

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств №2 им. С.С. Прокофьева» города Владимира**

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА

на тему:

**«Посадка и постановка игрового аппарата гитариста - путь к
свободе звукоизвлечения».**

**Преподаватель по классу гитары:
Иванова Зоя Сергеевна.**

**г.Владимир
2024**

Содержание

Введение.

1. Начальный этап обучения.

2. Посадка.

3. Постановка и наклон гитары.

4. Постановка правой руки.

"Купол" - путь к быстрым темпам.

"Люфт" - выносливость, свободное звукозвечение.

5. Первые занятия.

6. "Напряжение - Расслабление", упражнение.

7. Упражнение на открытых струнах.

8. Постановка левой руки.

9. Зрительное опережение. Качество звука.

10. Игра правой и левой руки одновременно.

11. Упражнения. Первые пьесы.

Заключение.

Введение

Свобода звукоизвлечения - это виртуозность, яркость, выразительность, многообразие и качество звука, выносливость; а также - залог успеха преподавателя, который привил все эти навыки своим ученикам. У каждого педагога есть уникальное видение, понимание и знание своего предмета, своя методика преподавания. В данной методической работе раскрывается авторский взгляд на тему посадки и постановки игрового аппарата гитариста, как средства достижения свободы звукоизвлечения. Рассматриваются ошибки, возникающие на пути ученика, и способы их преодоления. Занятия проводятся индивидуально в форме урока педагога с учеником. Возрастные категории учащихся: дошкольная 5-6 лет; младшая школьная 7-10 лет; средняя школьная 11-14 лет; старшая школьная 15-17 лет. Учебный материал построен в виде системы, в которой все навыки взаимосвязаны. При отсутствии правильной посадки и постановки рук ученику придётся столкнуться со множеством проблем звукоизвлечения - зажатостью и "окаменелостью" рук, которая блокирует развитие всех последующих навыков. Актуальность данной методики заключается в том, что все навыки свободного звукоизвлечения - эффективны, их формирование и закрепление происходит вовремя - на начальном этапе посадки и постановки игрового аппарата, что гарантирует успешное обучение и развитие гитариста.

1. Начальный этап обучения

Начальный этап обучения - это фундамент. Это время, когда закладываются навыки звукоизвлечения, техническая база, скоростной диапазон. Ошибки на этом этапе приводят к физическому дискомфорту, зажатости, усталости и скованности рук, некачественному звуку, однообразию и невыразительности исполнения, отсутствию скорости и выносливости, скудному репертуару и, как следствие - потере интереса к музыкальному искусству.

Грамотный и системный подход к посадке и постановке рук гитариста позволит избежать таких ошибок ещё до их появления, поможет развить свободу звукоизвлечения и раскрыть самые смелые музыкальные замыслы.

2. Посадка гитариста

Посадка гитариста - процесс достаточно трудоёмкий. В нём множество деталей, которые ученику нужно будет запомнить и применять на каждом занятии. Для посадки используется только передний край стула, чтобы в дальнейшем выстроить правильный наклон инструмента. Спина прямая и к спинке стула не прислоняется. Такое положение спины позволит избежать искривления позвоночника. Далее следует установка левой стопы на специальную скамейку 20см высотой и 30см длиной. Установка правой стопы зависит от комплекции ученика. Если рост высокий и ноги длинные, то правая стопа ставится на пол. Если ученик маленький и правая нога до

пола не дотягивается, то ставится вторая скамейка в качестве опоры под правую ногу. Высота правой скамейки может быть 10 или 20 см. Важно, чтобы у правой стопы пятка не поднималась вверх, так как это приводит к зажатию мышц всего тела и в дальнейшем плохо отражается на звуке.

3. Постановка и наклон гитары

После того как ученик выполнил посадку следует правильно установить гитару, подобрать нужный наклон инструмента. В течении первых занятий устанавливает гитару и наклон корпуса педагог, а ученик запоминает и фиксирует. Позже он будет делать всё сам на уроке, под контролем педагога (домашние занятия будут доступны только после правильного автоматического воспроизведения полученных навыков без подсказок преподавателя). Корпус гитары фиксируется между правой и левой ногой. Гриф находится слева. Изгибом в нижней части корпуса гитара закрепляется на левой ноге плотно к телу. Затем выстраивается наклон гитары. Правая часть корпуса чуть опускается вниз, плотно прилегая к ноге. Слева гриф поднимается так, чтобы его верхняя часть находилась на уровне головы. Весь корпус гитары должен плотно прилегать к телу, а ноги служить опорой для инструмента. Важно, чтобы гитара не двигалась по подобию "весов" или "качелей" вверх и вниз. Неустойчивое положение гитары - это серьёзная ошибка, при которой невозможно хорошо владеть игрой на инструменте. Ещё одна "ловушка", в которую попадают почти все ученики, особенно при разучивании нотной грамоты - это разворот туловища влево. Происходит это часто само по себе, и по причине нахождения слева пюпитра для нот. В будущем такой разворот туловища в левую сторону будет очень плохо отражаться на звуке. При выступлении музыканта на сцене слушатели обычно сидят не слева или справа, а напротив выступающего. В данной ситуации весь звук будет уходить не в центр зала, а в бок - к "окну", "стене" или "двери". Звук будет глухим и доноситься не в ту сторону. Поэтому на начальном этапе и всех последующих нужно приучать гитаристов следить за направлением туловища - только прямо.

Посадка гитариста.



4. Постановка правой руки

Успех гитариста во многом зависит от того, как поставлена его правая рука. Правая рука - это проводник в мир звука. Если функцией левой руки гитариста является нажатие, то функцией правой руки - звукоизвлечение, щипок, соединение звуков между собой. Средства выражения замысла художника - это инструменты художника (акварель, гуашь, тушь, масло и т.д.), цвета и техники. У гитариста вся палитра звука, его богатство и разнообразие, скорость и длительность исполнения заложены в основном в правой руке. Левая рука (за исключением некоторых приёмов) звуки готовит, а правая - озвучивает.

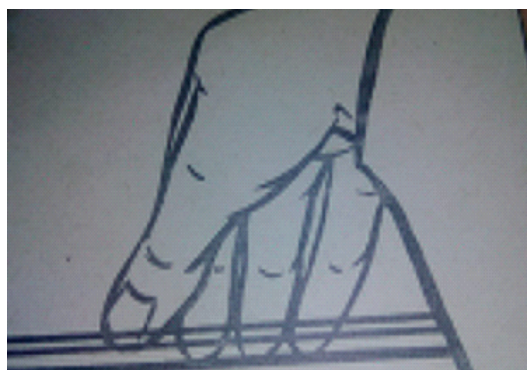
"Купол" - путь к быстрым темпам.

Что такое постановка правой руки? Это округлая форма руки с поднятым вверх запястьем "от себя" в виде купола. Расположение правой руки - возле резонаторного отверстия, где звук более глубокий и мягкое натяжение струн. Близость пальцев к струнам в положении купола и "экономичное", не размашистое движение пальцев правой руки - это доступность быстрых темпов в перспективе. При положении кисти запястьем "к себе" пальцы находятся далеко от струн - что приводит к частым запинкам, "окаменелости" правой руки, игре только в медленном темпе.

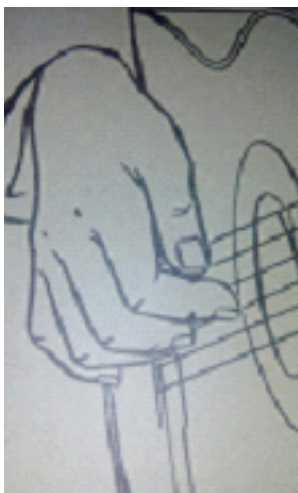
"Купол" правой руки - правильная постановка.



"Купол" правой руки - вид сверху.



Без "купола" - неправильная постановка правой руки.



"Люфт" - выносливость, свободное звукоизвлечение.

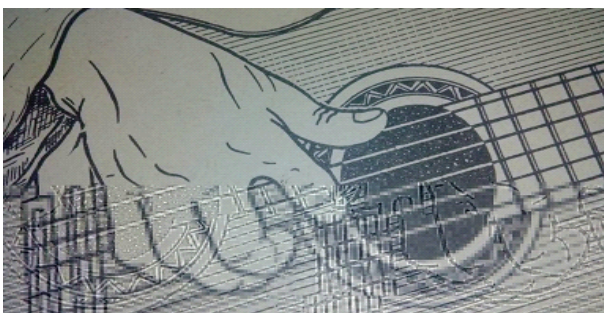
Одной из частых проблем гитаристов является недостаточная, выносливость - когда руки устают ещё до окончания произведения. Если руки "каменные", напряжённые - тяжело доиграть короткую пьесу до конца, не говоря уже о более длинной, или программе из нескольких произведений. Ключом к решению этой проблемы является навык под названием "люфт". "Luft" - в переводе с немецкого языка означает "воздух". Для гитариста "люфт" - это расслабление руки. Щипок пальца правой руки - это напряжение, после которого должно следовать расслабление. Игра кисти правой руки - это напряжение. Между музыкальными фразами, частями, между произведениями в программе должно следовать полное расслабление правой руки. Чередование напряжения - расслабления в правой руке даёт ту самую выносливость, которой так не хватает сейчас многим гитаристам.

Постановка правой руки с учётом "купола" и "люфта" даёт массу возможностей: свободу и комфорт звукоизвлечения, динамическое и темповое разнообразие, способность играть более длинные по времени программы.

Округлая, естественная форма правой руки - правильная постановка.



Зажатость, "окаменелость" правой руки - неправильная постановка.



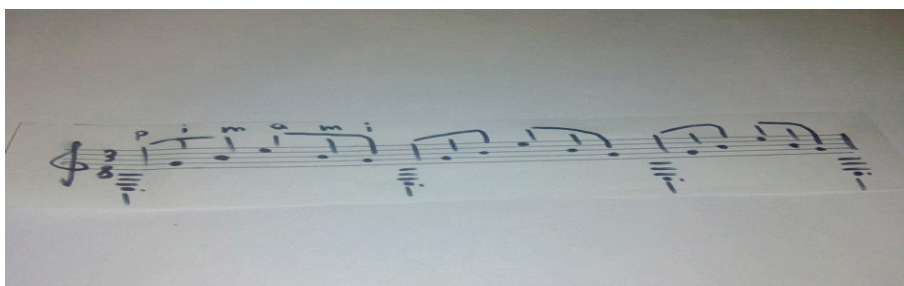
5. Первые занятия

Для закрепления навыков в правой руке необходимо время. Если ученик маленький, возраста 5-6 лет, то на усвоение и фиксацию навыков может уходить от двух месяцев до полугода. Поэтому родителям будущих юных гитаристов целесообразно отдавать ребёнка сначала в подготовительный класс, где можно заранее освоить все необходимые навыки и применить их на практике.

6. "Напряжение - расслабление", упражнение для правой руки

Данное упражнение нужно для фиксации верных ощущений в правой руке. Преподаватель просит ученика напрячь кисть руки и смотрит на её внешний вид: пальцы растопырены в разные стороны и похожи на "грабли". Ученику нужно прочувствовать всё напряжение кисти, подвигать пальцами и понять, что в напряжённой кисти скорость движений пальцев минимальная, выносливость тоже - долго шевелить пальцами не получится. Похожие ощущения - при ходьбе: если напрячь ноги - тяжело идти, тем более бежать. Мышечная зажатость не способствует длинным дистанциям. В то же время, если расслабить кисть - она приобретает округлую, естественную форму, мягкость и пластичность. Это контрастное ощущение свободы и комфорта. При расслабленной кисти пальцы могут двигаться быстро и долго. Именно этот контраст ощущений нужно осознать ученику. И делать это на каждом занятии, пока навыки не станут автоматическими. Задача педагога - контроль правой руки. Нужно придерживать кисть и не позволять ученику играть зажатой рукой, без купола, с растопыренными пальцами "граблями". И только тогда, когда ученик сам, без напоминания сделает всё правильно, можно ослабить контроль. Но периодически проверять состояние правой руки. Важно, на раннем этапе фиксации посадки и постановки рук - отсутствие домашних заданий. Все занятия проходят под контролем педагога; пока посадка, постановка, "купол" и "люфт" не закрепятся основательно.

7. Упражнение на открытых струнах для правой руки



Сначала рекомендуется устно выучить названия открытых струн. Затем буквенные обозначения пальцев правой руки. К упражнению можно переходить только после правильно выполненных посадки, постановки гитары и "купола". После щипка - "люфт", расслабление каждого пальца. Первая задача в этом упражнении - закрепить все навыки в правой руке. Вторая задача - играть верные струны с названиями. Третья задача - играть

это упражнение верными пальцами правой руки. Преподаватель контролирует правильность выполнения упражнения, проверяет гибкость, мягкость, округлость правой руки. Если в руке появилась зажатость, "окаменелость", пропал "купол", форма руки в виде "граблей" - то упражнение следует прервать, сразу выполнить "напряжение - расслабление" правой руки и возобновить уже с нужными ощущениями и навыками.

В качестве первых пьес для правой руки хорошо подойдут "Гномик", "На склоне холма", "Жили - были", "Синий кит" О.Копенкова.

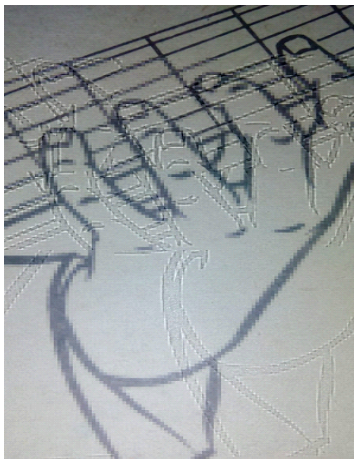
8. Постановка левой руки

Постановка левой руки также начинается с "купола". Только у "купола" левой руки запястье направлено вниз и пальцы округлой формы. "Купол" готовится заранее в "воздухе", ещё до постановки левой кисти на гриф. Если ученик готовит руку без "купола", педагог останавливает это неверное движение. Путь левой руки к грифу гитары лежит только через "купол". Благодаря "куполу" пальцы в левой руке находятся горизонтально грифу. Целесообразно держать все 4 пальца напротив струн. Близкое расположение пальцев к струнам удобно в техническом плане. Если пальцы далеко от струн, то сложно будет нажать необходимый звук вовремя. Соответственно звучание получится прерывистым, несвязным и неприятным на слух, без перспективы подвижных темпов в будущем. Каждый палец левой руки должен быть готов нажать нужный звук в любой момент. Большой палец находится с обратной стороны грифа на уровне указательного пальца. Важно, чтобы кисть и пальцы, имели округлую форму. Если ладонь прижата к грифу, то "купола" не получится и местонахождение пальцев будет далёким от струн. Такое положение кисти бесперспективно в техническом плане. При нажатии звука фаланги пальцев направлены вверх. Форма пальца напоминает "молоточек". Такая форма пальцев позволит играть на верхних струнах не заглушая все остальные. Местонахождение пальца - в центре лада.

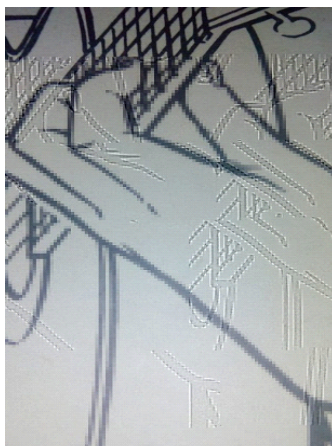
"Купол" и округлая форма левой руки - правильная постановка.



Расположение пальцев левой руки на ладах - правильное.



Левая ладонь прижата к грифу, нарушена постановка руки и пальцев.



9. Зрительное опережение. Качество звука.

При постановке каждого пальца на лад важно зрительное опережение - найти глазами нужный лад и струну, затем поставить туда палец и нажать звук. Чтобы извлечь нажатый звук понадобится правая рука - это тот момент, когда обе руки начинают работать вместе. В левой руке происходит нажатие звука, в правой щипок. Сила нажима определяется звуком. Если звука нет, то следует нажать сильнее. Важно, чтобы ученик с первых нот в левой руке научился хорошо прожимать и отличать недожатые звуки - этот навык гарантирует высокое качество звука.

10. Игра правой и левой руки одновременно

В процессе игры двумя руками вместе педагогу нужно не пропустить один очень важный момент, от которого зависит всё дальнейшее творчество и развитие гитариста. Напряжение, возникающее при нажатии звука в левой

руке, не должно переходить в правую. Правая рука сохраняет все закреплённые ранее навыки: "купол", "люфт", мягкость и пластичность. Подключение левой руки никак не должно отражаться на постановке и звукозвлечении правой руки.

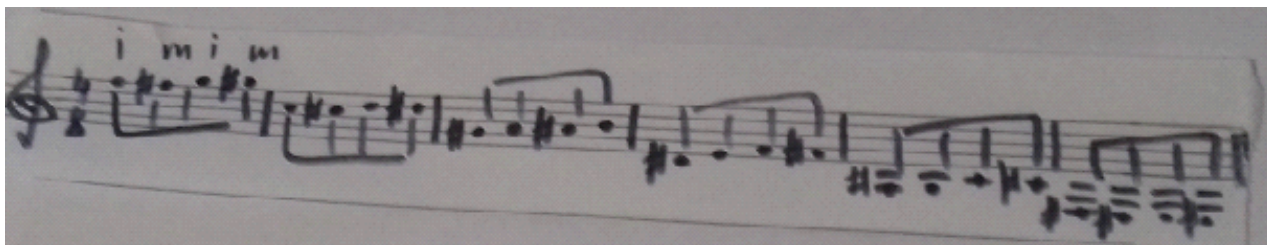
11. Упражнения. Первые пьесы

В качестве упражнений для правой и левой руки хорошо подойдут "хроматическое" и "змейка".

"Хроматическое" упражнение.



"Змейка"



Задачи этих упражнений: синхронность движений правой и левой руки, точность переходов по ладам, качество звука.

Пьесы: "Воробей" (на 1 струне), "Мяч" (2 струна), "Пароход" (3 струна), "Я гуляю" и "Грачи" (1,2,3 струны) из учебника В.Калинина "Юный гитарист" хорошо подходят для закрепления навыков постановки рук, изучения нотной грамоты. Пьесы для начинающих Л.Ивановой: "Весна",

"Железный дровосек", "Дождик", "Листопад", "Звёздочки" способствуют развитию различных видов гитарной техники.

Заключение

Количество времени для формирования и закрепления всех вышеизложенных навыков у каждого ученика разное. У учащихся среднего и старшего школьного возраста посадка и постановка игрового аппарата может занимать 1 месяц. У учеников дошкольного и младшего школьного возраста времени уходит больше, от 2 месяцев до полугода. Все навыки формируются и закрепляются на каждом занятии под контролем педагога и доводятся до автоматизма. В течении становления игрового аппарата и посадки от домашних занятий лучше воздержаться, так как любое неправильное движение и ощущение может сильно навредить процессу. После автоматизации навыков посадки и постановки рук ученику можно давать задания на дом. Задачи посадки и постановки игрового аппарата гитариста можно считать достигнутыми и путь к свободному звукоизвлечению открытым, когда ученик самостоятельно и без подсказок педагога, выполняет правильно всю последовательность действий используя полученные навыки. Правильная посадка и постановка игрового аппарата ведёт к свободе звукоизвлечения - "благодатной, подготовленной почве, в которой возрастает и расцветает яркими красками талант".

Литература

- 1. Иванова Л. "Пьесы для начинающих гитаристов" 2008 г.

- 2. Иванов-Крамской А. "Школа игры на шестиструнной гитаре" 2003г.
- 3. Калинин В. "Юный гитарист" 2003 г.
- 4. Каркасси М. "Школа игры на шестиструнной гитаре" 1989 г.
- 5. Катанский А. "Школа гитаристов" 2006 г.
- 6. Кирьянов Н. "Искусство игры на шестиструнной гитаре" 2007 г.
- 7. Копенков О. "Первые шаги" 2015г.
- 8. Пухоль Э. "Школа игры на гитаре" 1983г.
- 9. Орехов С. "Становление музыканта" 2017г.
- 10. Сеговия А. "Записки гитариста" 1973г.
- 11. Смирнов Ю. "Искусство игры на шестиструнной гитаре" 2004г.