. П. Воробкевич. — Львів : Логос, 2001. — 222 с.*
3. Гофман И. *Фортепианная игра. Ответы на вопросы о фортепианной игре [Текст] / И. Гофман. — М. : Госмузиздат, 1961. — 223 с.*



4. Зетель И. Н. К. *Метнер-пианист. Творчество. Исполнительство. Педагогика* [Текст] / И. Зетель. — М. : Музыка, 1981. — 228 с.
5. Кузьоміна Л. А. *Особливості розвитку виконавської техніки (зі спадщини Б. Л. Яворського)* [Текст] / Л. А. Кузьоміна // *Вісник Харківської держ. академії дизайну і мистецтв.* — 2003. — № 2. — С. 22–30.
6. Макаров В. Л. *Методика обучения игре на фортепиано в подготовительном отделении и начальной школе* [Текст] / В. Л. Макаров. — Харьков : ХГИИ, 1997. — 120 с.
7. Мартинсен К. А. *Методика индивидуального преподавания игры на фортепиано* [Текст] / К. А. Мартинсен ; [пер. с нем. В. Л. Михелис ; ред., коммент., вст. ст. Л. И. Ройзмана]. — М. : Музыка, 1977. — 126 с.
8. Савшинский С. *Режим и гигиена работы пианиста* [Текст] / С. Савшинский. — Л. : Советский композитор, 1963. — 117 с.
9. Фейгин М. *Индивидуальность ученика и искусство педагога* [Текст] / М. Фейгин. — М. : Музыка, 1968. — 78 с.
10. Цыпин Г. М. *Обучение игре на фортепиано* [Текст] / Цыпин Г. М. — М. : Просвещение, 1984. — 176 с.