

Новикова А.С. преподаватель
ГАПОУ ЯПК им.С.Ф. Гоголева
г.Якутск / ГО Якутск

Упражнения и игры для формирования правильной посадки корпуса и рук у детей дошкольного возраста на начальном обучении игре на фортепиано

Значение развития ребенка с помощью средств музыкального искусства настолько велико, что его трудно переоценить. С древнейших времен известна сила музыки, которая наилучшим образом воздействует на личность человека, облагораживает и обогащает ее. Важным представляется музыкальное развитие с раннего детства, так как оно является наиболее благоприятным периодом для вхождения ребенка в чудесный мир музыки. Мы учим детей любить родной язык, чувствовать его поэзию, красоту. Столь же непреложной необходимостью надо считать ознакомление ребенка с музыкой. Человеку должно быть доступно не только чтение литературных произведений, но и слушание шедевров музыкального искусства, их понимания. Музыка, быть может, как ни одно другое искусство помогает сделать человека добрее, облагораживает его жизнь. Её язык интернационален и не нуждается в переводе. В то же время он способен передать самые тонкие, самые глубокие чувства, которые подчас невозможно выразить словами.

Дошкольный возраст - самый благоприятный период для музыкального воспитания и обучения. Решение задач формирования гармоничной личности возможно лишь при комплексном системном подходе к воспитанию и

образованию подрастающего поколения. Познание мира через звуки музыки, особенно в раннем возрасте, позволяет раскрыть еще неограниченные социальными рамками творческие способности ребенка, помогает сформировать его эстетические пристрастия.

Особое место в музыкальном образовании ребенка играет обучение игре на фортепиано. Фортепиано - самый доступный из музыкальных инструментов для приобщения к прекрасному миру искусства, один из самых распространенных музыкальных инструментов, имеет две разновидности – пианино и рояль. Это сложный клавишно-струнный механизм, состоящий из акустического аппарата, клавишного механизма и опорных конструкций. Он обладает широким диапазоном звуков от «тихо» до «громко». В пианино струны расположены вертикально, в рояле – горизонтально. История возникновения фортепиано уходит корнями в далекий XVI век. Изобретателем этого великолепного инструмента считается Бартоломео Кристофори – итальянский мастер, который придумывал молоточковые механизмы для клавесина. Инструмент имел очень простую конструкцию, на тот момент у фортепиано еще не было ни педалей, ни демпферов. Оно состояло из клавиш, молоточка и возвращателя. Предшественниками фортепиано были клавикорд и клавесин.

Известные советские педагоги внесли неоценимый вклад в дело воспитания пианистов, создав художественно-педагогическую фортепианную литературу для детей. Среди них: А. Артоболевская – профессор Московского музыкально-педагогического института им. Гнесиных, И. Гофман – знаменитый пианист, педагог, музыкант, А. Гольденвейзер – знаменитый пианист, педагог, музыкант и многие другие. Несмотря на различия их подходов к фортепианной педагогике, обоснованные идейно-художественными, воспитательными и педагогическими тенденциями того или иного временного периода, предельно ясно выступают общие закономерности в воспитании и пианистическом развитии. Игра на фортепиано развивает наглядно–образное

мышление, развивается моторика движений рук, координация, что может стать предпосылкой общефизического развития ребенка [].

Упражнения и игры для формирования правильной посадки корпуса и рук

Формирование исполнительских умений и навыков на начальном обучении игре на фортепиано начинается в первую очередь с обеспечением правильной посадки и постановки рук, игровых движений у учащегося, правильность расположения пальцев.

На начальном этапе следует обратить внимание на причины возникновения мышечных зажимов и способы их устранения, на правильную работу с нотным текстом, на качество извлечения, на развитие техники правой и левой руки. Необходимо учитывать и разъяснять учащимся физические, физиологические и психологические закономерности восприятия звука.

Очень ответственный момент – первое прикосновение к клавишам инструмента. Необходимо объяснить ученику, что звучание будет зависеть от движений его рук. В этот период намечается их приспособление к игре на рояле, зарождается способность «слышащей руки».

Педагоги рекомендуют на первых занятиях рассказать маленькому ученику о чувствительности фортепиано, показать ему механизм извлечения звука. Ребенок должен сам увидеть, понять, что звук зависит от того, как опустится играющий палец на клавишу. Маленького начинающего пианиста надо смело знакомить со всеми «секретами» рояля. Следует показать, что при нажатии клавиши звучат сразу три струны, которые к этой клавише относятся и настроены одинаково (в унисон). Молоточек ударяет по струнам, заставляет их вибрировать и тем самым – звучать. Ударив, молоточек «убегает» на своё место. Если не отпустить клавишу, а слегка её придерживать, струны будут звучать до тех пор, пока не перестанут вибрировать. А если раньше отпустить палец от клавиши – на струны упадет

деревянная пластинка, снизу покрытая войлоком (демпфер-глушитель) и остановит колебание струн, тогда они сразу умолкают.

«На маленьких детей вид механизма фортепиано производит сильное впечатление, и они, в частности, начинают прекрасно понимать, почему ни в коем случае не следует давить на клавиши».

Необходимо сказать, и показать ребенку, что фортепиано совсем «не любит», когда с ним грубо обращаются и что на жесткий, резкий удар оно «отвечает» острым, пронзительным, неприятным для слуха звуком. Надо научить маленького пианиста, чтобы он следил за гибкостью руки и после нажатия клавиши прислушивался к звучанию струны.

Общие принципы организации игровых движений. Они примерно таковы: общая свобода тела; ощущение веса свободной руки; свобода первого пальца; эластичная и активная кисть; ощущение цепкости кончика пальца.

Прежде чем приступить к развитию технических навыков учащегося, необходимо организовать его *посадку* за инструментом. Вот несколько *упражнений*, которые помогут ребенку правильно сидеть за инструментом, ровно держать спину, оставляя руки и плечи свободными, делая опору на ноги и т.д.

Упражнение «Шалтай-болтай» (рекомендовано А.Артоболевской, пособие «Первая встреча с музыкой»).

Встать прямо, руки опустить вниз слегка нагнувшись вперед. Начать покачивать руки навстречу друг другу или параллельно, постепенно наклон можно увеличивать или распрямляться. Попутно ритмично приговаривать «Шалтай-болтай висел на стене, Шалтай-болтай свалился во сне». Данная игра помогает почувствовать свободу в плечах, локтях и кистях. Ребенок воспринимает движения, как игру, без напряжения. *Упражнение «То березка, то рябина».*

Встать прямо, поднять руки вверх и под музыку известной песни «То березка, то рябина» плавно покачиваться из стороны в сторону, руки

«колышаться» как веточки на ветру, корпус слегка наклоняется то в одну, то в другую сторону, подобно стволу тонкого дерева. Ученик сам должен почувствовать себя таким деревцем. Нарбатывается свобода в руках и корпусе.

Упражнение «Старая мельница».

Встать прямо, руки расслабить и начинать раскачивать их вокруг плеча, сначала в одну сторону, потом в другую. Чтобы рука при этом имела форму свода и пальчики не растопыривались, взять в ладошки по небольшому шарик. Можно делать упражнение под музыку песни «Старая мельница» или ритмично повторять слова «Старая мельница крутится, вертится». Другой вариант – вытянуть руки вперед и крутить кистями сначала в одну, потом в другую сторону, держа шарики в ладошках.

Упражнение «Крылатые качели».

Также держа шарики в ладошках поочередно поднимать руки вверх и опускать вниз, подобно крыльям. Важно чтобы ведущей частью руки была кисть, именно кисть поднимает руку вверх и ведет вниз. Локоть слегка согнут. Руки работают поочередно, как качели, что способствует координированию рук. Выполнять можно под музыку «Крылатые качели». Все должно быть очень плавно, что соответствует характеру музыки песни.

Упражнение «Пружинка».

Упражнение делается около стенки. Ученик упирается на стенку круглыми пальчиками, и то сжимает, то разжимает, как пружинку, т.е. то падает на стенку, то отталкивается. Обращается внимание, чтобы пальчики не были прямыми и жесткими, а тоже мягко пружинили.

Игры у инструмента. Правильная посадка за инструментом – это один из важных моментов. Садиться надо на полстула, ноги плотно упираются в пол или подставку, уровень стула регулируется согласно росту ребенка. Очень частая проблема – зажатость шейно-плечевого пояса, даже при свободных кисти и локтей. Чтобы снять напряжение и зажатость можно поиграть в игры.

Игра «Ведерочки»

Игра «Ведерочки» может способствовать освобождению плеча. Сидя за инструментом, ученик наклоняется то в одну, то в другую сторону, будто, то одной, то другой рукой поднимает ведерочко с водой. При этом спина должна оставаться ровной, поправлять ребенку спинку нужно поддерживая ее в районе поясницы и ни в коем случае не в области лопаток.

Игра «Наклоны»

Сидя за инструментом ребенок с ровной спиной наклоняется, то к инструменту, то от инструмента. Самое главное чтобы наклоны выполнялись с ровной спиной. Педагогу желательно придерживать спину в районе поясницы.

Игра «Ванька-встанька»

Сесть за инструмент, спина ровная, упор в ногах. Руки положить на крышку инструмента и зацепиться пальчиком за рояльные петли и подтянуться так, чтобы подняться в положение стоя. Затем расслабиться и снова сесть на стул. Немного передохнуть и повторить упражнение несколько раз. Эта игра дает возможность почувствовать цепкость в пальцах, а также хорошую опору на ноги.

Чтобы ребенок почувствовал, что такое «круглые пальчики» и ощутил цепкость кончиков пальцев, предлагаются *игры с пальчиками* - для развития правильной формы рук.

Игра «Зацепочки»

Чтобы ребенок почувствовал, что такое «круглые пальчики» и ощутил цепкость кончиков пальцев. Эта игра сначала проводится с педагогом, пальчики ученика по очереди цепляются за пальцы преподавателя и ребенок

старается слегка подтянуть к себе кончики пальцев учителя. При этом нужно цепляться не всей подушечкой, а только верхней ее частью. Палец сам принимает округлую форму, ученик чувствует кончик подушечки и это ощущение запоминается не столько разумом, сколько самими пальчиками (тактильная память). Дома ребенок может проводить данное упражнение самостоятельно, цепляя кончики пальцев одной руки за кончики другой.

Игра «Миришь»

Обе руки кончиками пальцев ученик должен поставить на кончики пальцев учителя. Локти свободно свисают вниз. Учитель начинает слегка раскачивать руки из стороны в сторону, при этом пальчики ребенка должны цепко держаться, не скатываться с рук преподавателя. Можно приговаривать «Миришь, миришь, миришь и больше не дерись». Также, оставляя кончики пальцев на пальцах педагога, предлагается другая игра – «Паровозик».

Игра «Паровозик»

По очереди, то учитель, то ученик подтягивают к себе руки «чух-чух», будто едет паровозик. Пальчики ребенка не должны соскальзывать с пальцев преподавателя. Благодаря этому комплексу игр у ребенка появляется ощущение «кончиков пальцев», и уже при постановке руки на клавишу не надо заострять на этом внимание. Также пальчики приобретают нужную форму, стоит педагогу только напомнить: держи пальчики «зацепочкой». Опять же рука принимает удобную форму, пальцы не склеиваются, не растопыриваются. У ребенка вырабатывается *правильная форма руки*.

Ученик должен знать, что полный красивый звук он получит, если спокойно опустит руки и кисти, мягко и глубоко погрузится округлым пальцем в клавишу, «сухой и жесткий» – если сыграет напряженными руками и пальцами. Упражнения для выработки глубокого тона принесут

пользу в том случае, если после активного погружения пальца в клавиатуру быстро наступает ослабление мышечного тонуса. Нужно следить, чтобы мелодии игрались красивым, мягким звуком. Основным должно быть движение в клавишу, а не от нее: важно не снимать с клавиши руку, а брать сверху следующую ноту, то есть идти вперед, слушая звучание мелодии.

Ребенка надо с первых же уроков приобщать к искусству, приучать внимательно, вслушиваться в музыкальную речь, проникать в её смысл и строение, распознавать качество звучания.

Литература:

- Артоболевская А.Д. Первая встреча с музыкой/ А.Д. Артоболевская – М.: Сов.композитор, 1986 – 103с.
- Гофман И. Фортепианная игра. Ответы на вопросы о фортепианной игре/ И. Гофман – М.: Музгиз, 1961. – 224с.
- Любомудрова Н.А. Методика обучения игре на фортепиано: учебное пособие/ Н.А. Любомудрова – М.: Музыка, 1982. – 143с.
- Ляховицкая С.С. О дошкольном обучении в детских музыкальных школах/ С.С. Ляховицкая // Роль музыки в эстетическом воспитании детей и юношества. – Л.: Музыка, 1981. С.57-71.
- Милич Б.Е. Воспитание ученика-пианиста в 1-2 классах ДМШ/ Б.Е. Милич – Киев: Музычна Украина, 1977. – 128с.