

Муниципальное автономное образовательное учреждение культуры  
дополнительного образования города Нягани  
«Детская школа искусств»

Учебно-методическая разработка

«Навыки координации в развитии пианиста  
на начальном этапе обучения»

Подготовила  
преподаватель высшей  
квалификационной категории  
С.Ю. Курочкина

Нягань  
2022 г.

## Введение

Анализируя контингент учащихся фортепианного отдела, которые поступают в школу искусств, нельзя не отметить его неоднородность по составу. Большинство детей обладает рядом проблем, одной из которых является нарушение психофизического и двигательного характера, т.е. плохая координация, вялость мышечного тонуса. Чтобы правильно развивать координационные навыки у учащихся, педагогу необходимы знания и понимание законов физиологии ребенка. Игра на рояле требует определенных мышечных усилий. Организация движений ученика необходимо строить таким образом, чтобы воспитать у него правильное отношение к клавиатуре, к фортепиано. Анализ состояния игрового аппарата детей 6-7 лет, входящих в школу искусств, показывает, что большинство из них обладают скованностью движений, зажатостью плечевого пояса, кистей рук, а также проявляется невысокий уровень развития мелкой моторики. А, как известно, движения пальцев рук тесно связаны и с речевой функцией. Наблюдается прямая зависимость: как ребенок умеет четко говорить, произносить слова, как правильно у него развита мелкая моторика, так он и будет четко играть за инструментом.

В музыкальной педагогике координация – понятие, включающее в себя ряд компонентов. Это координация движений, слуховая координация и координация метроритмическая. В процессе игры на фортепиано координация движений играет значительную роль. Это и координация между движениями пальцев каждой руки, и между руками, играющими поочередно или вместе, и координация ног, работающих с педалями.

Координация необходима пианисту для того, чтобы в процессе исполнения сохранить независимость каждого элемента музыкальной фактуры, и в то же время не разрушить гармоничную связь отдельных линий, подчиняя их основному направлению движения и развития музыки.

Говоря о координации, мы имеем в виду согласование движений пианиста. Это и правильно, так как все без исключения пианистические задачи осуществляются через двигательный процесс. Однако нельзя забывать о том, что игровые движения зависят и даже определяются мысленно - игровой картиной, сложившейся в представлении исполнителя. Следовательно, чтобы скоординировать игровые движения, надо мысленно создать звучащую картину взаимодействия элементов музыки. Отсюда ясно, что приобретение навыков координации движений тесно увязано с развитием мышления (например, ясного представления составляющих линий музыкальной ткани) и слуха

(способности слышать фактуру музыки в полном объеме). Не последнюю роль играет и развитие техники.

Итак, проблема координированной свободы пианистических движений всегда была в центре внимания музыкальной педагогики, в этом заключается актуальность данной темы.

Развитие координации(включающей мышление, слух и игровые движения) является одной из главных проблем в обучении игре на фортепиано.

Целью работы является выявление и раскрытие музыкально-пианистических задач для развития навыков координации пианиста на начальном этапе обучения.

Для достижения цели определим следующие задачи:

- выявить принципы организации и построения специальных упражнений, непосредственно влияющих на формирование координационной свободы исполнительского аппарата.
- наметить основные периоды формирования навыков координации движений;
- описать основные двигательные действия, формирующие координирующие движения музыканта;
- построить целостную модель художественной техники;

## **1. Упражнения, влияющие на формирование координационной свободы исполнительского аппарата**

Проблемы координации движений у детей, впервые пришедших в музыкальную школу, вполне объяснимы: до этого они никогда не испытывали действий, которые необходимы при игре на фортепиано. Использование таких приемов игры, как *nonlegato*, *legato*, *staccato* обычно никак не связано с их предыдущей деятельностью. Технически это связано с различными движениями плеча, кисти, пальцев и последующим их освобождением. Особенно сложным бывает сочетание противоположных штрихов, таких как *legato-staccato* и *legato-nonlegato*. Достаточно часто у детей происходит так называемое «зажатие рук», как в освоении каждого приема по отдельности, так и в сочетании.

Ученик часто испытывает координационные трудности оттого, что правая и левая рука должны одновременно совершать разные игровые движения, исполнять различные ритмические рисунки. Даже не очень трудные поначалу игровые движения могут вызвать у ребенка скованность, поскольку он не умеет еще контролировать отдельные группы мышц, координировать их работу. Основная цель работы в области воспитания пианистических навыков состоит в

том, что педагог должен помочь каждому ученику индивидуально приспособиться к инструменту, найти свои удобные ощущения, научиться осознавать и культивировать их в себе. Без мышечной свободы не может быть и речи о правильных игровых движениях.

Буквально с первых уроков необходимо начинать подготовку рук к первому прикосновению к клавиатуре. Свобода, пластичность и ритмичность пианистических движений является основой начального формирования моторики, в которых следует добиваться свободы не только рук, но и всего корпуса (плеч, шеи). Упражнения по подготовке корпуса учащихся к игре на музыкальном инструменте условно можно разделить на два этапа – «доинструментальный», то есть вне инструмента, и «инструментальный», связанный с конкретными инструментальными приемами. Каждый этап имеет свои определенные задачи в формировании необходимых игровых ощущений и движений. Разделение на этапы дает возможность ученику не только четко осознать и почувствовать взаимодействие всех частей корпуса, но и заложить основы координации рук.

В «доинструментальный» период входит подготовка корпуса ученика к новым двигательным ощущениям, воспитание базовых двигательных ощущений каждой из рук в отдельности и их координации. На этом этапе используются подготовительные, вспомогательные гимнастические упражнения, пальчиковые игры и игры на осязание.

На втором, «инструментальном» этапе постепенно вводятся упражнения на сочетание различных приемов: legato- staccato, legato- nonlegato. Далее приводятся гимнастические упражнения, используемые в практике на занятиях с начинающими обучаться игре на фортепиано.

### **1. «Восстановление дыхания»**

Данное упражнение позволяет почувствовать мышечные группы спины, расположенные в верхней и нижней ее частях, - зоны плечевого пояса и поясницы. Данные мышечные группы являются генераторами силы пианиста, их активная работа служит основой правильного функционирования и четкого взаимодействия всех частей рук. Поднимаясь на носки, медленно сделать вдох и одновременно поднять обе руки вверх. Затем руки стремительно падают вниз (выдох) и болтаются как плети, Сказать ребенку, что его руки должны быть свободными, гибкими, надо добиваться, чтобы сила «текла» по всей руке от плеча к кисти и кончику пальца. Иногда дети выполняют данное упражнение просто прямыми руками, без ощущения полной свободы.

### **2. «Шалтай – Болтай»**

Упражнение базируется на ощущении веса руки, как единой целостной системы всех ее частей, при этом возникает взаимодействие двух крайних

точечных зон руки: мышечных групп лопатки и мышечных групп кисти и пальцев. Опустить руки свободно вниз, чуть нагнуться вперед. Покачивать их навстречу друг другу все больше и больше. В данном упражнении могут возникнуть такие же проблемы, как и в предыдущем: дети не всегда ощущают полную свободу рук, на этом педагогу следует акцентировать свое внимание. Хочется отметить интересную деталь: редко кто из современных детей знает, кто такой Шалтай – Болтай и кто написал это стихотворение. Поэтому разучиваем с ними английскую народную песенку в переводе С.Маршака:

Шалтай – Болтай сидел на стене, Шалтай - Болтай свалился во сне.

Вся королевская конница, вся королевская рать

Не может Шалтая, не может Болтая, Шалтая – Болтая,

Болтая – Шалтая собрать.

### **3. «Маятник»**

Просим ребенка встать ровно, ноги на расстоянии ступни. Обе руки свободно опущены вдоль туловища, как плети. Начинать раскачивать вначале одной, потом другой рукой, взад – вперед, как маятник. Все выше, выше! Пока рука не начнет крутиться по инерции вокруг плеча.

Регулярные занятия упражнениями помогают осознанно организовать и активно управлять двигательным процессом. Упражнения необходимо выполнять с начинающими учащимися с первых занятий примерно в течение всего «доинструментального» периода.

Известно, насколько велика роль мелкой моторики в техническом развитии учащихся, а неразвитость координации движений, малая чувствительность кончиков пальцев не позволяет тонко чувствовать градации извлекаемого звука. Одним из следующих шагов в координационно-двигательном развитии ребенка являются пальчиковые игры, которые направлены на развитие мелкой моторики. Они позволяют обучить ребенка сознательному управлению своим мышечно-двигательным аппаратом. Конкретные рекомендации можно найти у И.Э.Сафаровой, А.А. Коновалова, Л.П. Савиной. Эти упражнения включают в себя одновременно несколько видов деятельности, таких как: развитие координации и развитие чувства ритма.

### **4. «Колечки»**

Упражнение дает осознание направления и движения определенного пальца и одновременно взаимодействия пальцев между собой. Правая и левая рука одновременно соединяют в букву «о». Большой – указательный (1-2), большой – средний (1-3), большой – безымянный (1-4), большой – мизинец (1-5). Педагогу необходимо следить, чтобы пальцы были круглые, не

проламывались в суставах, при этом кончики пальцев соприкасались подушечками.

### **5. «Весна» - считалка**

Округлая кисть поднимается и опускается на стол, свободное движение запястья. Выполняется обеими руками попеременно, пары пальцев все время меняются.

Вес- на вес- на в легкомплатьи- це о - на

1-2 1-2 1-3 1-3 1-4 1-4 1-5 1-5

лев.прав. лев прав. лев. прав. лев. прав.

### **6. «Движения под музыку»**

Развитию координационных навыков хорошо помогают двигательные упражнения и танцы под музыку. Надо сказать, что движение под музыку помогает двигаться и развивать общие координационные навыки. Так, педагог под музыку марша может дать задание:

-исполнение хлопков на каждый шаг марша, а затем только на шаг сильной доли;

-ногами маршировать пульс музыки, а руками прохлопать сильные доли.

Это упражнение тренирует координацию между руками и ногами ребенка, оно же развивает у него и чувство ритма.

Переходя непосредственно к игре за инструментом, развитию координации хорошо помогает:

### **7. «Гимнастика для пальцев» (за крышкой инструмента или за столом).**

Здесь участвуют сразу две руки, спрашивать надо ученика название пальцев вразброс (1,2,3,4,5,). Упражнение позволяет развить и укрепить все мышечные группы области кисти и, особенно, оснований пальцев. Руки ребенка и пальцы в свободном прямом положении. Поднимать по очереди, начиная с большого пальца, пальцы вверх. Обычно самым «ленивым» оказывается безымянный палец, поэтому следует обратить внимание ребенка на самостоятельность работы этого пальца.

Для развития координации хорошо помогают подготовительные упражнения для педали:

1. Свободно отклонять колено в стороны, опираясь на пятку;
2. Легко вибрировать стопой;
3. Вращать стопу вокруг педали;
4. Поворачивать стопу вправо и влево;

Так же для развития координации очень интересен метод чтения ритмических партитур по методу Г.Богино «Тихо-громко», когда одна рука

хлопает ритмическую партитуру на «форте», а другая на «пиано» в разных ритмических последовательностях.

В дальнейшем, при изучении нотной грамоты незнание музыкального алфавита мешает развитию координации рук. Ощущение напряжения и внутреннего страха нажать не ту клавишу, мешает не только чувствовать свободно, но и думать о музыке вообще. Страх сделать неверный шаг сковывает движение человека. Страх «не туда» попасть, и есть самая главная причина зажатости рук. Желательно, чтобы ученик бегло знал музыкальный алфавит в прямом и обратном движении. Знание музыкального алфавита подготавливает мышцы человека к музыкальному прочтению:

**До Ре Ми Фа Соль Ля Си До - До Си Ля Соль Фа Ми Ре До  
Ре Ми Фа Соль Ля Си До Ре – Ре До Си Ля Соль Фа Ми Ре  
Ми Фа Соль Ля Си До Ре Ми – Ми Ре До Си Ля Соль Фа Ми  
Фа Соль Ля Си До Ре Ми Фа – Фа Ми Ре До Си Ля Соль Фа  
Соль Ля Си До Ре Ми Фа Соль– Соль Фа Ми Ре До Си Ля Соль  
Ля Си До Ре Ми Фа Соль Ля – Ля Соль Фа Ми Ре До Си Ля  
Си До Ре Ми Фа Соль Ля Си – Си Ля Соль Фа Ми Ре До Си**

Для развития координации интересны в работе упражнения Е. Гнесиной «Фортепианная Азбука».

Приемы работы над координацией:

а) объяснение ученику как графически выглядит нотная запись, и как будут двигаться руки.

б) прохлопать ритмическую партитуру упражнения двумя руками на крышке инструмента;

г) одна рука играет по тексту, другая рука хлопает ритм партитуры;

д) поменять задание для рук;

е) играть двумя руками на крышке инструмента с точными пальцами и штрихами.

ж) закрепить результат – проиграть еще раз упражнение двумя руками целиком за инструментом.

Предлагается более трудная комбинация: левая рука играет ровно, легато, в то время как правая рука исполняет короткие ритмические интервалы и аккорды и наоборот. **Пример:**

**Нотный пример: К.Черни Этюд №16,17.**



а) полезно поучить - одна рука играет на форте, другая на пиано и наоборот, здесь происходит тембровое разделение голосов.

б) одна рука играет на легато, другая на нон легато и наоборот. Разъединить двигательные ощущения в руках при разных штрихах. В нон легато работает рука, в легато – рука не поднимается, а работают пальцы. Одной рукой нужно больше погрузиться в клавиатуру, а другой рукой несколько облегчить.

в) поиграть на ритмические приемы (пунктир, с остановками на тонике).

г) для координации рук хорошо помогает беззвучная игра, это способствует снятию напряжения рук.

В дальнейшем, при обучении ученика игре на фортепиано, координационные навыки важны не только при исполнении технических произведений, этюдов, но и в полифонических произведениях, крупной форме и пьесах. Помогают в освоении координационных навыков, слуховой контроль, умение вести мелодическую линию.

Именно неумение услышать свою игру ведет к общераспространенным ошибкам, как передержание пальцев на клавишах, ритмическая и звуковая неровность. Ритмическая неровность проявляется в несинхронности звучания – несовпадения движения рук, отчего получается характерное «кваканье».

А пока начинать надо с малого, с первых упражнений на расслабление, понимать ощущения ребенка во время выполнения задания. Координационные навыки развиваемы, и надо к этому приложить целенаправленные усилия педагога и самого ученика.



## **2. Воспитание базовых двигательных ощущений у пианиста на начальном этапе обучения**

Для подавляющего большинства учеников проблема координирующих движений является весьма непростым делом, требующим специального и осознанного воспитания.

В основе координирующих движений – двигательные действия корпуса при игре сидя или стоя, основанные на подвижности верхней части корпуса по отношению к нижней. Они заключаются в небольших покачиваниях верхней части корпуса во всех направлениях, наклонах вперёд или откидывании назад, поворотных движениях вправо или влево.

Подвижность верхней части корпуса, её податливость движениям свидетельствует о двигательной свободе исполнителя, его умении расслаблять мышечные группы плечевого пояса и рук в процессе игровых действий. Основным принципом координирующих двигательных действий – целостность (монолитность) ощущений верхней части корпуса. Действия отдельных частей корпуса – к примеру, рук или головы, должны быть производными от общих движений корпуса и строго им подчиняться.

Таким образом, координирующие двигательные действия - это четко обусловленная система. Они, как правило, не являются спонтанными, а должны быть обусловлены конкретными условиями игры.

Нередко наблюдаемые у учеников раскачивания корпуса, идущие вразрез с логикой двигательного процесса, не только не способствуют координации действий рук, но и мешают ей. Подобные хаотичные движения наносят непоправимый вред двигательным действиям рук и приводит к неуправляемой и некачественной игре.

### **3.1 Координация движений в работе над одноголосными произведениями**

Задачи, связанные с координацией, возникают на первых порах музыкальных занятий, например при разучивании одноголосных пьес двумя руками поочередно.



Чтобы чередование рук было своевременным и плавным, надо уметь распределять внимание между руками, не прерывая игрового процесса. При этом движения пианиста должны быть не порывистыми, а заранее подготовленными: каждая рука перед своим вступлением как бы «берёт дыхание» соответственно характеру звуковой задачи и в то же время продолжает общую мелодию, подчиняясь объединяющему «дыханию» целой фразы. Для успешного выполнения указанных задач надо развивать у ученика способность предварительного осмысления каждой группы нот, то есть представлять увиденное раньше, чем пальцы успеют это сыграть, а в дальнейшем и предварительного «слышания», то есть умения «слышать» звук до того, как он будет извлечен.

Так намечаются первые необходимые навыки координации, объединяющей все три фактора: мышление, слух и двигательный-игровой процесс. В работе с учеником следует учитывать взаимодействие указанных факторов на протяжении всего обучения.

### **3.2 Координация движений при исполнении пьес двумя руками одновременно**

Следующий этап в развитии координации наступает при переходе к исполнению пьес двумя руками одновременно. Здесь главные трудности возникают при соединении рук. Именно на этой ступени разучивания зачастую искажается звучание и ритм пьесы, разрушается ее цельность, допускаются

неточности аппликатуры, штрихов и даже нот; нарушается и пластичность движений, которые становятся «корявыми». Чтобы избежать этих недостатков, нужно игру двумя руками одновременно начинать с пьес, в которых сопровождающий элемент был бы предельно лёгким и удобно расположенным.

Приведу примеры таких пьес в порядке постепенного возрастания трудности:

**ЭТЮД**

Allegro (скоро) К. ЧЕРНИ

51 Хачатурян. Andantino

Добившись цельного и выразительного исполнения мелодии и свободной ориентировки в смене аккордов (или отдельных нот) сопровождения, можно приступить к соединению рук вместе. И вот тут перед учеником встает очень важная задача: не допустить искажения мелодической линии при добавлении к ней сопровождения. Для этого, начиная соединять руки, например, партию левой руки следует играть очень тихо, без погружения в клавиатуру, а только переставляя пальцы и очередные клавиши, чтобы взятие аккордов не мешало плавному и связному движению мелодии. Если внимание не успеет подготовить своевременную смену аккордов в левой руке, можно несколько замедлить мелодию, или даже остановиться перед сменой аккорда, но ни в коем случае не прерывать связного исполнения. На первых порах можно даже пропустить отдельные звуки сопровождения, с тем, чтобы сохранить целостность мелодической линии. Главное заключается в организации внимания, слухового контроля и игровых движений в процессе

соединения двух различных элементов. Достижение таких результатов очень важно в начальном периоде, так как оказывает большое влияние на приобретение соответствующих навыков в дальнейшем обучении. Исходя из этого, на первых порах надо разучивать с учеником как можно больше несложных пьес, в которых легко достигается координация составляющих элементов.

Итак, приобретение навыков координации связано с решением довольно широкого круга задач: активизация слуха, развитие горизонтального мышления и организации игровых движений, наконец, точность и быстрота разучивания. При этом следует исходить из индивидуальных возможностей учеников и не перегружать их чрезмерными заданиями.

### **3.3 Координация движений в работе над полифонией**

Известно, что в процессе приобретения прочных музыкально-пианистических навыков большую роль играет работа над полифоническим материалом на всех ступенях обучения. Однако в овладении полифонией не так важно количество произведений, как направление, характер работы над ними; главной целью следует считать не просто исполнение полифонических пьес, а именно полифоничность исполнения.

Полифоничность заключается, главным образом в согласованном движении равноправных голосов, каждый из которых ярко и выразительно ведет свою партию, как в хорошо сыгранном ансамбле.

Такого рода задачи, например, можно показать в работе над менуэтом ре минор И.С.Баха из «Нотной тетради А.М.Бах»:

# Minuet

(from the Notebook for Anna Magdalena Bach)

J.S. Bach

Registered Users of Sheet Music Online may download this music for either IBM or Macintosh platforms

© 1996 <http://sheetmusic.cenomet.com>

Несовпадение штрихов и опорных точек требует соответствующей независимости движений с тем, чтобы руки не «цеплялись» друг за друга, не тянули каждая в свою сторону, а свободно двигались, очерчивая контуры собственной фразировки. Выполнив поставленные задачи в каждой руке по отдельности, надо затем координировать их вместе, соблюдая независимость несовпадающих линий фразировки, штрихов, нюансов.

Принцип работы над двухголосием должен быть следующим:

- сначала надо добиться цельного и выразительного исполнения темы в правой руке, а затем в левой (поиграть отдельными руками). Основная задача заключается в согласовании несовпадающих линий фразировки и соответственной независимости движений рук. Умение скоординировать общее звучание, охватив выразительность каждого голоса, зависит от уровня пианистического мастерства исполнителя, включающего хорошо развитую способность слышать музыкальную ткань, навыки гибкого переключения внимания, а также высокий уровень владения координацией движений.

## Заключение

Проблемы развития фортепианной техники учеников пианистов, формирование необходимого аппарата «воплощения», воспитания свободы пианистических движений всегда были в центре внимания музыкальной педагогики. Вопрос недостаточного развития технического мастерства, напряженных, скованных движений, мышечной зажатости рук учеников-пианистов ДШИ остается и сегодня одной из серьезных проблем фортепианного исполнительства

Основными причинами возникновения проблем недостаточного развития техники пианистов – обучающихся ДШИ можно считать то, что:

- далеко не все педагоги ДШИ осознают психофизические закономерности функционирования двигательного аппарата,
- не всегда преподаватели имеют возможность ознакомиться с последними достижениями современной теории и методики, которые раскрывают целесообразные пути и способы развития технических навыков и продуманного преодоления технических трудностей.

Таким образом, основной целью упражнений известных педагогов-методистов является формирование у обучающегося осознанно-управляемых, целенаправленно-целесообразных, полностью контролируемых двигательных действий.

Формируемые на этой основе двигательные действия в дальнейшем могут служить базой для воспитания всех двигательных навыков музыканта.

Комплексы специальных упражнений учитывают основные взаимосвязи мышечных групп организма и координируют действия этих групп в процессе обучения.

Регулярные занятия упражнениями помогают учащемуся более осознанно организовать двигательный процесс, поддерживать его на должном уровне, активно управлять им, осуществлять координацию всей системы двигательного процесса.

Остается добавить, что успешному развитию навыков координации способствует игра в четыре руки, на двух инструментах, а также в различных ансамблях (дуэт, трио и т.д.), то есть там, где требуется согласованность своего звучания с партиями других инструментов.

## Список литературы

- 1.Алексеев А.Д. Методика обучения игре на фортепиано А.Д.Алексеев.-3-е издание. М.: Музыка, 1978.288с.
2. Бардышева Т.Ю. Пальчиковые игры Лиса по лесу ходила. - М.: Карапуз, 2005,19с.
- 3.Гнесина Е.Ф. Подготовительные упражнения к различным видам техники, С-П.: Композитор, 2009.
4. Мазель В. Музыкант и его руки. - С-П.: Композитор, 2003, 180с.
5. Тимакин Е.М. Навыки координации в развитии пианиста – М.: Советский композитор, 1987,119с.
- 6.Шмидт-Шкловская А. О воспитании пианистических навыков - М.: Классика-XXI, 2013,82с.
7. Личный опыт.