

Муниципальная бюджетная организация дополнительного образования
«Детская школа искусств» гп.Приобье

Методическая работа

***«Взаимосвязь психических состояний и игровых
движений исполнителя на этапе концертного
выступления»***

Преподаватель
высшей квалификационной категории
Климова Анастасия Владимировна

гп.Приобье 2024 г

Концертное выступление учащегося является одним из сложных видов деятельности. Оно предполагает владение определенным комплексом теоретических знаний и практических навыков, требует постоянного музыкального, интеллектуального, артистического совершенствования. Практический опыт замечательных исполнителей многих поколений привел к целому ряду теоретических обобщений. Но, сколько исполнителей, столько не повторенных индивидуальностей со своими природными данными, способностями и проблемами. Эта область искусства находится в постоянном развитии, и в последнее время особое внимание стало уделяться изучению психологических сторон деятельности исполнителя. Одной из проблем, которая, на мой взгляд, представляет интерес, является проблема взаимосвязи психических состояний и игровых движений.

Психические состояния могут оказывать на исполнительскую деятельность учащегося, как положительное влияние, так и отрицательное, дезорганизирующее, когда нарушается целесообразность и экономичность движений, появляются мышечные напряжения. Как следствие — ухудшается качество исполнения, а если это происходит в процессе работы в классе, то замедляется, нарушается процесс формирования игрового движения и закрепление нового навыка. Для успешного протекания процесса формирования игровых движений, сохранения основных их характеристик, выработанных в репетиционной работе, на концертной эстраде наиболее значимыми являются такие психические состояния как:

- заинтересованность,
- увлеченность,
- вдохновение,
- решительность,
- уверенность.

*Основные причины
возникновения психических состояний следующие:*

1. Предшествующее состояние:

- состояние страха вызывает состояние неуверенности;
- состояние увлеченности — вызывает состояние вдохновения и так далее.

Иными словами, если состояние увлеченности, заинтересованности постоянно сопровождало репетиционные занятия, и было закреплено за игровыми движениями, то в процессе концертного выступления оно перейдет в состояние вдохновения. На это надо обращать внимание в педагогической практике и в процессе занятий стараться, чтобы каждый урок проходил увлеченно, то есть уметь создать атмосферу (психическое состояние),

способствующую появлению вдохновения.

2. Значимость ситуации, в которую попал человек чувство большой ответственности, некоторое эмоциональное напряжение могут вызвать состояние стресса, паники, со всеми его последствиями. Поэтому перед выступлением педагогу не следует акцентировать внимание на ответственности, а создавать установку на обычное исполнение.
3. Физическое состояние — болезнь, усталость могут быть причиной состояний раздражительности, безразличия. В таких состояниях правильной будет прекратить занятия.
4. Определенная установка на преодоление определенных трудностей, на достижение цели значительно мобилизует волю, мышление и другие психические процессы, принимающие участие в деятельности исполнителя.
5. Психические состояния могут мгновенно передаваться от одного человека к другому. Это также следует учитывать в педагогической практике — перед выступлением избегать разговоров с учеником о страхе, сценическом волнении.

Эмоциональное психическое состояние увлеченности в период формирования игровых движений значительно способствует активизации таких умственных психических процессов, как внимание, мышление, память, воображение, представление. Это, в свою очередь, активизирует поиск необходимых образных ассоциаций, определяющих игровое движение, способствует осуществлению контроля целесообразности движений. В состоянии увлеченности, при эмоциональном подъеме процесс формирования двигательных навыков значительно ускоряется.

Состояние вдохновения обладает несколькими индивидуальными характеристиками:

1. Полностью подчиняясь объекту творчества, исполнитель часто не отдает себе отчета в том, какими приемами он пользуется в данный момент;
2. В процессе исполнения контролируются не отдельные игровые движения, а целостные психические состояния, накопленные и закрепленные в процессе формирования игровых движений.

Являясь мотивами совершаемых действий, эмоции в одном случае организуют деятельность, в другом — дезорганизуют ее.

Состояние стресса, связанное с физическими и умственными перегрузками, с необходимостью принимать быстрые и ответственные решения, влияет на игровые движения исполнителя. Виды реакции на стрессовую ситуацию могут быть различными. Они во многом определяются психическими особенностями личности, количеством и качеством накопленного опыта. У одного типа исполнителей стрессовые состояния вызывают общую реакцию возбуждения — движения становятся беспорядочными, часто преувеличенными. Исполнителям этого типа, а вернее их педагогам, следует учитывать эту особенность в процессе формирования игрового навыка, уделяя особое внимание экономии движений, регуляции мышечных напряжений. У второго типа, наоборот, происходит торможение, пассивность, бездеятельность. Движения становятся вялыми, теряют определенность, выразительность.

Кроме стресса существуют и другого рода дезорганизующие психические состояния — *состояния утомления, апатии*, при которых продолжать работу над формированием движений нельзя, это приведет к отрицательным результатам.

*Существуют правила поведения
в любой умственной деятельности,*

соблюдение которых необходимо музыканту в работе над произведением.

1. Принцип постепенного вхождения в работу. Необходимо, чтобы образовалась некая готовность организма, расположенность к данному виду деятельности, т. е. «настрой» на работу.

2. Систематичность занятий — в одно и то же время человек как бы сам «включается» в работу, т. е. формируется условный рефлекс, активизируются психические и умственные эмоциональные процессы. Таким образом, сокращается процесс «вхождения» в работу.

3. Во избежание умственных и мышечных переутомлений необходимо регулярное переключение с одного вида деятельности на другой (это может быть работа над разными видами техники, типами фактур). При этом, начатое, желательно доводить до конца, ставить посильные задачи на данном этапе.

4. Чередование труда и отдыха.

Соблюдение этих правил будет способствовать умению дольше сохранить активное физическое и психическое состояния, которые способствуют процессу формирования игровых движений.

Для успешного проведения определенного вида работы необходимо поддерживать состояние уверенности в благополучном его

завершении. Г. Нейгауз пишет в книге «Искусство фортепианной игры»: «Уверенность является предпосылкой свободы и, прежде всего, надо добиваться именно ее. Многим неопытным играющим свойственна робость; они часто берут не те ноты, делают много лишних движений, бывают скованны. Как бы ни казалось, что это неуверенность чисто физическая, двигательная, верьте моему опыту, она всегда, прежде всего — психическая. Человека, в котором глубоко гнездятся такие недостатки, как конфузливость, неопределенность, нерешительность — невозможно научить хорошо играть одними только, пусть даже самыми лучшими, техническими приемами. Но в то же время нельзя пренебрегать ими, так как работа над техническим аппаратом является составной частью формирования мастерства исполнителя».