**Муниципальное образовательное учреждение**

**дополнительного образования детей**

**детская школа искусств № 13**

**«Как полюбить самостоятельные занятия музыкой»**

**Методическое сообщение по книге Наталии Учитель «Ученик-Учитель»**

**для**

 **заседания секции преподавателей фортепианного отделения**

**детских музыкальных школ и детских школ искусств.**

 **Составлено:**

 **преподавателем ДШИ № 13**

 **Соколовой Анастасией Алексеевной**

**Г. Пермь**

**2021 год**

**Содержание**

Об авторе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_стр.3

О книге\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_стр.3

Содержание книги\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_стр.4

В заключении\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_стр.8

**Об авторе**

Учитель в жизни и в паспорте. Родилась в творческой семье: отец- историк театра, педагог, продюсер, мать- пианистка, музыковед. Наталия начала заниматься фортепиано с четырех лет под руководством Марины Вольф. Окончила Десятилетку при Санкт-Петербургской консерватории им. Римского-Корсакова в классе Петра Лаула, продолжила у него же обучение в консерватории и на данный момент заканчивает аспирантуру. Выступает как пианистка и органистка в городах России, Европы и США. Лауреат международных конкурсов и фестивалей. Преподает фортепиано в хоровом училище им.М.И.Глинки.

Так же Наталия ведет свой музыкальный блог, в котором делится мотивацией и вдохновением для музыкантов. Выпускает курсы, пособия и гайды для музыкантов и любителей музыки, в которых рассказывает о психологии творчества, истории музыки, эффективных занятиях и многом другом.

**О книге**

 Книга, о которой будет идти речь, была напечатана и издана в конце 2020 года. В примечании автора было указано что книга предназначена как для музыкантов-профессионалов, так и для музыкантов-любителей, а так же для педагогов, детей и родителей. Она написана очень простым и понятным языком. Это авторское пособие по самостоятельным занятиям музыкой выполнено с очень красивыми и яркими иллюстрациями- фотографиями и картинками маленькой девочки, которая сопровождает нас на протяжении всего прочтения книги.

 В книге представлен подробный поэтапный план работы над произведением, подборки различных упражнений, советы по работе со сценическим волнением и ежедневник, который должен помочь правильно организовать занятия.

 Так же мы можем наблюдать отзывы некоторых авторитетных музыкантов, оставленных после прочтения книги:

*Полина Осетинская:* «Наталия Учитель написала умную, емкую и очень точную инструкцию по обучению игре на Фортепиано уже действующих профессионалов и только начинающих свой путь в музыке. В наше время сложно противостоять бесчисленным отвлекающим маневрам - и эта книга/инструкция поможет Вам сориентироваться в построении своего рабочего процесса.
Немаловажно, что автор уделяет внимание не самым очевидным, на первый взгляд, вещам - умению расслабляться, психологически готовиться к выступлению и видеть перспективу. Полностью разделяю такой подход к обучению, и желаю книге как можно больше нуждающихся в ней читателей!»

*Петр Лаул:* «Читая книгу моей талантливой выпускницы Наталии Учитель, все время ловил себя на нескольких мыслях:

1) О, так ведь это и это я сам советовал!

2) Чёрт, а ведь я-то всё делаю неправильно!

А если серьезно, то книжка эта будет очень полезна всем — прежде всего ученикам и студентам, их родителям, да и многим педагогам. Ведь то время, которое ученики проводят в классе — лишь видимая часть айсберга, а все главное происходит как раз наедине с самим собой и инструментом. Кроме того, все, даже, казалось бы, скучные материи описаны ясным, живым, увлекательным слогом. Прочтя такую книгу, хочется срочно бежать заниматься!»

**Содержание книги.**

 В книге поднимается тема о важности осознанных самостоятельных занятий, организации занятий с самим собой. Чаще всего, выпустившись из школы или даже колледжа, вуза, нас одолевают различные проблемы. Далеко не все понимают как заниматься самому (особенно выпускники музыкальных школ), многие несут с собой багаж зажимов и травм, возникших после концертов, конкурсов, прекращают свои занятия, так и не научившись самостоятельно ставить себе цель, работать над репертуаром. Порой даже опытные исполнители впадают в уныние от масштаба предстоящей работы, не понимая с какой стороны подступиться.

 **Когда ждать вдохновения?**

 Многие воспринимают творчество как некий полет, свободное движение. Конечно в какой-то мере это действительно так. Но для обретения этого свободного движения необходимо иметь стержень внутри. Умение работать планомерно- важнейшее качество для любого творческого человека, особенно для музыканта. Необходим постоянный анализ и понимание ситуации:

* На каком этапе вы сейчас находитесь?
* Что вы уже сделали и что вам предстоит сделать?
* Чем вы можете заняться сейчас для продвижения дальше и сколько примерно времени у вас это замет?

 Звучит скучно? А как же вдохновение? Вдохновение приходит и уходит, и мы должны ему это позволить. Однако было бы неправильным делать себя зависимым от таких колебаний. В творческой работе очень важно умение не пренебрегать четкой структурой. Ведь игра на музыкальном инструменте имеет непосредственное отношение и к «ремеслу». И, как в любом ремесле, без регулярной работы мастер быстро теряет форму.

 **Для чего ежедневник.**

 Ежедневник помогает следить за движением к цели. Автор предлагает раз в неделю заполнять мини-отчеты по результатам работы в этот промежуток времени. Постоянно анализируя ситуацию и задавая себе вопросы, вам удастся не только контролировать ситуация, но и авторизовать результат. Для мотивации важно не только ставить себе цели и определять задачи, но и замечать уже проделанную работу.

1. Определяемся с тем, на каком уровне работы с произведением вы находитесь сейчас.
2. Выбираем из пособия упражнения, которыми вы займетесь сегодня (соответствующие уровню, на котором вы находитесь).
3. Вписываем в план в графы ежедневника.
4. В конце недели анализируем что из выбранных задач вам удалось выполнить.

**Как работать над музыкальным произведением?**

*Схема из трех уровней*

Небесный уровень. Представим, что мы летим в новую страну. Вглядываемся в иллюминатор, пытаемся уловить ее контуры, оценить

размеры, определить «форму, фактуру». Иногда приобретаем путеводитель и увлеченно читаем его, прежде чем приземлиться.

На практике в этом этапе пытаемся оценить масштаб предстоящей работы. Понять, что за стиль, направление, жанр, форма, характер у этого сочинения. Мы можем послушать разные варианты исполнения.

 Что можно делать на этом уровне? Прочитайте историю создания. Прослушайте произведение с нотами. Попробовать прочитать произведение с листа от начала до конца, чтобы охватить его целиком. Проанализируйте в какой форме оно написано. «Поделите слона на части»- разбейте произведения на логичные, не слишком объемные части. Подумайте об образе.

 Земной уровень. Наконец мы опускаемся на землю и идем гулять по конкретным городам. Углубляемся в произведения, изучаем его мельчайшие детали. От ритма и аппликатуры до штрихов, звуковых нюансов, интонаций, чтобы затем собрать все воедино.

 Что можно делать на этом уровне? Проучивайте отдельно фрагменты разными руками, после чего соединяем двумя руками. Обратите внимание на регистры, ритм, аппликатуру, штрихи, динамику, паузы. Начинайте учить с самых сложных фрагментов, объединяя их с теми тактами, которые их окружают. Еще один способ- учить от конца к началу («Китайская грамота, или снежный ком»). Пробуйте исполнять очень-очень медленно, вслушиваясь в каждую ноту («замедленная съемка»). Проучивайте с разными штрихами (staccato, non legato, пунктирным ритмом, очень вязкое legato). Некоторые технически сложные места для обеих рук одновременно можете проучивать способом «перевертыш». Для этого переверните руки, поместив левую над правой, что бы одна из рук исполняла свою партию октавой выше (ниже). Каждая рука должна продолжать свою партию, но находясь в «перевернутом состоянии».

 Обязательно пропевайте мелодическую линию. Так же в полифоническом произведении можете попробовать одну руку играть, а другую петь. Пробуйте играть разными прикосновениям, что бы палец «любил и ненавидел». Особую роль выделяйте расставлению фразировки. На данном этапе происходит выучка наизусть.

 Космический уровень. Мы улетаем из этой страны и, поднявшись наверх, смотрим на то, что теперь представляется таким знакомым. Будто с высоты наблюдаем за тем, что только что видели на расстоянии вытянутой руки. Теперь мы знаем каждую деталь и снаружи, и изнутри, осознавая всю ее полноту. На практике, находясь на этом этапе, мы возвращаемся к нотам и охватываем произведение целиком. Мы смотрим на него заново, понимая что кроется внутри.

Что делать на этом этапе? Еще раз определитесь с драматургией (завязка, развитие, кульминация, развязка). Продумайте программу. Здесь очень важно иметь хотя бы общее представление о музыке, которую вы исполняете.

**Бережем шею, спину и руки. Зачем музыканту быть в «форме»**

Мы часто забываем, что важная часть качественных занятий- грамотное распределение нагрузки. К сожалению, задумываемся мы об этом обычно только в тот момент, когда проблемы с шеей, спиной или руками дают о себе знать. Автор советует делать небольшую разминку прямо в процессе занятий, используя для этого небольшие перерывами между блоками занятий. Давайте рассмотрим несколько примеров упражнений.

*Упражнения на растяжку:*

«Утюжок». Сидя на стуле, положите руки примерно на 20 сантиметров ближе коленей на бедра. Раскройте ладонь как можно шире и медленно проведите рукой по направлению к коленям, постепенно собирая пальцы, а затем обхватите колено ладонью.

«Одуванчик». Соберите пальцы на обеих руках, как будто вы взяли щепотку соли, что бы все подушечки соприкасались с первым пальцем. Затем поднесите два таких «клювика» ко рту и с выдохом быстро раскройте ладони, как будто вы подули на одуванчик и лепестки разлетелись.

«Шопеновская позиция». Поставьте пальцы на клавиатуру на клавиши «ми-фа диез- соль диез- ля диез- си». Теперь повторите упражнение «утюжок».

*Упражнения на расслабление:*

«Дерево». Поднимите руки вверх в положении стоя. Раскройте пальцы, будто тянетесь к потолку. Вытянитесь как струна. Теперь расслабьте только пальцы, затем кисть, локоть, плечо, и, наконец, опуститесь так, чтобы руки почти касались пола, и расслабьте все туловище.

«Облако». Поднимите руки вверх, представляя, что клавиатура находится над вашей головой, а руки в правильном положении стоят на ней. Затем представьте, что пространство внизу от ваших рук до клавиатуры занимает облако. Медленно, плавными движениями «приминайте» его руками, двигаясь к клавиатуре. Важно успеть опустить плечи, чуть отодвинуть локти, расслабить кисти и так же плавно поставить руки в «шопеновскую позицию», после чего сбросить вес на колени.

«Горох в рукаве». Представьте себе, что у вас в рукаве застрял горох. И попытайтесь вытрясти его, совершая частые и мелкие движения. При этом следите за тем, чтобы вся рука была расслаблена.

**Прыжок с парашютом. О сценическом волнении.**

Сценическое волнение- это совершенно естественная часть любых выступлений. Тем не менее, к сожалению, часто приятное волнение и ощущение ответственности превращаются в панический страх, который способен перечеркнуть всю проделанную раннее работу.

Человек, прыгающий с парашютом из летящего самолета, должен четко представлять себе алгоритм действий: что будет происходить, когда и за что он должен потянуть, с какой силой; как он поймет, что парашют открывается; и что он будет делать, если этого не произойдет. При таком раскладе, хорошо представляя себе алгоритм действий, он будет волноваться перед прыжком гораздо меньше.

Необузданное волнение способно спровоцировать зажимы и психологические травмы. Вплоть до того, что может оказаться негативным решающим фактором в определении того, будет ли музыкант в дальнейшем заниматься музыкой. Но также у волнения есть и свои плюсы. Во-первых, волнение дает ощущение особенности проживаемого вами момента. Волнение дает внутреннюю собранность- несомненный плюс. Во-вторых, волнение делает нас всех живых. Поэтому люди и приходят в концертный зал: нам интересно смотреть, как человек ЖИВЕТ на сцене. И если он совсем не волнуется, то на сцене он не живет, а выполняет ряд поставленных задач.

Волнение- необходимая составляющая вашего выступления. Победив его полностью, мы теряем и все его плюсы.

При выходе на сцену очень важно сосредоточиться на том, что думать нужно не о себе, а о музыке. Не стоит полагаться только лишь на эмоции. Главное иметь у себя в голове большое количество предельно конкретных задач. Можете отвлекаться на абсолютно разные вещи, если страх не дает обуздать себя. Самое главное- не думать о страхе.

Необходимо так же создать у себя в голове «островки спасения»: вы запоминаете места, на которые будете опираться в случае, если вдруг начнете сильно волноваться и забывать текст. Так же необходимо «репетировать эмоции». Всегда обыгрывайте произведение в том виде, в котором оно должно прозвучать на сцене.

**В заключении**

 Наверное, главная мысль этой книги заключена в простой формуле: что бы достигнуть настоящих «взрослых» результатов, нужно не просто искренне любить то, чем ты занимаешься, но и оставаться в какой-то мере ребенком. С его детской фантазией, умением получать удовольствие от простых вещей и отсутствием страха перед самыми сложными препятствиями. Автор попытался ответить на вопросы, которые интересуют детей: а что там, за кулисами, у других музыкантов. «Подглядывая» за тем, как работают другие, можно отметить удачные идеи, взять себе «на вооружение» и понять, как можно заниматься эффективно. Лично я рекомендую эту книгу к прочтению ученикам средних и старших классам, а также их родителям.