

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ
ГАПОУ РБ «КОЛЛЕДЖ ИСКУССТВ ИМ. П.И. ЧАЙКОВСКОГО»

Проблемы преодоления сценического волнения у начинающих исполнителей

Методические рекомендации

Улан-Удэ
2018

Утверждено

Методическим советом ГАОУ СПО «Колледж искусств им. П.И. Чайковского»

Рецензент:

В. А. Симонов

Составитель:

Тин А. Н. Засл. арт. РБ, Нар. арт. РБ, Засл. арт. РФ
преподаватель колледжа искусств
им. П.И. Чайковского

Проблемы преодоления сценического волнения у начинающих исполнителей : методические рекомендации для студентов ССУЗов / сост. Тин А. Н. – Улан-Удэ, 2018 г.-11с.

Данные методические рекомендации подготовлены для студентов специальности 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) ПМ.01 Исполнительская деятельность МДК 01.05. История исполнительского искусства, инструментоведение, изучение родственных инструментов и направлены на формирование и развитие следующих профессиональных компетенций ПК 2.3

В методических рекомендациях представлен теоретический материал для самостоятельного изучения студентами, а также практические задания для использования в процессе учебной практики.

Проблемы преодоления сценического волнения у начинающих исполнителей

Музыкальная педагогика призвана разрабатывать прогрессивные формы образования, создавать новые методики с целью обновления учебно-воспитательного процесса и повышения его эффективности. Одной из важнейших тенденций передовой музыкальной педагогики является стремление достичь целостного формирования личности музыканта-исполнителя, гармоничного развития всех ее качеств.

Совершенствовать воспитание и образование учащихся-музыкантов можно в различных направлениях. Одна из сторон профессионального развития пианистических навыков – это формирование эмоционально-волевых качеств юного музыканта.

Воля – это свойство человека, проявляющееся в его способности сознательно управлять своей психикой и поступками, преодолевать препятствия, возникающие на пути достижения сознательно поставленной цели.

Воля обеспечивает влияние психической деятельности на практическую. Волевые процессы помогают человеку активизировать свои действия и поступки и добиться их успешного завершения в условиях преодоления трудностей. Это очень важное качество, необходимое музыканту во время публичных выступлений.

Таким образом, под эмоционально-волевой сферой можно понимать мир управляемых эмоций и чувств человека, направленных на преодоление возникающих трудностей во время публичных выступлений, в данном случае во время сценических выступлений музыканта-исполнителя.

Публичное выступление – это решающий момент в творческой работе учащихся. Поведение на эстраде, самочувствие во время игры, реакция на отношение аудитории – все это проявляется у каждого исполнителя по-своему. Музыкальное произведение, которое предстоит исполнить перед публикой, становится предметом удвоенного внимания педагога. Недоученная пьеса не может быть выпущена на концертное выступление не только из уважения к слушателям, но и в интересах самого исполнителя, у которого может образоваться отрицательный комплекс, который подорвет его уверенность в себе. Часто бывает и так, что и пьеса выучена, и музыкальный образ найден, и содержание вложено, а при выходе на публику из-за волнения, паники, страха, произведение сыграно не так, как хотелось бы.

Как же с этим бороться? Как готовить исполнителя, особенно юного, к эстраднему выступлению?

Решением этой проблемы может быть **сосредоточенность**. Дело в том, что волнующийся ученик часто сосредоточен на сцене не на исполнении произведения. Он находится на сцене с оглядкой на себя – как я сижу, выгляжу, двигаю руками, ведь все на меня

смотрят – и эта позиция как раз и отвлекает его от исполнения произведения, т.е. от того, на что должно быть направлено все его внимание.

Следует также различать волнение, связанное с характером исполняемого сочинения, вложенными в него эмоциями, и волнение, которое вызывает концертная обстановка, присутствие слушателей и особенно мысли, что исполнение может получиться плохим, что можно забыть текст. Характерным признаком вредного концертного волнения является затуманивание сознания, при котором ослабевает связь между мыслью и слуховыми представлениями, с одной стороны, и движениями рук и пальцев – с другой. В результате ослабевает и общий слуховой контроль. Исполнитель теряет самообладание, допускает неточности, совершенно не свойственные ему при обычном исполнении. Сильное волнение особенно отражается на темпах, они становятся беспокойными и обычно более быстрыми. Исполнение теряет и определенность силы, качества звука, бледнеет выразительность музыкальной фразы. Чем ближе день и час выступления перед публикой, тем обостренней чувства исполнителя и его требовательность к себе.

У этих чувств могут быть следующие причины:

1. Волнение при публичном исполнении появляется чаще всего, когда пьеса недоучена.

2. Волнение появляется и тогда, когда учащийся не работал над пьесой сознательно. Сама мысль, что можешь ошибиться, приводит к ошибке, и начинается сильное волнение на сцене. Известно, что при игре движения рук и пальцев автоматизируются, чем автоматизированнее исполнение, тем меньше контроль, может возникнуть непредвиденное обстоятельство – и возникают ошибки.

3. Важная причина волнения перед публикой – традиция играть на память. Если пьеса не выучена на память надежно, появляются опасения, что память может подвести. Это может случиться, когда пьеса не запоминалась сознательно.

4. Причиной волнения могут явиться и такие ценные качества, как самокритичность, чувство ответственности перед публикой, чувство чести – качество, которое обостряется во время исполнения.

Стоит исполнителю представить себе, что он может ошибиться, как наступает сильнейшее волнение.

5. Также нельзя забывать о слабой нервной системе некоторых учащихся, легко смущающихся, не способных к сосредоточенности, стеснительных. Само присутствие слушателей для таких учеников – уже повод для волнения, как бы надежно они ни овладели пьесой. Волнение при концертном исполнении свидетельствует о повышенной восприимчивости и чувстве ответственности.

Какие же пути решения этих проблем можно найти при подготовке юного исполнителя?

1. Сознательное и уверенное овладение музыкальным произведением, предназначенным для исполнения перед публикой. Установление наилучшей аппликатуры и ее усвоение. Ясное и живое представление о произведении как о естественном развитии музыкальной мысли.

2. Важно сознательное усвоение произведения на память. Учащийся прежде всего должен полагаться на слуховую память, быть способным воспроизвести музыкальное произведение мысленно. Могут помочь и зрительные восприятия – вид нот, клавиатуры, представление пальцев на ней в момент исполнения. Старый испытанный способ усвоения сочинения со всеми подробностями – работа с нотами без помощи инструмента.

3. Одно из средств борьбы со сценическим волнением – сознательная тренировка исполнения перед публикой, обеспечивающая необходимую смелость, самообладание, ясную мысль, сосредоточенность. Последнее качество особенно важно. Исполнитель должен добиваться умения концентрироваться на исполнении до такой степени, чтобы забывать обо всем другом – концертной обстановке, публике, даже о самом себе.

4. Учащийся возбуждимого типа перед концертом должен остерегаться даже положительных эмоций. И наоборот, инертный, тормозящий тип требует перед выступлением «разгона», подъема.

Воспитание артистических качеств требует от педагога тонкого, тактичного, индивидуального подхода. Одного ученика следует выпускать на эстраду чаще, для его нервной системы это здоровый тренаж. Для другого учащегося частые выступления с их неизбежными переживаниями – непосильная нагрузка даже в том случае, когда исполняются ранее успешно сыгранные пьесы. Каждый педагог сталкивается в подобных случаях с неожиданными срывами. В подготовке к выступлению нужно устранить все, что может вызвать нервозность. У ученика не должно возникать сомнения в полном успехе. Настраивать ученика надо пусть даже с преувеличенной похвалой и подчеркиванием его достижений. Не следует в день концерта играть много ис эмоциональной отдачей. Достаточно проиграть пьесу по нотам и наизусть в медленном темпе, обдумывая свои задачи. При правильном воспитании и обучении учащиеся начинают осознанно контролировать проявление своих эмоций во время выступления, учитывать меру эмоционально-личного участия в создании художественного образа исполняемого произведения. Педагог должен оказывать на своего ученика положительное влияние, культивировать только позитивные эмоции, воспитывать у ученика чувство уверенности в себе.

Литература

1. Зимина А.Н. Основы музыкально-эстетического воспитания и развития детей младшего возраста. М., 2000
2. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 1991.
3. Майкапар С.М. Музыкальное исполнительство и педагогика. Челябинск, 2006.
4. Петрушин В.И. Музыкальная психология: пособие для учащихся и студентов сред. и высш. муз. учеб. заведений. М., 1994.

