

- виховувати бережливе ставлення до свого голосу.

**Висновки.** Для успішної сольної чи хорової вокальної діяльності співакам необхідно знати особливості будови і функціонування голосового апарату, що дозволить їм свідомо коригувати та вдосконалювати власний спів.

### Список використаних джерел

1. Довідник з біології / за ред.. К. М. Ситника. Вид. II, випр. і допов. Київ : Наукова думка, 2003.
2. Мотузний В. О. Біологія. Навчальний посібник / За ред. О. В. Костильова. Київ : Вища школа.
2. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів : Біологія, 7-11 класи. К. : Ірпінь: Перун, 2005.

**Салімон Ірина,**

заступця директора з навчально-виховної роботи, викладачка Градизької ДМШ ім. °О. °І. °Білаша,

**Соколовський Григорій,**

директор, викладач Градизької ДМШ ім. °О. °І. °Білаша (с-ще Градизьк)

## ПИТАННЯ СЦЕНІЧНОГО ХВИЛЮВАННЯ УЧНІВ-ІНСТРУМЕНТАЛІСТІВ

*Анотація.* У статті проаналізовано різні стадії і види сценічного хвилювання. Констатовано, що сценічне хвилювання може як покращити, так і погіршити виконання музичного твору в процесі виконавської діяльності учнів-інструменталістів. Охарактеризовано складники стадій сценічного хвилювання позитивного та негативного типу.

**Ключові слова:** сценічне хвилювання, учні-інструменталісти, публічні виступи.

Успішність виступу учня-інструменталіста на сцені є результатом багатьох складових, серед яких далеко не останнє місце займає сценічне

хвилювання. А воно, в свою чергу, залежить від рівня психологічної готовності виконавця до виступу та вміння контролювати свій стан на сцені. Учень не повинен втрачати контроль над собою, над своїми діями, а його емоції мають підкорюватися його свідомості.

Цю проблему досліджували зарубіжні та вітчизняні науковці, зокрема Л.°Маккіннон, В.°Гусак, О.°Зінченко, Н.°Юдіна.

Виконавські завдання, які поставлені перед музикантами упродовж виступу на сцені змушують знаходитися їх в особливому психофізіологічному та моральному стані. У період навчання учневі доводиться протягом всіх років виступати перед аудиторією на звітних, академічних концертах та брати участь у конкурсах. І тут одним з вагомих моментів є поведінка виконавця, сценічне самопочуття, ступінь хвилювання під час публічних виступів. Сценічні прилюдні виступи виконавців-інструменталістів за емоційною напругою прирівнюються до екстремальних умов.

Практика показує, хвилювання має місце для всіх. Але в одних дітей хвилювання є контрольованим, викликає піднесення та є стимулом для більшого натхнення, в інших – вийшовши за межі контролю – викликає повну депресію, скутість всього тіла, а головне – виконавського апарату. В результаті отримуємо скованість чи тремтіння рук, млявий сценічний і емоційний вираз. У третіх хвилювання викликає збудженість та метушливість, які теж заважають під час виступу.

При вихованні маленьких музикантів ми зіштовхуємось з двома складовими цієї діяльності. З одного боку, – це індивідуальний підхід до конкретної дитини, де педагог користується скоріше інтуїцією та досвідом, ніж результатом наукового підходу. З іншого боку, необхідно усвідомити загальні теоретичні принципи та знайти доступні методи підготовки учнів до публічних виступів.

Освітня робота з підготовки учнів музичних шкіл до концертів включає такі компоненти:

1. Розуміння, що концертне життя – це норма для музиканта. Для цього необхідно поступово формувати в дитини відповідні установки на публічні виступи. Виконавець грає на сцені, щоб познайомити слухачів зі змістом музичного твору, а слухачі в будь-якому разі налаштовані позитивно до артиста.

2. Глибокий аналіз музичного матеріалу, усвідомлення образного змісту. Педагоги музичних шкіл часто спираються у своїй роботі на механічне запам'ятовування нотного тексту. Але краще привчати учня грати з будь-якого місця, повертаючи його увагу до цікавих акордів, до змін фактури, динаміки та формуючи в нього емоційний відгук на ці аспекти музичних творів.

3. Напередодні виступу недопустимо вести оцінюючі розмови з учнем. Будь-які фрази по типу: «От зараз і поглянемо, як ти займався» заборонені. Увага повинна переноситись на саму діяльність. У процесі роботи над концертною програмою ми формуємо в учня мотив досягнення, який вступає в конфлікт з мотивом уникання невдач. На цьому етапі дуже важливим є врахування ступеня тривожності дитини. Тривожність може бути пов'язана з вродженими особливостями, вихованням, здоров'ям, емоційністю, чутливістю. Дуже часто такі діти є здібними до глибокого та проникливого виконання музичних творів, але вони потребують спеціальної уваги при роботі з їх мотивацією та вольовою сферою.

4. Формування в учнів здатності до вольових зусиль та вольової регуляції поведінки. У музичній діяльності воля реалізується в систематичній цілеспрямованій роботі в період розучування музичних творів та здатності мобілізувати свої сили під час виступу. Коли ми готуємо учня до публічного виступу важливо враховувати характер суб'єктивних перешкод, таких як страх, самокритика та об'єктивних – це можуть бути технічні складнощі чи правильно підібраний репертуар.

5. Тренування концентрації уваги в умовах виступу. При підготовці до виступів корисними будуть вправи на концентрацію уваги. Для цього

учневі пропонують виконувати музичний твір з різним рівнем заважаючих факторів. Можна грати при виключеному світлі, з закритими очима, міняти місце виконання, заважати виконання словами, запрошувати глядачів – головне, щоб учень вчився зосереджуватися тільки на виконанні творів. Перед виступом слід обговорювати з учнем подробиці виконання твору, налаштовувати його на зміст музики, що виконується. Корисною буде гра з закритими очима та зануренням в образний зміст музичного твору. Вся увага має бути зосередженою на художній інтерпретації твору.

Отже, таким чином ми бачимо, що робота з підготовки учнів-музикантів до публічних виступів має вестись систематично на кожному уроці. Протягом навчання в мистецькій школі майбутні музиканти набувають свій перший досвід концертних виступів та отримують необхідні знання на шляху до професійності. Вироблення правильного ставлення, корисних звичок, розуміння єдності процесу підготовки та презентації музичних творів буде запорукою стабільності та успішності їх виконавської діяльності.

Робота з формування в учня сценічної стійкості повинна вестись з самого початку навчання, а до сценічного виконання слід прагнути з перших уроків, від початку роботи над музичним твором.

Виступи корисні на всіх етапах навчання. Вони тонізують музиканта, активізують самостійну роботу, виявляють недоліки занять, вчать художньо реалізовуватися, долаючи надмірне сценічне хвилювання.

#### **Список використаних джерел**

1. Гусак<sup>°</sup>В. Особливості виявлення сценічного хвилювання в процесі інструментальної підготовки майбутніх учителів музики // *Проблеми підготовки сучасного вчителя*. №<sup>°</sup>6(2), 2012. С.<sup>°</sup>114-122. //URL:[http://nbuv.gov.ua/UJRN/ppsv\\_2012\\_6%282%29\\_\\_18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/ppsv_2012_6%282%29__18)
2. Юдіна<sup>°</sup>Н.<sup>°</sup>О., Зінченко<sup>°</sup>О.<sup>°</sup>О. Шляхи підвищення рівня емоційної саморегуляції студентів музичного училища. *Психологія і особистість*. №<sup>°</sup>22 (10), 2016. Ч.<sup>°</sup>1.