

УДК 78:371

**Культурологический анализ  
педагогических условий формирования  
мышечных ощущений начинающего скрипача**

**Алиева Зарема Эбазеровна**

Доцент кафедры музыкально-инструментального искусства,  
Крымский инженерно-педагогический университет,  
295015, Российская Федерация, Республика Крым, Симферополь, пер. Учебный, 8;  
e-mail: selsebil@inbox.ru

**Аннотация**

Целью данной статьи является рассмотрение на основе общенаучных и специальных методов процесса, который необходим при выявлении педагогических условий, благоприятных для формирования мышечных ощущений скрипача при работе над элементарными игровыми навыками. Особое внимание уделяется постановке правой руки в ходе начального периода обучения скрипача. При этом внимание акцентируется на том, что описание мышечных ощущений в правой руке вовсе не означает сосредоточения ученика на каждой из деталей. Когда определенные навыки держания смычка уже приобретены, то даже без смычка в руке можно почувствовать именно такую взаимосвязь действий мышц в целом. Делается вывод о том, что в каком бы участке ни был замечен недостаток, связанный с зажатием мышц или даже просто недостаточной игровой свободой, основу недостатка следует искать в состоянии мышц, расположенных порой далеко от участка зажатия, а необходимо правильным ориентиром, обеспечивающим качество движения, является стремление к максимальному использованию веса руки.

**Для цитирования в научных исследованиях**

Алиева З.Э. Культурологический анализ педагогических условий формирования мышечных ощущений начинающего скрипача // Культура и цивилизация. 2016. Том 6. № 5А. С. 284-292.

**Ключевые слова**

Скрипка, смычок, постановка, мышцы тела, обучение.

## Введение

Сложность овладения игровыми навыками скрипача общеизвестны как необходимость предельной чувствительности мышц, диктуемое исключительными возможностями этого инструмента, при зажатости, неестественном положении рук, ведет к большим сложностям при работе над игровыми движениями, тем более очевидными и трудными в начальный период обучения. На педагога-скрипача ложится огромная ответственность за музыкальное будущее своего воспитанника, так как ошибки, допущенные в период работы над постановкой, редко проходят бесследно.

Цель статьи – раскрыть педагогические условия формирования мышечных ощущений скрипача при работе над элементарными игровыми навыками.

## Основная часть

К числу сложнейших навыков начального периода обучения скрипача следует отнести работу над постановкой правой руки. Ее мышечное состояние определяет качество игровых движений, а недостатки, допущенные именно в первый период, как правило, не проходят бесследно. Даже такой простой, на первый взгляд, элемент постановки, как умение взять в руку смычок, представляет сложность не только для начинающего ученика. Это обстоятельство обязывает отнести к первому же элементу, постановки правой руки с большой ответственностью. Определенную пользу приносит, например, следующее подготовительное упражнение.

Надо подойти к лежащему на столе смычку, колодка которого находится за пределами стола, и, тщательно следя за состоянием мышц, особенно сухожилий, связывающих кисть с предплечьем, взять смычок в руку. При исполнении данного «упражнения» необходимо добиваться ощущения, будто в момент приближения к смычку, смычок словно сам притягивается к руке. Обратить внимание ученика на то, что без предварительного настроя на освобождение мышц тела в целом, вплоть до ощущения свободы в ногах, добиться плавного подхода к смычку и взятия его в руки невозможно [Гвоздев, 2012].

Пластичность мышц правой руки в целом полезно проверять и приемом, рекомендованным Г. Нейгаузом: одной рукой поднимать другую, опираясь почувствовать вес последней. Преимущество такого рода проверок заключается, во-первых, в том, что малейшая зажатость легко может быть замечена и педагогом, и учеником, а во-вторых, со временем такую проверку сможет проводить и сам ученик: своей левой рукой прошупывать мышцы правой руки даже в момент паузы, не опуская скрипки [Гинзбург, 1981, 48].

Показателем естественности распределения мышечной нагрузки при держании смычка является способность создать в руке такую чувствительность, при которой ощущается его вес, а при подготовке к игре ощущать утяжеление руки тем больше, чем выше поднята она.

Свести к минимуму зажатости в правой руке может также ясное представление о мышечной нагрузке, приходящейся на различные участки руки и, в частности, на пальцы.

Прежде всего следует убедить ученика в том, что смычок держать сильно в руке ни в коем случае нельзя. Точнее будет сказать, что его надо не держать, а удерживать: стремиться к ощущению, будто он вложен в плотную, но гибкую кисть, представляя себе даже, что обхватываешь соответствующего размера мягкий мяч. Если же «прислушиваться» к мышцам в процессе непосредственного движения правой руки, задавшись более конкретной целью, то мы должны почувствовать, что вес смычка максимально ощущается большим пальцем. Смычок на нем как бы лежит. Мизинец небольшим упором близкого к ногтю края «подушечки» создает равновесие, не давая верхней половине смычка «перетянуть». Давление мизинца на трость не должно быть активным. Это приводит к рефлекторной реакции зажатия большого пальца и, как следствие, кисти и даже предплечья. Роль трех остальных лежащих сверху пальцев – амортизировать всю эту «весовую массу» в основном за счет своих «подушечек», как бы не давая смычку «соскользнуть» с большого пальца [см. Мансурова, 2014].

Распределение мышечной нагрузки между пальцами происходит примерно в таком соотношении: меньше всех плотность прилегания к трости ощущает безымянный палец, больше – средний. Трость, поддерживаемая в основном его «подушечкой», проходит под незначительным углом по отношению к суставу, что и определяет место соприкосновения с указательным пальцем – где-то в средней части второго сустава, которую условно можно назвать звуковой косточкой. Таким образом, подушечка среднего пальца больше других амортизирует нагрузку, приходящуюся на долю мизинца и указательного пальца, и не только в исходном положении, но и в процессе движения, являясь как бы осью перемещения. Ощущение чувства «утяжеления», наполненности в руке позволяет после соответствующих тренировок, относительно легко держать смычок на весу и, даже держа его, делать эластичные движения в разные стороны, ощущая лишь перемещения точек опоры. Вся эта «весовая масса» при активном участии всевозможных малых и больших «пружин» является фундаментом не только хорошего качества звучания, но и техники в самом широком понимании смысла этого слова.

При правильном распределении мышечной нагрузки в правой руке, держа смычок в горизонтальном положении, ученик должен без излишних зажатостей поднимать поочередно указательный, средний, затем средний и безымянный пальцы одновременно. Прием этот подскажет и оптимальный угол сгиба большого пальца. Даже самое незначительное отклонение от естественного его расположения приведет к тому, что смычок либо упадет, либо в держащих смычок пальцах появятся вырисовывающиеся зажатия.

При держании смычка в горизонтальном положении еще большим подтверждением мышечной гибкости будет напряженность каждого из лежащих сверху пальцев; поочередно отрывая их от трости, педагог должен почувствовать их гибкость и рефлекторное возвращение в исходное положение на трость.

Приведенное нами описание мышечных ощущений в правой руке вовсе не означает сосредоточение ученика на каждой из деталей. Когда определенные навыки держания смычка уже приобретены, то даже без смычка в руке можно почувствовать именно такую взаимосвязь действий мышц, в целом.

Таким образом, правильная позиция руки определяется мышечным чувством, которое относительно легко проверяется на ощупь и воспринимается зрительно как естественное [см. Тагиев, Парсегов, 2004]. Такая кисть приятно ласкает глаз эластичностью, мы бы даже сказали «прозрачностью» мышц, закругленностью формы.

Если говорить о зажатиях в пальцах, держащих смычок, то надо сказать в первую очередь о большом пальце, роль которого в организации движения трудно переоценить. Особенностью его действий является то, что ответ на любое «желание» лежащих сверху пальцев углубиться, он отвечает отрицательной реакцией. Эту его роль можно наблюдать и почувствовать в процессе большого количества простых и сложных движений. Требуется огромное мастерство, значительная тренировка плюс ясное психологическое представление о движении в целом, чтоб действия большого пальца скоординировать с действиями остальных. С помощью безымянного пальца и мизинца, образуя как бы рычаг, он старается оторвать смычок от струны, создавая скованность кисти в целом. Все это мешает руке делать движения в струну, нарушает естественный контакт с ней смычка.

Таким образом, даже незначительное отдаление большого пальца от остальных приводит к уменьшению хватательного рефлекса. Под влиянием своего веса и частично веса руки, лежащие сверху пальцы, гибче располагаются на трости и как следствие, лучше ощущают контакт смычка со струной.

Серьезное внимание необходимо уделять не только месту расположения большого пальца, но и углу его сгиба.

Самый простой анализ подсказывает, что как излишне выпрямленный, так и чрезмерно согнутый большой палец, ограничивает в процессе движения возможности амортизации. В этих случаях гибкость руки может быть достигнута лишь соответствующими ощущениями от запястья и выше, что ограничивает возможность практического участия в столь сложном процессе, завершающей, наиболее чувствительной к ощущениям, части руки. Даже в положении «у колодки» не следует сильно сгибать большой палец, оставляя возможность эластичного его разгибания в момент соединительного движения.

К еще большим неприятностям ведет значительно более часто встречающийся недостаток: ровное, без сгиба, положение большого пальца. Он приводит, в частности, к западанию кисти по мере приближения смычка к спицу, к потере контроля над действиями смычка в верхней его половине. Желательно объяснить ученику, что происходит, когда он зажимает большой палец правой руки: излишний упор его в трость способствует отходу смычка от струны, в то время, как задача руки в целом – двигать смычок в струну.

Основным недостатком, существенно влияющим на качество исполнения, является под-сознательная, хватательная реакция мышц кисти и пальцев правой руки при ее движении. Образуются, если так можно сказать, мышечные узлы, вызванные нервной реакцией – явление сложное по своей природе. Здесь одними лишь напоминаниями о необходимости их «развязать» трудно добиться в нужной мере освобождения мышц. Значительную помощь и в этом случае должны сыграть приемы именно психологического воздействия. С одной стороны они нацеливают ученика на конкретное мышечное состояние, с другой – действуют отвлекающее [Гинзбург, 1981, 36].

Можно предложить ученикам следующее упражнение. Пусть ученик представит себе, например, будто в процессе движения смычка четыре лежащих сверху пальца гибко перемещаются вдоль трости в направлении движения. При условии, если расположение пальцев на трости вообще правильное, т.е. она проходит где-то в середине второго сустава указательного пальца, а мизинец слегка касается краем первого, такое психологическое представление способствует, кроме прочего, и движению смычка, параллельно подставке. Положительный результат достигается и представлением, будто пальцы поверх трости находятся не в обычном состоянии, когда трость проходит в основном по мягкой ткани средних суставов, а значительно глубже, где-то у границы ладони и пальцев.

Чтобы «разгладить мышечные узлы», можно, например, предложить ученику представить, что если к винту смычка, или даже кисти «привязан» груз, то при движении смычка вверх этот «добавочный» груз будет как бы «разглаживать» мышцы в узлах, что сделает их более чувствительными; при движении же смычка вниз, вес этот, «увеличивая» массу руки, создаст предпосылку для большего контакта смычка со струной. Наглядную пользу приведенного психологического представления можно ощутить при исполнении такого, скажем, этюда, как этюд №10 Р.Крейцера, где приходящиеся на движение смычка вверх сильные доли группировок довольно часто звучат неустойчиво, поверхностно, а последние «полутоны» каждой группы у многих не додерживаются. Даже простейшие упражнения, нацеливающие ученика на ощущение «мышечной» массы, в большей или меньшей степени оставляют в его сознании положительный след [Гинзбург, 1981, 38].

Уравновешенность взаимодействия мышц музыканта должна достигнуть такой степени чувствительности, при которой подготовка и начальное движение правой руки к струне происходит без какого-либо усилия, под влиянием предшествующего движения глубокого вдоха. Фиксировать внимание ученика и в меру возможности добиваться указанной выше эластичности следует с началом работы над первыми же характерными этюдами и пьесами.

При правильно воспитанных мышечных ощущениях подготовительные к игре движения (подъем скрипки, правой руки) даже зрительно выглядят красиво [Цыпин, 2013]. Скрипка, например, свисающая вдоль туловища и удерживаемая в кольце, образуемом большим и указательным пальцем, при легком сгибании локтя как бы силой магнитного притяжения оказывается на плече.

Небольшая тренировка, имитирующая, скажем, полет птицы с большими крыльями, где главное внимание уделяется «сопротивлению» о воздух, вызывает соответствующие, необходимые музыканту мышечные ощущения. Стараясь приблизить эти движения к естественным, ученик сам убеждается в необходимости расслабить мышцы всего корпуса. Ассоциация эта помогает уяснить причину и другого нередко встречающегося недостатка, – излишней разболтанности кисти [см. Холостякова, 2012].

Показателем еще большей мышечной гибкости ученика будет его умение без предварительной подготовки (с исходного положения подготовив одновременно к игре и скрипку и смычок) извлечь красивый, не продолжительный по длительности звук.

### Заключение

Таким образом, проведенные исследования в области мышечных ощущениях начинающего скрипача позволяют сделать вывод, что в каком бы участке ни был замечен недостаток, связанный с зажатием мышц или даже просто недостаточной игровой свободой, основу недостатка следует искать в состоянии мышц, расположенных порой далеко от участка зажатия. Единственным правильным ориентиром, обеспечивающим качество движения в любой игровой ситуации, является стремление к максимальному использованию веса руки. При правильном воспитании освобождение мышц происходит в строгой последовательности, подсказываемой исполнительскими намерениями, сводящими определенные рефлекс к минимуму.

### Библиография

1. Гвоздев А.В. Звукоизвлечение на скрипке в связи с задачами художественного исполнения // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2012. № 151. С. 173-183.
2. Гинзбург Л. О работе над музыкальным произведением. М.: Музыка, 1981. 143 с.
3. Ижаева Л.М. Условия формирования профессионально-педагогической культуры учителя музыки // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2010. № 4. С. 109-112.
4. Мансурова А.П. Смычковый инструмент симфонического оркестра – скрипка // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств // 2014. № 1 (57). С. 202-207.
5. Мартышева М.В. Вибрато как важнейший художественный элемент звуковой палитры скрипача // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2008. №74-1. С. 340-348.
6. Ситдикова Ф.Б. К вопросу о параллелях интонационно-выразительных характеристик скрипки и человеческого голоса // Вестник Башкирского университета. 2010. № 3. Том 15. С. 722-726.

7. Смирнов Я.Ю. Музыкальная педагогика как методология и методика формирования музыкальной культуры // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2015. № 3(65). С. 227-234.
8. Тагиев М.Ю., Парсегов А.С. Проблема мышечных ощущений. Баку: Ишыг, 2004. 102 с.
9. Холостякова Л.В. Музыкальная педагогика: концепции, методы и специфика // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. 2012. № 5. С. 61-64.
10. Цыпин Г.М. Актуальные вопросы развития учащегося в процессе обучения (на материале преподавания музыки) // Наука и школа. 2013. № 3. С. 125-128.

## **Culturological analysis of pedagogical conditions of formation of a beginner violinist's muscle sensations**

**Zarema E. Alieva**

Associate Professor at the Department of musical arts,  
Crimean Engineering and Pedagogy University,  
295015, 8, Uchebnyi lane, Simferopol, Crimean Republic, Russian Federation;  
e-mail: selsebil@inbox.ru

### **Abstract**

The purpose of this article was to examine on the basis of scientific and special methods to identify the process of pedagogical conditions of formation of violinist's muscular sensations while developing basic playing skills. Particular attention is paid to the formulation of the right hand use during the initial training period. The author makes an emphasis on the fact that the description of the sensation of muscle in the right hand does not mean that pupil is focusing on each of the items. When certain skills are already acquired, even without a bow in a hand, one can feel it is a sensation of action muscles in general. The author concludes that in whatever area a disadvantage of tightening the muscles or even the lack of playing freedom is found, the cause should be sought in the state of muscles, while a good reference point providing a quality of movement is desire to maximize the use of hand weights. The only landmark ensuring the quality of movement in any playing situation is the desire to maximize the use of hand weights. With the proper training the release of the muscles occurs in the strict sequence, suggests the performing intentions, which reduces certain reflections to a minimum.

**For citation**

Alieva Z.A. (2016) Kul'turologicheskii analiz pedagogicheskikh uslovii formirovaniya myshechnykh oshchushchenii nachinayushchego skripacha [Culturological analysis of pedagogical conditions of formation of a beginner violinist's muscle sensations]. *Kul'tura i tsivilizatsiya* [Culture and Civilization], 6 (5A), pp. 284-292.

**Keywords**

Violin, bow, posing, body muscles, training.

**References**

1. Gvozdev A.V. (2012) Zvukoizvlechenie na skripke v svyazi s zadachami khudozhestvennogo ispolneniya [Musicianship on the violin in connection with problems of artistic performance]. *Izvestiya Rossiiskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A.I. Gertsena* [The Herzen State Pedagogical University of Russia Herald], 151, pp. 173-183.
2. Ginzburg L. (1981) *O rabote nad muzykal'nym proizvedeniem* [On the work over a piece of music]. Moscow: Muzyka Publ.
3. Izhaeva L.M. (2010) Usloviya formirovaniya professional'no-pedagogicheskoi kul'tury uchitelya muzyki [Conditions of formation of of professional and pedagogical culture of a music teacher]. *Izvestiya Dagestanskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Psikhologo-pedagogicheskie nauki* [Dagestan State Pedagogy University Herald in psychology and pedagogy], 4, pp. 109-112.
4. Kholostyakova L.V. (2012) Muzykal'naya pedagogika: kontseptsii, metody i spetsifika [The musical pedagogy: concepts, methods and specific]. *Munitsipal'noe obrazovanie: innovatsii i eksperiment* [Innovations and experiments in municipal education], 5, pp. 61-64.
5. Mansurova A.P. (2014) Smychkovyi instrument simfonicheskogo orkestra – skripka [Violin as a bow instrument of a symphonic orchestra]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo universiteta kul'tury i iskusstv* [MSCAU Herald], 1 (57), pp. 202-207.
6. Martysheva M.V. (2008) Vibrato kak vazhneishii khudozhestvennyi element zvukovoi palitry skripacha [Vibrato as the most important component of violin player's sound palette]. *Izvestiya Rossiiskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A.I. Gertsena* [The Herzen State Pedagogical University of Russia Herald], 74-1, pp. 340-348.
7. Sitdikova F.B. (2010) K voprosu o parallelyakh intonatsionno-vyrazitel'nykh kharakteristik skripki i chelovecheskogo golosa [On the parallels between expressive means of a violin and a human voice]. *Vestnik Bashkirskogo universiteta* [Bashkiria University Herald], 3, 15, pp. 722-726.
8. Smirnov Ya.Yu. (2015) Muzykal'naya pedagogika kak metodologiya i metodika formirovaniya muzykal'noi kul'tury [Music pedagogy as a methodology and a technique of formation of



- musical culture]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo universiteta kul'tury i iskusstv* [MS-CAU Herald], 3(65), pp. 227-234.
9. Tagiev M. Yu., Parsegov A. S. (2004) *Problema myshechnykh oshchushchenii* [The problem of muscle sensations]. Baku: Ishyg Publ.
  10. Tsypin G. M. (2013) Aktual'nye voprosy razvitiya uchashchegosya v protsesse obucheniya (na materiale prepodavaniya muzyki) [Topical issues of a learner's development through a learning process, an example of musical education]. *Nauka i shkola* [Science and school], 3, pp. 125-128.