

Муниципальное автономное учреждение
Дополнительного образования г. Перми
«Детская школа искусств № 13»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ОРГАНИЗАЦИИ
РАБОТЫ УЧАЩЕГОСЯ - МУЗЫКАНТА**

СОСТАВИТЕЛЬ –
Дашкова Елена Ивановна

2020 год

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ УЧАЩЕГОСЯ

Чтобы обеспечить возможность длительных и продуктивных занятий, сохранить высокий рабочий тонус, психическую и физическую свежесть, необходим рациональный режим работы и соблюдение условий ее гигиены. Домашняя работа начинающего ученика должна быть регламентирована педагогом и контролироваться кем-либо из родителей.

Некоторые рекомендации по организации работы учащегося - музыканта:

1. Начинать занятия отдохнувшим. Контролировать состояние организма, не допускать усталости, переутомления. Соблюдать ритм чередования работы и отдыха.

2. Лучшее время для занятий – утреннее.

3. Не играть более одного часа подряд, для детей шести-семи лет – не более 20-30 минут.

4. Помнить, что новый вид работы, новый музыкальный язык, длительные однотипные движения, многократные повторы, проблемы с самочувствием, моральным состоянием – вызывают быстрое утомление, что требует более частых перерывов.

5. В начале занятий – соблюдать принцип постепенности, т.е. не начинать сложной работы, не играть с высокой степенью напряженности, активности, не форсировать темп, особенно если руки холодные.

6. Разыгрывание необходимо для общей психофизиологической настройки всего организма, чтобы ввести в состояние готовности игровой аппарат.

7. Соблюдение регламента занятий, постоянство расписания особенно важны в работе с начинающими.

8. Избегать инерции, шаблона, косности в построении занятий старших учеников.

9. Рациональная посадка должна обеспечивать удобство движений, свободу всего тела. Для начинающих баянистов это особенно важно, так как нарушения в посадке помимо скованности движений, недостатков в формировании навыков могут привести к искривлению, повреждению позвоночника, нарушению дыхания.

10. Инструмент должен быть качественным, настроенным, механики отрегулированными.

Важнейшие вопросы организации работы учащегося – вопросы утомления и отдыха. Утомление является неизбежным следствием всякой работы, оно лимитирует ее продолжительность, активность. Зависит утомление главным образом от физических факторов: количества работы, ее темпа, степени напряжения и той обстановки, в которой она проходит. Субъективное чувство, называемое усталостью, в большей мере психического происхождения. В формальной работе усталость может наступить даже после недолгих занятий. И наоборот, увлеченность работой способствует выносливости: ученик не замечает усталости, утомления. Таким образом, работа должна строиться так, чтобы была интересной для ученика, задачи посильными. Успешность работы должна осознаваться и учеником, и педагогом.

Умение отдыхать столь же важно, как и умение работать. Ученик должен учиться чувствовать и определять, сколько и как отдыхать. Особенно это важно в микроотдыхе, когда небольшие перерывы в занятиях должны не только восстановить силы, но и не допустить расхолаживания, демобилизации организма.

В организации работы учащегося большое влияние имеют общегигиенические условия:

1. Комната для занятий должна быть проветрена, температура не должна быть ниже 16-17 и выше 20-21 градуса.
2. Необходимо соблюдать опрятность: инструмент, клавиши, руки должны быть всегда чистыми.
3. Необходимо высыпаться, заниматься зарядкой, по возможности – спортом.
4. Не заниматься сразу после плотной еды – энергия организма уходит на переваривание пищи, из-за чего духовная и физическая активность ученика существенно понижается.
5. Во время занятий не допускается: задержка дыхания, дыхание через рот, сопение и т.д. Дыхание должно быть ровным, ритмичным.