



**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования**

**«Михайловская детская школа искусств»  
(МАУДО Михайловская ДШИ)**

**Статья на тему:**

**«Психологическая подготовка – один из важных факторов  
успешного выступления учащихся на концертах»**

Подготовила: Щипанова Наталия Викторовна  
преподаватель первой категории  
МАУДО Михайловская ДШИ

г. Михайловск

2024 г.

Вся работа музыканта над произведением направлена к тому, чтобы оно зазвучало в концертном исполнении. Конечно все не могут заниматься концертно-исполнительской деятельностью. Практика показывает, что в концертах принимают участие обычно одни и те же учащиеся. А как же остальные? Как правило, старые пьесы уже забыты, а новые ещё в работе. А между тем музыка должна звучать и звучать публично, для людей! Музыканту необходимо постоянно держать в пальцах достаточно объёмный репертуар. Понятно, что ежедневно работать над множеством произведений в полную силу нет ни возможности, ни надобности, поскольку в какой-то мере может притупиться ощущение свежести, а ведь нужно время для работы над новыми произведениями. Достаточно бывает шлифовать постоянно технически трудные места и лишь иногда с полной отдачей проигрывать пьесы целиком. Наконец программа подготовлена, необходимо научиться вести себя перед концертом.

**Предконцертное время** не ограничивается одним днём. Нужно научиться создавать для себя такие психологические ситуации, при которых хотелось бы заниматься с полной выкладкой, ощутить чувство радости, удовлетворения от работы. Если произведение готово задолго до концерта, то полезно проигрывать его дома с полной эмоциональной отдачей, предварительно настроив себя на концертный лад. Нелишне, чтобы при этом присутствовал кто-либо из друзей, родных.

#### **День концерта.**

В этот день следует прежде всего хорошо выспаться. Некоторые музыканты предпочитают вообще в этот день не заниматься или играют другие пьесы. Думается, что в день концерта всё же полезно поиграть в среднем темпе, спокойно, без эмоций всю программу. Ни в коем случае не следует переутомлять свои руки и чувства в этот день. Нужно сохранить свежесть чувств до концерта.

Некоторые учащиеся в день выступления продолжают зубрить отдельные пассажи, бесконечное количество раз проигрывают предстоящую программу, растрачивая понапрасну нервную энергию и эмоции. Успокоения это как правило, не приносит, а вред ощутимый, поскольку все силы расплескиваются до концерта.

Перед концертом желательно пообедать заранее. Когда человек немного голоден, его ощущения обострены, что очень важно на сцене. На концерт желательно прийти заблаговременно, ознакомиться с акустикой в зале, разыграться, просто побродить по сцене, настроиться для предстоящей игры.

Наряду с психологической подготовкой один из важных факторов успешного выступления состояние рук. Одни музыканты должны как следует разыграться перед концертом, другие почти всегда в хорошей форме. Вообще, руки не надо излишне нежить,

иначе в холодную погоду будет трудно разыгрываться. Если руки ледяные и долго не согреваются, можно выполнить ряд упражнений, например, несколько раз "хлопнуть себя с размаху (от плеча) в обнимку", поднять руки вверх, крепко сжать их секунды на 2-3 в кулаки и плавно опустить расслабленные руки, ударять кончиками каждого пальца по столу. После того, как руки разогрелись, можно очень быстро привести их в хорошую форму, проиграв гаммы, арпеджио - что кому удобнее.

В день концерта и особенно перед выходом на сцену стараться меньше разговаривать, не находиться в шумной компании, не растрчивать понапрасну энергию. Волнение в этот момент, конечно, большое, оно повышается от сознания ответственности. По словам К. С. Станиславского, различаются два вида волнения: «волнение в образе» и «волнение вне образа». Чтобы излишне не увлечься своим драгоценным «я» и чтобы волнение не перешло в панику, совершенно противопоказаны мысли типа: «А что обо мне скажут, если я сыграю неудачно!?». В таком случае лучше слегка подтрунить над собой, вспомнить лозунг: «Бойся не за себя, бойся за композитора!». Хотя чрезмерное волнение мешает, но и излишнее спокойствие - плохо. Наилучшие творческие достижения получаются тогда, когда исполнителю неодолимо хочется на сцену. Важный педагогический момент: если концерт играет ученик, то педагогу не следует давать последние наставления. У ученика своя психика, он уже настроился по-своему, и подобные советы перед выходом на сцену могут лишь вызвать скованность, неуверенность. Полезнее в данном случае помочь ему психологически настроиться на максимальную отдачу. Должно быть огромное желание сыграть. Надо буквально рваться на сцену. В той или иной степени, волнуются все. «...Прошло уже 80 лет, а я так и не поборол в себе это жуткое нервное беспокойство перед началом выступления, - размышляет выдающийся виолончелист П. Казальс. - Всякий раз для меня это пытка. Сама мысль выступления перед публикой до сих пор наводит на меня ужас...»

По мнению многих музыкантов, одной из главных причин, вызывающих волнение и даже некоторый страх у артиста, является боязнь забыть текст. Интересно высказывание А. Гольденвейзера: «Если бы меня кто-нибудь научил, как преодолеть страх перед эстрадным выступлением, был бы ему благодарен... Если говорить искренне, то приходится признаться, что этот страх сковывает исполнителя».

Иногда бывает, что и забудешь текст, - в этом случае надо постараться не застрять на этом серьёзного внимания, иначе от выступления к выступлению нервозность и недоверие к своей памяти будут усугубляться.

Лучше проанализировать после концерта злополучное место, найти причину.

Главное, чтобы такие моменты не западали глубоко в психику.

Существует три вида музыкальной памяти: зрительная, музыкально слуховая и двигательная. Можно считать решающей для запоминания музыкально-слуховую память, включающую в себя и фактуру произведения и образно-эмоциональную сферу.

Ещё один важный **«предконцертный» момент**: в последние минуты перед выходом на сцену следует категорически избегать лихорадочных выхватываний коротких эпизодов программы и их проигрываний «для закрепления памяти». Кроме лишней нервозности такая суетливость ничего не принесёт. Что есть- то есть. Лучше внутренне собраться, представить себе темп, характер первого произведения, два-три раза глубоко вздохнуть и смело выходить на сцену - побеждать!

**Во время концерта** могут появиться какие-то неожиданности, случайности, шероховатости. Важно научиться не придавать этому никакого значения. Главное сохранить течение музыки.

На сцене может случиться и так, что в какой-то момент исполнитель запутывается в тексте, не знает, что играть дальше. Эти моменты - серьёзный экзамен для техники и нервов солиста. Здесь важно не растеряться, не превратить случайность в катастрофу.

Музыкант должен быть в образе на протяжении всего концерта. Немаловажное значение имеет само сценическое поведение: выход и уход со сцены, поклоны, поведение за инструментом - словом, то, что мы называем артистизмом.

После концерта полезно детально разобрать исполнение, вспомнить, что удалось, а где произошла неудача, постараться выявить причины каких-то срывов, сделать выводы на будущее.

Основное состояние, которое должно сопутствовать артисту после каждого концерта, — это ощущение неуспокоенности, жажда последующих занятий, потребность в разучивании новых произведений, стремление к достижению новых вершин.

### **Список литературы:**

1. Коган Г.М. Работа пианиста. / Г.М. Коган. — М., 2004
2. Петренко Е.В. К вопросу о сценическом волнении эстрадного певца. // Наука и школа. — 2015
3. Савшинский С.И. Работа пианиста над музыкальным произведением. / С.И. Савшинский. — М., 2004
4. Чернова О.С. Подготовка начинающего эстрадного вокалиста к концертно-исполнительской деятельности. // Педагогическое образование в России. — 2014