

Светланова Валерия Игоревна
аспирант кафедры музыкального образования ФГБОУ ВО «Московский государственный
институт культуры»

E-mail: valeria.skripnik@gmail.com

Svetlanova V.I.

Триединство физиологии, психологии и методики как основное условие реализации психофизиологического подхода в начальном обучении скрипачей

Аннотация: статья посвящена рассмотрению процесса преподавания скрипки на основе психофизиологического подхода в вертикальном разрезе. Выдвигается концепция триединства методики, психологии и физиологии в каждом обучающем акте скрипача. Приведены практические рекомендации по реализации концепции описанного триединства.

Ключевые слова: скрипка, педагогика, скрипичная педагогика, психофизиология, методика, физиология, психология.

The triunity of physiology, psychology and methodology, as the main condition for the implementation of the psycho-physiological approach in the initial violinists training

Summary: The article is devoted to the teaching violin process consideration on the psychophysiological approach basis in a vertical section. The methodology, psychology and physiology triunity concept is put forward in each teaching violin act. Practical recommendations for the described triunity concept implementation are given.

Keywords: violin, pedagogy, violin pedagogy, psychophysiology, methods, physiology, psychology.

В XXI веке продолжают различные исследования возможностей организма при игре на музыкальных инструментах. Вместе с тем, несмотря на отсутствие достаточных теоретических данных, новые подходы по улучшению качества и уровня игры создаются через эмпирическое наблюдение, в

процессе опытно-экспериментальной работы, анализа деятельности крупнейших музыкантов.

На сегодняшний день наиболее продвинутые педагоги – инструменталисты уже пришли к выводу, что игра на инструментах не должна ограничиваться передачей собственного опыта и переигрыванием большого количества упражнений.

Как мы отмечали ранее, «...современная скрипичная педагогика так или иначе встает перед необходимостью вбирать в себя новые методические тенденции и направления» [6].

Сама по себе методика, не опирающаяся на более глубокие явления, не может предоставить новых тенденций, приемов и направлений. Именно поэтому мы солидарны с В. Мазелем, В. Гутерман, М. Берлянчиком, А. Гвоздевым и др. в том, что исполнительский аппарат необходимо рассматривать не только с точки зрения методики игры на скрипке, но и с точки зрения *физиологии и психологии*. Ранее мы анализировали, как скрипичная методика может быть рассмотрена с точки зрения человеческой физиологии (постановка корпуса, некоторые приемы постановки правой и левой руки, значение ОФП в обучении скрипке и т.д.) и возможностей психики человека (идеомоторика, воображение, игра как свойство психики и т.д.).

В данной статье хотелось бы рассмотреть применение методики, физиологии и психики в их совокупности. Прежде всего, необходимость совокупности этих трех составляющих диктуется педагогическим процессом, в особенности начальным обучением скрипача.

Обучение скрипача вообще, и *начальное* обучение скрипача в особенности является большой педагогической ответственностью, так как педагог, преподающий ребенку скрипку, должен не только не испортить (даже непреднамеренно) изначальных возможностей ребенка, но и улучшить их, привести ученика к успеху и удовлетворенности своим трудом. Для решения та-

ких задач нами была сформулирована концепция триединства физиологии, психологии и методики в каждом обучающем акте педагогического процесса.

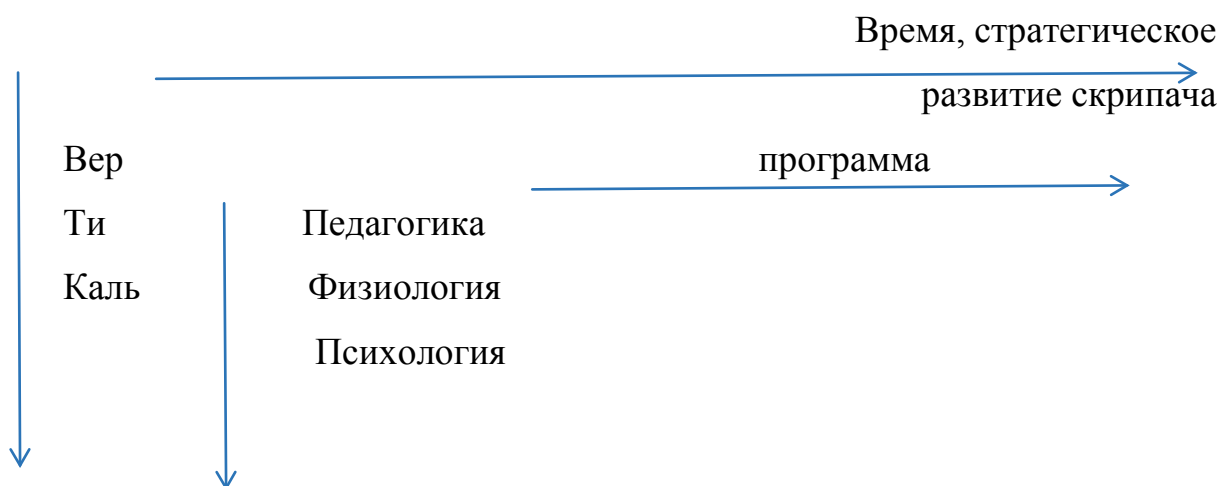
Если мы проанализируем нормативные документы в любом ДМШ или ДШИ (например, программы по специальности: Т.В.Казакова, А.В.Вандышева (ДМШ Академического музыкального колледжа при МГК им. П.И.Чайковского, г.Москва), ДМШ им. Оборина (без авторства, г.Москва), Зуева И.С. (МАУК ДО «Детская школа искусств №12», г.Екатеринбург)), то увидим, что прежде всего такие программы рассматривают учебный процесс с точки зрения временной протяженности. В них рекомендуется степень усложнения программы от года к году, дается примерный список произведений, и указывается перечень освоения необходимых навыков.

Однако при более расширенном изучении программ по музыкальным предметам (например, программ по сольфеджио, или программ по музыке для общеобразовательных школ) мы обратили внимание на тот факт, что по указанным предметам есть методические пособия, раскрывающие содержание каждого отдельного урока. Именно это наблюдение заставило нас задуматься о причине отсутствия подобного методического материала для скрипки.

Создание поурочного планирования еще ждет своей реализации, такая, безусловно, глобальная задача – дело будущего. Однако описанные наблюдения натолкнули нас на мысль о необходимости большего углубления внутрь педагогического процесса, рассмотрения его не только в горизонтальной перспективе, но и в вертикальном разрезе. Мы считаем, что методика, расширенная и углубленная именно вертикально, опирающаяся на природные возможности организма, позволит благодаря своей насыщенности несколько ускорять процесс обучения по временным рамкам. Использование природных возможностей в свою очередь позволит улучшить качество педа-

гогического процесса и добиваться более высоких результатов в обучении скрипачей.

Таким образом, теоретическая модель технологии по начальному обучению скрипача будет выглядеть следующим образом:



Каждый обучающий акт должен быть рассмотрен с трех позиций: методики, физиологии, психологии. Первым, самым ответственным этапом является постановка скрипки. Как мы отмечали ранее [5], постановка скрипки может быть рассмотрена с точки зрения физиологической рациональности и задачи «неутомления» во время сохранения такой позиции тела. Здесь хотелось бы рассмотреть постановку скрипача с точки зрения вертикального разреза педагогического процесса.

В нашей практической экспериментальной работе мы пользуемся следующим алгоритмом действий:

Этап показа манеры держания инструмента.

Вначале показываем ученику, как примерно держать скрипку, и просим его обязательно делиться всеми неприятными ощущениями в теле. Совершенно очевидно, что ученика не обязательно посвящать во все тонкости педагогического процесса и отягощать преподавание терминологией. Однако на неприятные и болезненные ощущения ученики начинают жаловаться достаточно быстро.

Этап диагностики.

Необходимо скрупулезно выяснить места локации болей и их характеристику. Обычно учащиеся жалуются на онемение в бицепсе и трицепсе левой руки, и боли в дельтовидной мышце правой руки, хотя еще раз повторим, что это лишь общая характеристика задач, возникающих во время постановки скрипки.

При дальнейшей диагностике часто оказывается, что ученик не чувствует мышц спины, не может управлять лопатками, у девяноста процентов замечено наличие проблем с осанкой.

Этап введения внеинструментальных упражнений.

Этот процесс также должен происходить исподволь. Для начала ученику предлагается несколько упражнений со скрипкой без звука. Это такие, как удержание скрипки в течение определенного времени без участия правой руки, удержание руки в игровой позиции без скрипки, работа с карандашом для правой руки. Чаще всего попытки выполнить указанные упражнения заканчиваются у обучающихся неуспехом. Они снова чувствуют онемение и боли.

Этап введения психологической компоненты.

На данном этапе вполне действенно включать психологическую компоненту, а именно идеомоторику и воображение, с помощью чего облегчать руки обучающегося. Как мы писали ранее, ученикам помогает представление рук в воде. После использования этого приема держать скрипку начинающему скрипачу становится легче, он перестает сгибаться в поясничном отделе к полу и начинает более успешно водить смычок.

Необходимо отметить, что правую руку также необходимо тренировать с помощью идеомоторики, так как ученики держат локоть на весу, а также «держат» смычок, так как боятся, что он выпадет из руки. Наличие такого психологического феномена в начальном обучении скрипача объясняет несвободу пальцев на смычке, нерациональное поднятие плеча, отсутствие хорошей плотности и чистоты звука.

Очевидно, что описанный процесс разворачивается во времени, являясь не только вертикальным, поэтому ко времени обучения скрипача идеомоторике он обычно сам спрашивает, можно ли выполнять еще какие-либо упражнения, которые помогут избавиться от неприятных ощущений и облегчить сохранение скрипичной позы. Наконец, педагогу можно включать общую физическую подготовку.

Этап введения общей физической подготовки.

Упражнения, которые мы обычно рекомендуем своим ученикам, направлены на то, чтобы скрипач мог почувствовать те мышцы, которые в ежедневном двигательном процессе не используются, так как, безусловно, скрипичное движение само по себе гораздо более разнообразное, чем обычное бытовое. Это упражнения на растяжку трицепса, большой грудной мышцы, лопатки, передней зубчатой мышцы. Также мы используем упражнения на утяжеление, например, эспандер для рук, гантели для прокачивания мышц спины и плеча.

После упражнений на ОФП скрипичная позиция уже не вызывает такого напряжения, а в сочетании с хорошо поставленным мостиком еще через некоторое время совсем перестает вызывать неприятные ощущения, также становится более ловким управление смычком, становится возможным ведение смычка по всей длине волоса, снимается проблема со сменами и «продергиванием» смычка.

Таким образом, мы хотели бы отметить, что при каждом педагогическом акте акцент в трех составляющих педагогического процесса смещается, образуя между собой использование по кругу: в некоторые периоды обучения необходимо уделять больше внимание физиологии, в другие – психологическому и ментальному состоянию, и конечно, сами по себе скрипичные приемы должны быть разъяснены педагогом ученику с величайшей точностью и простотой изложения.

Методика



В зависимости от развития и потребностей ученика треугольник может поворачиваться разными сторонами. Но триединство этих составляющих должно быть неизменно и присутствовать во всех периодах обучения. Это очень ярко иллюстрируют вопросы постановки – манера держания немного меняется со временем в зависимости от степени развития технической стороны, условий для занятий, программы и внешних обстоятельств. И периодически постановку необходимо *переставлять заново*, в соответствии с новыми задачами и физиологической необходимостью.

В заключении хотелось бы обратить внимание на тот факт, что методика психофизиологического обучения игре на скрипке только начинает формироваться. Нет документальной базы, развернутых методических разработок, кроме того сами по себе исследования движения на скрипке должны быть поставлены на более серьезные научные рельсы.

Однако, несмотря на это, то, что уже сделано психофизиологами скрипачами и пианистами, включает в себе бесценные практические знания и обширное поле для дальнейшего поиска.

Литература

1. Майковская Л.С. Артистизм учителя музыки. Учебное пособие. – М.: МГУКИ, 2005.
2. Майковская Л.С. Сущность межкультурной коммуникации в музыкально-образовательном процессе // Межкультурное взаимодействие в современном музыкально-образовательном пространстве. – 2015. - № 2. – С. 9а-12.
3. Мансурова А.П. Скрипка и её возвращение в школу: начальное обучение, профессиональное и любительское исполнительство // Культурная жизнь Юга России. – 2014. - № 4 (55). – С. 55-58.

4. Менухин И. Скрипка. Шесть уроков с Иегуди Менухиным. / Пер. с англ. - М.: Науч. - изд. центр «Московская консерватория» 2009.
5. Потапов Д.А. Личность ребенка и музыкальное творчество. Монография. – М.: Международный центр «Искусство и образование», 2019. – 152 с.
6. Светланова В.И. Особенности постановки кисти левой руки скрипача на основе психофизиологического подхода // Искусство и образование: методология, теория, практика. 2018. Т. 1. С. 123-128.
7. Светланова В.И. Психологическая компонента в процессе эффективного обучения игре на скрипке // Искусство и образование. 2017. № 4 (108). С. 84-92.
8. Светланова В.И. Телесноориентированные методики развития личности и их практическое значение в обучении игре на скрипке // Искусство и образование. 2016. № 6 (104). С. 86-95.
9. Скрипник В.И. Анатомическая постановка скрипача: основные педагогические задачи при постановке корпуса. Bulletin of the International Centre of Art and Education. 2015. № 1. С. 3.
10. Черватюк П.А. О некоторых аспектах совершенствования профессиональной подготовки специалистов музыкальной сферы // Культурная жизнь Юга России. – 2011. - № 5 (43). – С. 32-33.
11. Черватюк П.А. Перспективы интеграции искусства и науки в системе общего образования // Высшее образование в России. – 2011. - № 12. – С. 137-140.