

муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования города Новосибирска  
«Детская музыкальная школа № 8»

**Методическая разработка на тему:**  
**«Публичные выступления обучающихся**  
**детской музыкальной школы. Сценическое волнение»**

Составитель:  
Е.К. Струевич,  
методист первой  
квалификационной  
категории

**КОПИЯ ВЕРНА**

*Директор МБУДО ДМШ № 8*



*Т.В. Комарова*

*25.10.2024*

Новосибирск, 2024

## Введение

Не секрет, что публичные выступления, сопровождаемые волнением, присутствуют в жизни каждого обучающегося на протяжении всего периода обучения в музыкальной школе: академические концерты, концерты отделения и общешкольные мероприятия, выпускные экзамены, выступления на конкурсах и фестивалях различных уровней и т.д.

Однако не существует конкретного перечня, единого для всех, по устранению негативного последствия волнения перед публичным выступлением. Определенные рекомендации самостоятельно создает для себя, конечно, каждый преподаватель, и разумеется, не без участия методиста. Это особенно актуально для молодых специалистов, опыт которых пока еще не так обширен и многогранен. И здесь на помощь приходят не только методист школы, но и более старшие коллеги. Данная тема особенно актуальна, учитывая, что сценические выступления на академических концертах и т.д. являются неотъемлемой частью и одним из обязательных условий подготовки обучающихся по предпрофессиональным программам.

Цель данной разработки – подготовка методических рекомендаций для преподавателей музыкальной школы по воспитанию у обучающихся навыков концертного выступления. При этом обязательно следует учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, требования программы обучения.

Основными задачами данной методической разработки можно считать:

- 1) систематизация литературы, посвященной вопросам сценического самочувствия юного музыканта;
- 2) систематизация рекомендаций преподавателей, психологов и исполнителей по воспитанию у обучающихся навыков публичного выступления;
- 3) рекомендации по формированию у обучающихся навыков самоподготовки к публичному выступлению, определение условий работы непосредственно в классе, необходимых для достижения технической и психологической готовности обучающегося к работе на сцене.

Считается, что каждый преподаватель в процессе работы должен выявить условия, благоприятные для творческого развития обучающихся, потом уже с этой точки зрения рассмотреть особенности работы над концертным репертуаром, определить методы и приемы достижения психологической готовности ребенка, способы достижения стабильного исполнения на сцене. Реализация этих задач происходит с помощью методиста, который помогает в сложных моментах с выбором методов преподавания и т.д. Безусловно, преподаватели с большим опытом работы сегодня владеют многими современными методами работы и охотно делятся ими с коллегами и молодыми специалистами.

Условно структурировать данную методическую разработку можно следующим образом:

1. Период начальной подготовки к публичному выступлению.
2. Формирование качеств концертного исполнителя, работа по воспитанию успешного концертного исполнителя.
3. Так называемая предконцертная и постконцертная работа.

### **Период начальной подготовки к публичному выступлению**

Успех публичного выступления обучающегося музыкальной школы напрямую зависит от качества и своевременности проведенной с ним работы непосредственно на каждом этапе подготовки. Преподавателю необходимо научиться планировать весь процесс подготовки – от выбора репертуара, до выхода юного музыканта на сцену, при этом обращая внимание на индивидуальные особенности обучающегося (возрастные, личностные, степень владения инструментом, техническую готовность и т.д.), а также вовремя вносить необходимые правки во время занятий. Молодые специалисты часто не придают значения этапу планирования, в результате сталкиваются с проблемой неготовности обучающегося к ответственному мероприятию. Это не приносит желаемых результатов, а только вносит суету в налаженный процесс исполнения, изматывает нервную систему обучающегося, дает лишние поводы для волнения, формирует ощущение неуверенности в своих силах. Причина – в

неумении грамотно распределить время в процессе подготовки обучающегося к выступлению.

Подготовку к публичному выступлению можно разделить на 3 этапа, каждому из которых необходимо определенное количество времени для решения конкретных задач, например, в зависимости от близости даты мероприятия. В начальный период должны быть решены все организационные и технические задачи: создание благоприятных условий для подготовки к публичному выступлению не только в классе, но и дома, выбор концертного репертуара, формирование необходимых игровых навыков, организация домашних занятий, достаточное количество времени должно быть уделено работе с родителями (законными представителями).

Начальный период может длиться от недели до нескольких месяцев, но закончить его рекомендуется минимум за 4 недели до выступления, – это время, необходимое для психологической подготовки обучающегося, достижения сценической готовности. Однако встречаются дети, которым достаточно нескольких дней, чтобы достичь оптимального концертного состояния, тогда как другим не хватает и месяца, поэтому срок в 4 недели следует считать достаточно условным. По окончании начального периода обучающийся должен уметь исполнить в классе перед преподавателем всю концертную программу наизусть, без ошибок и остановок, стилистически верно, раскрывая художественный образ произведения. Любые изменения и корректировки в трактовке и исполнении произведения должны вноситься на начальном периоде подготовки, после его окончания такую работу необходимо прекратить, чтобы не нарушить работу налаженного механизма навыков и дать произведению закрепиться в той форме, в которой оно исполняется обучающимся.

### **Создание благоприятной творческой атмосферы**

Для подготовки обучающихся к публичному выступлению важным и необходимым условием является создание благоприятной творческой атмосферы. Занятия музыкой не должны ограничиваться одной лишь игрой на

инструменте. Музыка должна стать неотъемлемой частью жизни каждого обучающегося, сформировав из детей и преподавателей коллектив единомышленников. Этому может способствовать, например, проведение концертов класса преподавателя в других музыкальных школах города. Существенная роль в создании благоприятных условий для увлечения обучающегося музыкой отводится его родителям (законным представителям). Их внимание, помощь в ежедневных занятиях, заинтересованность в творческом развитии юного музыканта имеют особую важность именно в первые годы обучения.

Важно отметить, что большая часть работы с произведениями приходится на самостоятельную домашнюю работу, поэтому нельзя оставлять это без внимания преподавателя. Для грамотной организации самостоятельной работы обучающегося следует выяснить не только условия его проживания, но и на каком инструменте занимается ребенок, имеется ли удобный по высоте стул, достаточно ли освещения в комнате и т.д. Многие родители (законные представители) не придают большого значения данным пунктам, к сожалению.

Невозможно следовать плану подготовки без систематичности занятий, поэтому наряду с составлением индивидуального репертуарного плана для каждого обучающегося в начале учебного года, необходима помощь преподавателя и в составлении расписания домашних занятий.

### **Работа над концертным репертуаром**

Отличие в работе над произведением, предназначенного для публичного исполнения, от произведения, направленного на работу в классе и развитие какой-либо технической стороны обучающегося, в том, что неизбежным спутником любого публичного действия является волнение. Именно поэтому нужно выстраивать учебный процесс таким образом, чтобы волнение всегда присутствовало на репетициях как дома, так и в классе. Нужно научить юного музыканта не справляться с волнением, гасить его, а играть в состоянии волнения, сделать это состояние привычным. Появлению волнения способствуют

поставленные перед обучающимся сложные художественные задачи с требованием их обязательного выполнения: игра без остановок и без ошибок. Следует отметить, что, настраивая обучающегося на безошибочную игру, необходимо соблюдать осторожность. Важно при игре на инструменте научиться не концентрироваться на ошибке, не сбиться, а доиграть произведение до конца, а затем вернуться к сложному месту и выяснить причину появления проблемы. Не рекомендуется выносить на концерты произведения, рассчитанные на развитие обучающегося. Игра перед зрителями должна иметь другое предназначение, развивать иные исполнительские способности. Поэтому программу следует выбирать такую, с которой обучающийся сможет справиться. В этом случае обучающиеся будут активно принимать участие в концертах, чтобы иметь возможность оказаться на сцене.

От того, насколько грамотно будет проведен анализ произведения, зависит его понимание и запоминание обучающимся и успех публичного выступления.

### **Период адаптации психики к ситуации публичного выступления**

Для успешного публичного выступления недостаточно только хорошо выученной программы, необходимо обладать хорошим самоконтролем, умением удерживать внимание на поставленной задаче, осуществлять свои творческие желания в стрессовой ситуации. Только добившись единства между технической и психологической стороной исполнительского процесса, можно говорить о готовности юного музыканта к выходу на сцену.

У каждого обучающегося индивидуальная нервная система, темперамент, стрессоустойчивость, способность адаптации к меняющейся ситуации, поэтому предугадать успех публичного выступления только по степени выученности произведений невозможно. Предварительные проигрывания необходимы для того, чтобы узнать, какое влияние на исполнение могут оказать те

или иные «маленькие случайности», выявить недостатки в исполнении и степень психологической готовности исполнителя. В зависимости от полученных результатов преподаватель может продумать план работы на ближайшие недели, исправить недочеты и добиться сценической готовности обучающегося.

Важно, чтобы с каждым проигрыванием у обучающегося росла уверенность в своих силах, нужно отмечать даже небольшие успехи, затем проанализировать выступление, выяснить, что именно не получилось и т.д. Очевидно, что страх зиждется на незнании, если обучающийся с помощью преподавателя поймет причину ошибки в исполнении, это поможет избежать повторения данного эпизода в будущем.

Как было сказано выше, страх возникает от неуверенности, практика показывает, что у каждого юного музыканта существуют такие места, которые не всегда удается сыграть чисто.

Достижению оптимального концертного состояния сопутствует ощущение эмоционального подъема, радостного ожидания предстоящего выступления, готовность технического аппарата музыканта к воплощению умственных представлений. В зависимости от силы нервной системы и собственного темперамента, каждому обучающемуся присуще соответствующее эмоциональное состояние перед выступлением. Например, сангвиник с его сильными, подвижными и уравновешенными нервными процессами испытывает чаще всего оптимальное предконцертное состояние. У холерика скорее всего возникнет состояние так называемой «эстрадной лихорадки», так как процессы возбуждения его нервной системы сильнее процессов торможения. В таком состоянии дети жалуются на потеющие, дрожащие руки или ноги, говорят торопливо, иногда проглатывая некоторые слоги, движения становятся неестественными, а дыхание учащенным. Для холериков особенно важно знать точное время выхода на сцену, чем дольше держать такого исполнителя за кулисами или в зале, тем больше истощится его нервная система и после какого-то периода времени организм войдет в состояние апатии, свойственное больше меланхоликам и флегматикам. В таком состоянии человек становится вялым,

сонливым, теряет интерес к предстоящему выступлению, в таких случаях обучающегося преследует только одно желание – быстрее сыграть и уйти со сцены.

### **Предконцертный режим занятий**

Основной целью предконцертного режима занятий является достижение и сохранение хорошего физического и психологического состояния обучающегося. Следует максимально уберечь исполнителя от эмоциональных потрясений, умственных и физических перегрузок. За несколько дней до концерта нужно снизить интенсивность и продолжительность занятий, больше обращать внимание на качество игры, чтобы сохранить силы для предстоящего события. Работу над концертной программой необходимо к этому времени прекратить, дать ей усвоиться. Не стоит и работать до изнеможения в последние дни.

Все вещи, необходимые для концерта: концертный костюм, туфли, инструмент, следует подготовить заранее, чтобы избежать неприятных моментов и суеты в ответственный день. Если речь идет о совсем юном музыканте, то ответственность за его сборы лежит, конечно же, на родителях (законных представителях).

Многие преподаватели и исполнители расходятся во мнении, когда речь заходит о проведении репетиции в день концерта. Одни считают, что в день концерта совсем не нужно заниматься, другие, напротив, считают, что в день концерта можно проиграть, но спокойно, без эмоций. И все же все они преследуют одну цель – сохранить свежесть чувств и не переутомить руки до выступления. Одним обучающимся для достижения оптимальной исполнительской формы перед выступлением нужно как следует разыграться, согреть руки, разбудить чувства, тогда как другие почти всегда находится в хорошей форме. Обучающихся с более возбудимой нервной системой следует оберегать от волнующих, (в том числе положительных) эмоций, при необходимости разогреть пальцы сыграть гаммы, арпеджио, этюды. Инертный же, тормозной тип

требует перед выступлением «разгона», для разогрева такого обучающегося следует выбирать произведения, ранее исполненные с успехом на других концертах, ориентируя на эмоциональную игру. Поэтому необходимость проведения, длительность, форма и содержание последней репетиции в день концерта должна определяться преподавателем индивидуально для каждого обучающегося.

Не стоит давать наставления в последние минуты перед выходом на сцену, чтобы не сбить ученический настрой. Если обучающийся чрезмерно волнуется, перед выходом на сцену полезно провести дыхательную гимнастику, рекомендованную Струве и Токарским: медленный, глубокий вдох через нос, небольшая задержка дыхания, затем спокойный выдох через рот, отдых и повторение цикла. Паузу между циклами каждый раз следует удлинять. Прodelывать такую гимнастику рекомендуется перед выходом на сцену, на самой сцене до начала исполнения и в перерывах между произведениями. Поведение обучающегося в день концерта зависит так же и от его преподавателя, поэтому ему необходимо следить за своим видом, верить в силы обучающегося.

По мнению В. Ю. Григорьева, многие выдающиеся педагоги внушали своим ученикам: не стоит переоценивать свои задачи, ставить перед собой слишком высокие цели, а советовали несколько умалять свои претензии на концерте. Другую сторону той же мысли раскрывал Ф. Шопен, утверждая: если верить, что играешь хорошо, будешь играть еще лучше.

Общение юного музыканта с аудиторией может осуществляться разными путями: в первом случае игра музыканта направлена на взаимодействие с залом, вызванная стремлением вести его за собой; второй случай – музыкант попадает в обстановку «публичного одиночества», позволяющую добиться высшего уровня концентрации сил на передаче аудитории художественного смысла сочинения. У каждого пути есть свои последователи, но, к сожалению, нельзя утверждать, какой из них более правильный и результативный. Это

зависит от исполнителя и непосредственно от исполняемого репертуара, художественной задачи, которую необходимо решить в данный момент.

Публичная игра – всегда общение с аудиторией. Важно соблюдать определенные условия, чтобы взаимное общение доставляло удовольствие как исполнителю, так и слушателям. Музыкант должен четко знать, что он хочет сказать и какими средствами этой цели достигнуть, чтобы оказывать воздействие на слушателя. Но одного только знания средств для достижения цели исполнителю недостаточно – важно знать, как этим пользоваться. Еще одним условием успешного взаимного общения является степень подготовленности публички, ее уровень общей музыкальной культуры. В зависимости от этого необходимо выстраивать программу выступления.

### **Постконцертная работа**

Оценка выступления обучающегося преподавателем имеет важную роль в закреплении, а нередко и в умножении положительных результатов сценического выступления, формирует будущую исполнительскую самооценку. Адекватность оценки концертного выступления не снимает необходимости учета преподавателем индивидуальных особенностей психики обучающегося. Давать отрицательные замечания после концерта нецелесообразно, а делать это в присутствии других лиц еще и не тактично. Обсуждать успешные и неудачные стороны выступления стоит только наедине с ребенком, лучше сделать это на следующий день, а не после выступления. При всей объективности оценка должна нести и воспитательный характер. Не стоит утешать обучающегося, который не справился с концертным волнением из-за невнимательности и подготовки к занятиям. Важно отметить пусть даже незначительный успех обучающегося, который старательно готовится, но иногда теряется на сцене. Та или иная неудача во время исполнения неизбежно приведет к возникновению излишнего волнения на сцене в последующих выступлениях.

### **Заключение**

Создание идеальной модели подготовки, подходящей каждому обучающемуся и гарантирующей успех на сцене в любых условиях – не под силу, пожалуй, ни одному методисту и преподавателю. Нет универсального ключа, кода к обучающемуся, нужно всегда искать индивидуальный подход!

У каждого преподавателя за время работы в музыкальной школе накапливаются свои методики по подготовке обучающихся к конкурсам, фестивалям, концертам и другим публичным выступлениям.

Безусловно, не каждый обучающийся, поступивший в музыкальную школу, в дальнейшем станет концертирующим музыкантом, но опыт и навыки, полученные в ходе подготовки к публичным выступлениям, благоприятно скажутся на формировании личности ребенка. Опыт общения с аудиторией, способность к концентрации внимания, преодоление сценического волнения, привитие усидчивости, трудолюбия и стрессоустойчивости будут полезны в дальнейшем в любой сфере деятельности.

### **Список литературы**

1. Бочкарев Л. Л. Психология музыкальной деятельности. – М.: Классика-XXI, 2008. – 352 с.
2. Выготский Л. С. Психология искусства. – М.: Искусство, 1986. – 480 с.
3. Готсдинер А. Л. Музыкальная психология. – М., 1993. – 193 с.
4. Григорьев В. Ю. Исполнитель и эстрада. – М.: Классика XXI век, 2023. – 156 с.
5. Коган Г. М. У врат мастерства. – М.: Советский композитор, 1977. – 176 с.

6. Литвиненко Ю. А. Роль публичных выступлений в процессе обучения музыке. – М.: Педагогика искусства №1, 2010
7. Петрушин В. И. Музыкальная психология. – М.: Владос, 1997. – 400 с.
8. Теплов Б. М. Психология музыкальных способностей. – М. – Л.: АПН РСФСР, 1947. – 336 с.
9. Федорова А. Г. К вопросу о преодолении сценического стресса. // Музыкальная психология и психотерапия. – 2007. – № 3.
10. Фейгин М. Индивидуальность ученика и искусство педагога. – М.: Музыка, 1975. – 200 с.