

ИЗУЧЕНИЕ СЦЕНИЧЕСКОГО ВОЛНЕНИЯ УЧАЩИХСЯ В КОНЦЕРТНОЙ И КОНКУРСНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Огородникова С.М., преподаватель

(г. Полоцк, Полоцкий колледж ВГУ имени П.М. Машерова)

Актуальным фактором для успешного публичного выступления музыканта-исполнителя является преодоление сценического волнения. Выполнение поставленной творческой задачи зависит от уровня подготовки исполнителя и осуществления контроля своего внутреннего состояния во время выступления.

По мнению великих мастеров сцены Ф.И.Шалыпина, К.С.Станиславского исполнитель должен уметь контролировать свои эмоции, снижать волнение. Преодолению сценического волнения посвящены многие статьи, книги выдающихся музыкантов-исполнителей: Л. Ауэра, В.Ю. Григорьева, Г.Г. Нейгауза, А. Штримера, Л.А. Баренбойма, Д.Д. Благого, Г.М. Когана, Г.Г. Нейгауза, С.И. Савшинского, С.Е. Фейнберга и др. Однако эти советы не приведены в систему и не сгруппированы в отдельный раздел методики.

На данный момент времени проблема выработки умений и навыков преодоления нервного напряжения стоит на повестке дня для исполнителей-музыкантов разного профессионального уровня, от учащихся до концертных исполнителей. Выявить причины сценического волнения учащихся Полоцкого колледжа ВГУ имени П.М.Машерова, определить способы его преодоления является целью данного исследования.

Сценическим волнением называется психологическое состояние исполнителя, одно из разновидностей эмоциональных состояний, возникающее в процессе публичного выступления.

Уровень публичного музыкального исполнения зависит как от подготовки учащегося, его одаренности, так и его способности реагировать на стрессовую ситуацию, какой является выход на сцену. В истории исполнительского мастерства известны случаи провальных выступлений даже самых опытных исполнителей. Исполнительский триумф возможен в случае, если эмоциональный стресс исполнителя адекватен создавшимся условиям. Все же управлять степенью своего сценического волнения удастся не всем артистам. Следует сознательно менять занятия и отдых для сохранения психологического равновесия.

В период обучения учащиеся колледжа должны выступать перед публикой на зачетах, экзаменах, концертах, конкурсах, фестивалях. Среди 10 учащихся Полоцкого колледжа ВГУ имени П.М. Машерова, имеющих опыт сольного исполнительства, было проведено анкетирование. Результаты опроса показали, что сценическое волнение присутствует у всех опрошенных (100%).

Но у одних певцов сценическое возбуждение, поддающееся контролю, носит характер вдохновения, у других, неподвластное контролю, вызывает подавленность, напряженность всего тела, головную боль, бледность лица, невнятность речи, изменение мимики, изменение тембра голоса, повышенное потоотделение.

Основными проявлениями данного состояния учащихся колледжа являются: головная боль (10%), дрожание конечностей (90%), зажатость или напряжение мышц (10%), учащенное сердцебиение (90%).

Все опрошенные испытывают разные психологические состояния, связанные с необходимостью представить свое исполнение на суд зрителей. Причинами возникновения сценического волнения названы: боязнь ошибиться, забыть текст(90%); дискомфорт, вследствие большого числа зрителей (20%); недостаточная подготовка(10%); иные причины (20%). Иными причинами названы «ответственность перед зрителями» (10%) , «отсутствие родных и близких в момент выступления» (10%).

Возможными причинами сценического волнения могут быть:

- 1) понимание социального значения концертного выступления;
- 2) стремление к общественному признанию;
- 3) нерациональное использование энергии;
- 4) не сосредоточенное исполнение;
- 5) опасение забыть нотный текст;
- 6) недостаток контакта со зрительным залом;
- 7) отсутствие психологической настройки, дефицит воли.

Недостаток материалов, основанных на принципах науки, о сути и возникновении сценического волнения побуждает музыкантов-исполнителей к поискам результативных методов подготовки к концертному выступлению.

Значительная часть музыкальных педагогов уверяют, что одновременно с профессионально-исполнительской важное значение имеет и психологическая подготовленность артиста к концертному выступлению.

Оказание помощи начинающему музыканту в ликвидации сценического волнения является прямой обязанностью педагога. Работу по формированию у учащегося психологического равновесия на сцене необходимо осуществлять с самого начала обучения. Бытует точка зрения, что музыкант-исполнитель, многократно и успешно концертирующий в раннем возрасте, владеет большим профессионально-психологическим равновесием в дальнейшем, проще справляется со сценическим волнением, в связи с чем адаптацию будущего артиста к сцене требуется осуществлять с начала обучения.

Существуют конкретные приемы и методы, если не полной нейтрализации разного рода негативных последствий сценического волнения, то, по меньшей мере, снижения их последствий. Регулировать сценическое волнение учащихся позволят кропотливая подготовка музыканта к публичному выступлению, владение механизмами психологической саморегуляции, сценический опыт артиста.

Формы преодоления сценического волнения: выбор удобных по диапазону исполняемых произведений; использование музыкально-ритмических движений; репертуар, выгодно демонстрирующий лучшие вокальные качества вокалиста; выступления в составе ансамбля; большое количество выступлений, предварительная психологическая подготовка.

Результаты анкетирования учащихся колледжа выявили приоритетные формы преодоления сценического волнения: эмоциональная встряска (10%); аутосуггестия (персональное самовнушение) в тишине (40%); расслабление в тишине (60%); концентрация внимания на предстоящем выступлении (70%); перемещения в пространстве (20%); иные формы (20%). Иными формами преодоления названы утверждения «Я все смогу», «Все будет хорошо».

Эмоциональное возбуждение имеет большое значение для успешного выступления артиста. Каждый музыкант-исполнитель имеет собственный оптимальный уровень эмоционального возбуждения, позволяющий ему наиболее успешно осуществлять свой творческий проект. В случае если возбуждение выше этого уровня, наступает нарушение координации мыслей, угасает воля, снижается контроль и анализ качества исполняемого материала, а в тех случаях, когда эмоциональное возбуждение ниже оптимального, выступление, чаще всего, характеризуется бледностью, невыразительностью.

В некоторых случаях эмоциональное возбуждение исполнителя демонстрирует свой оптимальный уровень. Вследствие чего создаются условия для пробуждения особого состояния души, особого ощущения творческого подъема, воодушевления, всего того, что именуется вдохновением. Необходимо приобретать навык вхождения в подобное психологическое состояние для достижения новых творческих успехов.

Универсальных приемов преодоления неблагоприятных последствий сценического волнения не существует. Отдавая приоритет тем или иным методам психологической подготовки, следует принимать во внимание профессиональные качества и индивидуальные особенности психики учащегося.

Для оказания помощи в стратегии и тактики педагогического воздействия на поведение учащегося во время концертных выступлений разработана методическая памятка. В ней предлагаются наиболее универсальные способы, направленные на снижение уровня сценического волнения учащихся.

Список цитированных источников:

1. Готсдинер, А.Л. Концертное исполнение как специфическая форма социального общения. – М., 1978. – С. 131.

MUSICAL CONCEPT FORMING OF ELEMENTARY SCHOOL PUPILS

Orup T.V., senior lecturer

Li Jie, undergraduate

(VSU named after P.M. Masherov)

Academic advisor – Ananchenko G.V., Candidate of Pedagogic Sciences, Full Professor

Introduction. The relevance of the topic is determined by the fact that the conceptual-conceptual apparatus is a system-forming means for the formation of the musical culture of junior schoolchildren, for their comprehension of the intonation, genre and stylistic basis of musical works, for a holistic integrated development of the emotional-figurative nature of art, musical drama, musical language speech.

Main part. As the pedagogical practice shows, the pupil's ability to comprehend the material increases due to his ability to correctly operate with concepts. Even a small experience that finds its expression in a word acquires a generalized character and leads to their assimilation.

The concept is one of the forms of abstract thinking. It is a reflection in the mind of the general and essential features of objects, ideas about their properties. Consequently, in a music lesson, a pupil needs to learn to highlight the set of existing properties of musical concepts, with the help of which he can distinguish this concept from others and generalize homogeneous concepts into a class.

It should be noted that, while in preschool children, the emotional-figurative experiences behind the word prevail, then in younger schoolchildren visual, concrete-figurative and situational connections dominate. Thus, the content of concepts in ontogeny develops. In addition, their structural interrelationships change radically.

According to N.G. Dairi, the most important moment that determines the formation of musical concepts is the process of the teacher's influence on all types of memory, such as: auditory, motor, figurative, motor, emotional. Moreover, for each schoolchild, one of these types is dominant [1, p. 17].

From the point of view of D.P. Gorsky, four successive stages of mastering concepts can be distinguished. The first stage is a single use of a specific concept. The second stage is the selection of concepts from a set of related ones, but without distinguishing between their essential and non-essential features. The third stage is the definition of generalized essential features of concepts, but without their widespread use. The fourth stage is the widespread use of concepts [2, p.98]. In addition, according to Vygotsky, concepts can be assimilated in two ways: either as a result of special training, or through one's own experience. [3; with. 134].

With an individual approach to pupils, the teacher must take into account the peculiarities of the formation of musical concepts in them. In addition, it is necessary to understand that