

Департамент культуры и молодежной политики администрации города Перми  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Детская школа искусств им. Д.Б.Кабалевского» г. Перми

**Упражнения для организации игрового аппарата  
при обучении игре на фортепиано  
(методические рекомендации)**

Составитель – Ярыш В.А.  
преподаватель хорового отделения

г. Пермь. 2023г.

## ***Введение.***

Организация пианистического аппарата на начальном этапе обучения на фортепиано – одна из самых ответственных и трудоёмких задач, стоящих перед педагогом, и начинается это «создание» рук ученика, их «лепка» с первых занятий. Сделать этот процесс увлекательным помогает методика игровых упражнений, которую широко используют в своей практике ведущие педагоги-пианисты.

Использование в собственной многолетней педагогической практике методик А.Н.Артоболевской, Д.Н.Баренбойма, Т.И.Смирновой побудило меня к сочинению собственных игровых упражнений, которые будут представлены в данной работе.

Методические рекомендации могут быть использованы для обучения детей 6-7 лет, а также эффективно применяться для корректирования возможных проблем в организации игрового аппарата на других этапах обучения.

Вот несколько упражнений, которые помогут ребёнку правильно сидеть за инструментом, ровно держать спину, оставляя руки и плечи свободными, делая опору на ноги:

1. **«Заводная кукла»**. Сидеть не сгибаясь, как кукла на витрине (до 20 секунд), а затем расслабиться (завод кончился). Выполнить несколько раз, сидя за фортепиано, опираясь на ноги. Руки свободно висят.

2. **«Лебедь»**. Ученик сидит «как кукла» и выполняет свободные движения руками, подражая полёту большой, красивой, нежной птицы. Выделяем слова: «нежной» - чтобы движения были плавными; «большой» - большая амплитуда движений; «красивой» - чтобы добиться изящества движений.

3. **«Марионетка»**. Ученик стоит, подняв руки вверх. Всё тело до кончиков пальцев напряжено, «натянута» невидимыми верёвочками. Потом верёвки поочерёдно начинают «рваться» - падают пальцы рук, кисти, руки от локтя, от плеча, туловища – и ребёнок наклоняется и качает расслабленными руками вниз.

4. **«Подснежник»**. Преподаватель играет пьесу П.И.Чайковского. Ребёнок сидит на стуле, руки свободно лежат на коленях. Первая фраза – подснежник «растёт» - правая рука плавно поднимается и опускается, затем – левая на вторую фразу. На протяжении всего упражнения кисть висит расслабленная, как цветок подснежника (пальцы не топорщатся, как лепестки, например, ромашки). Затем усложняем упражнение:

- поднять руку как в упражнении «Подснежник» и, расслабив, уронить на колени кулачок;

- то же, но приземлиться на подушечки пальцев;

- то же, но руки приземляются на 3-й палец сначала на колени, потом на стол, и, в конце концов, на клавишу. Упражнение выполняется поочерёдно всеми пальцами.

5. **«Художник»**. Упражнение выполняется стоя. Ребёнку предлагается «рисовать» на воображаемом большом листе бумаги цифры от единицы до десяти. Ребёнку даётся целевая установка – «нарисованные» цифры должны быть красивыми, поэтому «рисовать» надо медленно и аккуратно. Это упражнение помогает укрепить мышцы спины и рук, развивает гибкость суставов (локтевого и запястного); а также способствует выработке ощущения целостности руки от верхней точки плеча до кончиков пальцев.

6. **«Верхом на лошадке»**. Упражнение выполняется сидя. Ребёнок, делая лёгкие подскоки, должен вообразить себя наездником, который скачет на лошадке, крепко упираясь ногами в стремяна. Упражнение способствует выработке навыков ровно держать спину, умению сидеть, слегка наклоняясь к инструменту, устойчиво опираясь ногами в пол.

Следующий ряд упражнений направлен на постановку рук и координацию их движений.

1. **«Мячик»** или **«Отдай мне руку»**. Рука ребёнка должна быть полностью расслаблена, чтобы педагог мог подбрасывать и ловить её как мячик.

2. **«Лифт»**. Представим, что руки – это два лифта в доме. Они едут то вверх, то вниз, то одновременно, то порознь, то в разных направлениях и т.д. Соответственно, ребёнок поднимает или опускает руки. Усложняем упражнение: руки опускаются на расслабленные кулачки, затем – на все пальцы, на 1-й и 5-й пальцы и, наконец, на каждый палец отдельно. Следить, чтобы при опускании рук кисть не поднималась вверх, а сохраняла форму «кабинки лифта».

3. **«Машинка»**. Выполняется на столе (закрытой крышке инструмента). Ученик водит маленькую игрушечную машинку то вправо, то влево. Впереди идёт кистевой сустав и ведёт за собой пальцы. Упражнение выполняется сначала с предметом, а затем – с воображаемой машинкой (кисть – «машинка»). Упражнение постепенно дополняется участием обеих рук одновременно:

- машинки движутся в разные стороны друг от друга;
- навстречу друг другу;
- в параллельном движении;
- с остановками: одна движется, другая догоняет и т.п.

4. **«Кошечка»**. Ладони лежат на столе, пальцы расслаблены («кошечка спит – коготки спрятаны»). Затем кончики пальцев подтягиваются и ставятся на «подушечки» («кошечка проснулась – выпустила коготки»). Следить, чтобы упражнение выполнялось без напряжения: запястье не поднимается, а ладонь не прогибается. Выполняется сначала отдельно каждой рукой, а затем – одновременно обеими руками. Упражнение помогает выработать ощущение собранности кончиков пальцев (ощущение «подушечек»).

5. **«Учим руки дышать»**. Ребёнок ставит пальцы на край стола с таким ощущением, будто повесил на них руки («вешалка»). Руки делают «вдох» - запястье идёт вверх, «выдох» - вниз. Движения рук плавные, без рывков. Руки могут «дышать» вместе, поочерёдно, вразнобой и т.д.

6. **«Дятел»**. Представить себе кисть и слегка собранные удлинённые пальцы в форме головы дятла с длинным клювом. Сохраняя форму кисти и пальцев в таком положении, легко поднимать руку и быстро опускаться кончиками пальцев на поверхность стола так, чтобы слышался «стук дятла». Можно менять амплитуду движений (сначала – тихий стук, затем – громкий). В работе участвует вся рука, а запястье слегка «пружинит», когда пальцы прикасаются к столу. Чтобы движения рук были более точными и упорядоченными, упражнение можно сопровождать стихами:

Дятел, радуясь весне,  
Барабанит по сосне:  
Тук, тук, тук, тук –  
Слышен громкий дятла стук.

Следующий ряд упражнений направлен на развитие пальцевой техники:

1. **«Марширующие гномы».** Пальцы «шагают», как гномы шагают ножками. Работают 2 и 3 пальцы, 2 и 4, 3 и 1, 2 и 1, 2 и 5, 3 и 5, 1 и 5, 4 и 3. Расскажите ребёнку историю о забавных гномах, которые шагают ножками, сидя на стульчиках. Обратите внимание на движения его тела: ноги шагают, колени согнуты, а сидит он спокойно, не подпрыгивая. Теперь ученику понятно, что кисть остаётся в спокойном состоянии, а двигаются только согнутые пальцы.

2. **«Паучок»** или **«Краб».** Учитель даёт команду, какими пальцами «шагать». Причём следует называть разные пальцы для левой и правой руки. Например, одновременно «шагают» в левой руке 5 и 1, а в правой – 3 и 5. Так быстро усвоятся номера пальцев.

3. **«Паучки пошли в поход».** Надо представить, как паучок несёт тяжёлый рюкзак и, пройдя пятью лапками, осторожно отдаёт рюкзак второму паучку. Так они и ходят, передавая друг другу тяжесть.

4. **«Замочек».** Упражнение для тренировки цепкости кончиков пальцев. Ученик складывает два пальца колечком («замок») и захватывает последнюю фалангу пальца педагога. Педагог пытается вытащить свой палец, а ученик – удержать его. Стараясь вытащить «ключ из замочка», не следует прикладывать чрезмерные усилия, чтобы малыш смог сохранить округлость пальцев (не сломался замочек). Таким образом тренируем разные пары пальцев (1-2, 1-3, 1-4, 1-5) обеих рук.

5. **«Молоточки».** Представить, что 1-ый палец – наковаленка, о которую поочерёдно стучат молоточками (пальцами). «Подушечки» пальцев соединяются с «подушечкой» 1-го пальца, образуя «колечко». Упражнение выполняется со стихами:

«Кузнец – молодец.  
Расковался жеребец.  
Ты подкуй его опять.  
- Отчего не подковать?  
Вот гвозди, вот подкова,  
Раз, два и готово!»

Сохраняя форму кисти и пальцев в таком положении, легко поднимая руку, быстро опускаться на кончики пальцев так, чтобы слышался «стук дятла».

## *Литература.*

1. Артоболевская А.Н. Первые шаги в музыке. – М.: Музыка, 1980.
2. Баренбойм Д.Н. Путь к музицированию. – М.: Музыка, 1982.
3. Смирнова Т.И. Фортепиано. Интенсивный курс. – М.: РИФ «Крипто – логос», 1992.