

© О.В. МЕЖЕЦКАЯ

oksana_music_67@mail.ru

УДК 37.025:786.2-053.2

**ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ
ДВИГАТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ
НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ ИГРЕ НА ФОРТЕПИАНО**

АННОТАЦИЯ. В данной статье рассматривается понятие «двигательно-координационные способности», формулируются основные положения методики развития двигательных-координационных способностей детей на начальном этапе обучения игре на фортепиано, раскрывается сущность развивающих заданий.

SUMMARY. This article considers the concept of «motor-coordination abilities», defines the basic techniques of development motor-coordination abilities of children at the initial stage of training to play the piano, and reveals the essence of developing tasks.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА. Двигательно-координационные способности, методы и этапы развития двигательных-координационных способностей.

KEY WORDS. Motor-coordination abilities, methods and stage of development motor-coordination abilities.

Одна из особенностей игры на фортепиано (в отличие от большинства других инструментов) состоит в том, что исполнителю необходимо охватить все элементы музыкальной ткани, при этом так согласовать их между собой, чтобы и крупный план и мельчайшие детали были донесены до слушателя. Координация необходима пианисту, прежде всего для того, чтобы в процессе исполнения сохранить независимость элементов музыкальной фактуры, при этом не разрушить гармоничную связь отдельных линий, подчинив их основному направлению движения и развития музыки. Как показывает практика, у детей 6-7 лет, приходящих в школу, не сформирована координация и точность движений, многие дети не владеют своим телом, имеют низкий уровень развития навыков мелкой моторики. В связи с этим, особую значимость приобретает проблема развития способностей координации движений, так как от координации зависит каждое движение человека, следовательно, от слаженной и согласованной работы мышц тела зависит успешное выполнение любой двигательной исполнительской задачи.

Способности, как сложное и многоплановое образование, изучаются различными науками: психологией и педагогикой, философией и социологией, а также эстетикой. При этом каждая конкретная наука трактует человеческие способности со своих позиций. По мнению Л.С. Выготского «...если объектом философского подхода выступают всеобщие социальные закономерности, лежащие в основе человеческих способностей, то объектом психологического анализа становятся особенности психических процессов...в функционировании и развитии человеческих способностей...в рамках отдельного, единичного индивида» [1; 10].

Большое внимание природе способностей уделяли такие ученые, как С.Л. Рубинштейн, Б.М. Теплов, А.Н. Леонтьев, Н.С. Лейтес, А.Н. Ландо, Е.В. Назайкинский,

Л.С. Выготский, Б.Г. Ананьев, К.К. Платонов, А.Г. Ковалев, В.Н. Мясищев, Г.С. Костюк и другие. В работах этих ученых излагаются основные предпосылки для всестороннего анализа данной проблемы. Дальнейшие исследования в области общей теории способностей и в разработке проблем развития специальных способностей проводили К.А. Абульханова-Славская, Т.И. Артемьева, Л.Л. Бочкарев, Л.А. Венгер, А.Л. Готсдинер, К.В. Тарасова и многие другие.

Термин «способности», несмотря на давнее и широкое применение и при наличии в литературе различных определений, неоднозначен. Понятие *способностей* было введено в науку древнегреческим философом Платоном еще в IV в. до н.э., но до сих пор не существует единой точки зрения на то, что же такое способности и каким образом их выявлять [2].

Возьмем за основу определение, приведенное в энциклопедическом словаре: «способности — индивидуальные особенности личности, являющиеся субъективными условиями осуществления определенного рода деятельности. Они не сводятся к знаниям, умениям и навыкам; обнаруживаются как в быстроте, так и в глубине и прочности овладения способами и приемами деятельности. Высокий уровень развития способностей выражается понятиями одаренности, таланта и гениальности» [3; 1255].

Латинское слово «*coordinatio*» (*co* — совместно и *ordinate* — упорядочивание) означает взаимосвязь, согласование, соподчинение, приведение в соответствие. Координированность — это способность человека согласовывать и соизмерять движения, а также принимать и удерживать нужную позу [4]. Координация движений представляет собой согласованность в работе мышц разных групп, направленную на достижение определенного двигательного эффекта или конкретной цели. Прежде всего — это точность, соразмерность, способность правильно дозировать силу, скорость, расстояние движений [5]. Координационные способности выражаются в точности и скорости двигательно-мышечной реакции, во взаимосвязанности слуховой, зрительной и двигательной систем, а также в высоком уровне согласованности психологических и двигательно-мышечных усилий [6]. Двигательные способности, в свою очередь, понимаются как индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека [7; 144].

Таким образом, к показателям двигательно-координационных способностей можно отнести:

- скорость образования двигательных привычек (что может быть признаком потенциально высокой двигательной обучаемости);
- точность ощущения и запоминания расстояний;
- развитое мышечно-осозательное чувство (обуславливающее тонкость градаций, образно-смысловую точность ощущений прикосновения к клавиатуре);
- точность мышечных усилий (своевременность напряжения и расслабления мышц, а также переход от движения к покою и наоборот);
- согласованность действий и управляемость двигательным аппаратом (способность одновременно разными руками (рукой и ногой) выполнять движения разных типов);
- точное подражание движениям («схватывание» и воспроизведение их целиком).

Двигательно-координационные способности при игре на фортепиано подразумевают возможность производить движения свободной, нестесненной рукой, вес которой (сам по себе, без мышечного напряжения) достаточен для извлечения звука. Также при этом необходимо ощущение естественного вращательного движения предплечья (вокруг продольной оси, идущей от локтя к основанию кисти)

и согласованности взаимодействия мышц (от лопаток до кончиков пальцев). При игре на музыкальном инструменте ни теоретически, ни экспериментально определить сокращение и напряжение мышц невозможно. Несомненно, что ненапряженность руки — это одно из условий естественной игры на инструменте, при этом необходимо понимать, что свобода рук понятие относительное. Даже самое маленькое движение невозможно сделать без напряжения мышц. Всякое движение есть напряжение. В этом случае следует говорить не об абсолютной свободе, а о стремлении к максимальной экономии энергии. Только инстинктивно, контролируя себя, можно научиться владеть мышцами при наименьшем напряжении. Принимая различные положения и движения при игре, правильными с точки зрения физиологии будут те, которые требуют напряжения наименьшего количества мышц, оставляя большинство свободными [6], [8], [9].

Нами разработана методика развития двигательных-координационных способностей детей на начальном этапе обучения игре на фортепиано. При создании методики мы руководствовались следующими дидактическими принципами: доступность в обучении и воспитании, систематичность и последовательность, принцип природосообразности. Активно вовлекая ученика с помощью игры в поисковую деятельность, создаем на уроке ситуацию успеха, при которой полностью раскрываются потенциальные возможности ребенка. Регулярное использование музыкального сопровождения на наших занятиях позволяет накапливать учащимся эмоциональные впечатления, различные развивающие задания увеличивают опыт разнообразной музыкальной деятельности, а с помощью детского музыкального творчества создается культурная среда ребенка [10].

Методика развития двигательных-координационных способностей детей на начальном этапе обучения игре на фортепиано включает в себя следующие взаимосвязанные этапы — доинструментальный (то есть вне инструмента) и инструментальный. 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. На каждом этапе применялись свои методы и приемы. Методы «доинструментального» этапа: упражнения, игровые методы, пластическое интонирование и как его разновидность — пластическая импровизация. На втором, так называемом «инструментальном» этапе постепенно вводятся упражнения на сочетание различных приемов *legato-staccato*, *legato-non legato*.

Необходимо уже с первых уроков 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. 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 в своей практике мы используем подготовительные, вспомогательные гимнастические упражнения, пальчиковые игры и игры на осязание. На втором, так называемом «инструментальном» этапе постепенно вводятся упражнения на сочетание различных приемов *legato-staccato*, *legato-non legato*.

Приведем гимнастические упражнения, используемые в нашей практике на занятиях с начинающими обучаться игре на фортепиано в доинструментальный период:

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. Перед началом упражнения, для создания игровой ситуации, сказать ребенку, чтобы он представил, что долго-долго бежал, запыхался и ему нужно восстановить дыхание. У детей обычно сразу загораются глаза и они делают это упражнение достаточно верно, но педагогу необходимо проследить за тем, чтобы ребенок полностью освобождал руки на действие «выдох». 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.

Уже в доинструментальный период следует особое внимание уделять поискам естественных ощущений. Недаром В.Х. Мазель отмечает первичность ощущений и вторичность движений [8; 104]. На самом начальном этапе ознакомления с фортепиано следует сделать особый акцент на развитие осознательных ощущений, занимаясь при помощи карточек с различной поверхностью. Именно с помощью данных занятий закладывается культура звука, в противном случае ребенок будет долгое время давить, бить и сверхнапряженными усилиями еще неокрепших пальчиков пытаться воспроизводить ту или иную мелодию.

Самым любимым видом деятельности учеников на первоначальных занятиях являются упражнения с карточками, которые можно найти в методических рекомендациях И.Э. Сафаровой [11]. Один комплект дается ученику, другой учителю. Различная поверхность карточек (бусинки, кнопки, воск, спички, наждачная бумага, байка) привлекает внимание и интерес к процессу осознания, обостряется чувствительность кончиков пальцев. А задания по типу «повтори как у меня», когда надо выложить карточки в том же порядке, что у педагога, задействуют не только осознательную, но и зрительную память. Основная цель обучения игре на инструменте фортепиано — вовлечь ребенка в область художественного твор-

чества, заинтересовать занятиями и найти методы, способствующие выявлению и развитию природных задатков. Недостаточная функциональная зрелость левого полушария головного мозга у детей и преобладание у них функций правого полушария требует использования преимущественно наглядных методов обучения, прочувствования движений, использования подражательных реакций, а высокая эмоциональность детей, обусловленная большой ролью подкорковых влияний — широкого применения различных игровых средств [5], [12].

Введение на уроках такого вида деятельности как пластическое интонирование позволяет глубоко раскрыть творческие способности ребенка. Так как ребенок индивидуально участвует в процессе творчества, благодаря накопленному опыту, своему воображению и фантазии сам находит такие виды движений, которые могут передать характер произведения. Чаще всего для пластического интонирования учителем подбираются музыкальные сочинения, имеющие программное содержание, или такие, в которых ярко и наглядно раскрывается музыкальный образ. Возможные виды пластического интонирования: игра на воображаемых инструментах, свободные движения рук, корпуса, головы в характере музыки, передача музыкального образа в характерных движениях, инсценирование песен, потешек, прибауток, или музыкального произведения.

Воображение у детей, особенно младшего школьного возраста, как правило, достаточно яркое и живое. Они с удовольствием слушают «музыкальные картинки», довольно верно угадывают характер и настроение прозвучавших произведений. Однако дети часто ждут показа готового варианта пластического выражения, поэтому педагогу следует стимулировать их на поиск собственного двигательного выражения музыки. Чаще учащиеся реагируют на музыку несложными движениями — покачивание, подскоки, кружение; интуитивно находят движения, соответствующие характеру музыки. Эти их самостоятельные находки следует приветствовать, далее педагогу необходимо развить у детей умение импровизировать без предварительной подготовки. Ценность пластической импровизации состоит не в умении создавать музыкальные конструкции, а в готовности к выражению душевного состояния, впечатления с помощью движения.

Помочь ребенку раскрепоститься и ощутить возможности своего тела можно с помощью разнообразных ритмопластических упражнений и игр. Так называемая «мышечная свобода» является необходимым условием решения следующих задач:

- развитие двигательных-координационных способностей детей (ловкости, подвижности, гибкости, выносливости);
- развитие пластической выразительности (ритмичности, музыкальности, быстроты реакции, координации движений);
- развитие воображения (способность к пластической импровизации).

Как уже упоминалось выше, второй «инструментальный» этап развития двигательных-координационных способностей связан непосредственно с игрой на фортепиано. Проблемы координации движений у детей, впервые пришедших в музыкальную школу, вполне объяснимы: до этого они никогда не использовали действий, какие необходимы при игре на данном инструменте. Использование таких приемов игры как *non legato*, *legato* и *staccato* обычно никак не связано с их предыдущей деятельностью. Штрих (нем. *strich* — линия, черта) — это прием звукоизвлечения на музыкальном инструменте, имеющий выразительное значение. Технически это связано с различными движениями плеча, кисти, пальцев и последующим их освобождением. Так как в случае исполнения *legato*, *non legato* и *staccato* понятия «прием» и «штрих» совпадают, считаем уместным применять оба

эти понятия. Особенно сложным бывает сочетание противоположных штрихов, таких как legato-staccato и legato-non legato. Достаточно часто у детей происходит так называемое «зажатие рук», как в освоении каждого приема по отдельности, так и в сочетании. В качестве упражнений мы используем игру гаммы C-dur на одну октаву в параллельном движении рук, при этом одна рука исполняет гамму legato, а другая — staccato. В том случае, если данное задание получается с первого раза, можно его усложнить и попросить поменять штрихи в каждой руке. На следующих этапах добавляется сочетание штрихов legato и non legato, а также различных длительностей (четвертные и восьмые). В дальнейшем возможна игра не на одну, а на две, а при желании и на четыре октавы.

Двигательно-координационные способности детей зависят от возрастных особенностей ряда психических функций: мышечно-двигательных ощущений и восприятий, сенсомоторных процессов, памяти, мышления и внимания. У детей 6-7 лет возрастает скорость движений, но точность их еще невысока: много «лишних», неосознаваемых движений. Недостаточно развиты в этом возрасте мышление, распределение и переключение внимания, что затрудняет усвоение двигательных навыков. Детское воображение проявляется и формируется ярче всего в игре. Запоминание также лучше всего происходит в процессе игры как основном виде деятельности ребенка. Следовательно, при построении урока нужно руководствоваться принципом чередования одних игровых заданий с другими. Сочетание различных видов деятельности на уроке раскрывает перед ребенком образную сферу музыкального искусства, позволяет включить его в непосредственную музыкальную деятельность путем зрительных, слуховых, двигательных проявлений. Накопление впечатлений, со своей стороны, способствует творческому раскрытию ребенка, что дает свободу его самовыражения в дальнейшем процессе обучения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Выготский Л.С. Психология искусства. М.: Искусство, 1986. 573 с.
2. Федорович Е.Н., Тихонова Е.В. Основы музыкальной психологии. Екатеринбург: Урал. гос. консерватория им. М.П. Мусоргского, 2007. 206 с.
3. Советский энциклопедический словарь / Под ред. А.М. Прохорова. М.: Сов. энциклопедия, 1985. 1600 с.
4. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека: Учебник для вузов. СПб.: Питер, 2003. 384 с.
5. Гройсман А.Л. Медицинская психология: Лекции для врачей-слушателей курсов последипломного образования. М.: Магистр, 1997. 360 с.
6. Цагарелли Ю.А. Психология музыкально-исполнительской деятельности: Учеб. пособие. СПб.: Композитор, 2008. 368 с.
7. Психология музыкальной деятельности: Теория и практика: Учеб пособие / Под ред. Г.М. Цыпина. М.: Академия, 2003. 368 с.
8. Мазель В. Музыкант и его руки: Физиологическая природа и формирование двигательной системы. СПб.: Композитор (СПб), 2002. 180 с.
9. Гутерман В.А. Возвращение к творческой жизни. Профессиональные заболевания рук. Екатеринбург: Гуманитарно-экологический лицей, 1994. 90 с.
10. Коджаспирова Г.М., Коджаспирова А.Ю. Педагогический словарь: Для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2003. 176 с.
11. Сафарова И.Э. Игры для организации пианистических движений (Доинструментальный период). Екатеринбург, 1994. 35 с.
12. Кирнарская Д.К. Психология специальных способностей. Музыкальные способности. М.: Таланты-XXI век, 2004. 496 с.