

**Міністерство культури та мистецтв України
Національна музична академія України
ім. П.І. Чайковського**

Матвійчук Л. Д.

**Домрове
ВИКОНАВСТВО:
теорія та практика**

**Навчально-методичний посібник
для спеціальних вищих музичних навчальних закладів**

Київ - 2017

УДК 378 017.781.1.

«Домрове виконавство : теорія та практика»
(Л.Д. Матвійчук), навчально-методичний посібник для вищих музичних навчальних закладів, рекомендований до друку (протокол №9 засідання Вченої ради НМАУ ім.П.І.Чайковського від 24.02.2017р.(електронна версія)

Національна музична академія України ім. П.І. Чайковського /2017 – с. 122/.

Рецензенти: Остапенко Дмитро Іванович - Народний артист України, заслужений діяч мистецтв України, професор НМАУ ім. П. І. Чайковського

Михайленко Микола Петрович - кандидат мистецтвознавства, професор НМАУ ім. П.І. Чайковського

Книга присвячена науковому висвітленню оптимального комплексу найсуттєвіших питань, пов'язаних зі створенням теоретичних основ формування майстерності, виховання та навчання домриста.

Перелік тем охоплює, з одного боку техніку, що тлумачиться у двох її аспектах – психофізіологічних дій в контексті художньо-виражальних засобів, а з іншого боку, – проблем навчання та виховання музиканта.

Обидві невід'ємні частини цілісного процесу формування майстерності розглядаються з застосуванням теоретичного обґрунтування та методичних порад, що відображають практичний, виконавський та педагогічний досвід авторки.

Практичні поради висловлені лаконічно, логічно, аргументовані, мають неабияку методичну й методологічну цінність для широкого кола педагогів та їх учнів – від дитячої музичної школи і до музичного ВУЗу. Підготовлено на кафедрі народних інструментів НМАУ імені П. І. Чайковського.

Матвійчук Л.Д.

«Домрове виконавство : теорія та практика»

Редакція Наталії Смольської

Про книгу

«Домрове виконавство: теорія та практика». Автором названої праці є Любов Матвійчук – професор, завідувача кафедри народних інструментів Національної музичної академії України ім.П.І.Чайковського. Цей підручник узагальнює багаторічний виконавський та педагогічний досвід авторки.

Попередні навчально-методичні посібники Л. Матвійчук «Методичні основи формування виконавської майстерності домриста» (2000р.), «Шлях до майстерності кобзиста» (2003р.), «Методичні основи ансамблевого виконавства» (2008 р.) та її численні збірки п'єс для домри і фортепіано, для дуету домристів та ансамблю домристів у супроводі фортепіано вже давно принесли їй величезну популярність серед викладачів та учнів не тільки музичних закладів України, а й серед музикантів ближнього і далекого зарубіжжя.

Минуле століття стало для домрового виконавства етапом другого народження, відродження та розквіту. Сьогодні настала гостра необхідність узагальнити наукові та методичні напрацювання в галузі домрового мистецтва, які базуються на прогресивних традиціях і досягненнях фортепіанної, струнно-смічкової та гітарної школи.

Актуальність даної теми полягає в необхідності заповнення існуючої прогалини в оптимально науковому обґрунтуванні домрового мистецтва, якому ще мало надається уваги в українському музикознавстві. Тут захищено чотири кандидатські дисертації (О. Бортника, М. Лисенка, В. Білоус, Н. Костенко), в більшості яких висвітлено діяльність регіональних шкіл, за винятком роботи В. Білоус («Психологічні аспекти формування виконавської майстерності музиканта»).

Отже, навчально-методичний посібник Любові Матвійчук **«Домрове виконавство : теорія та практика»**, у якому подано всебічне обґрунтування українського домрового мистецтва в його педагогічному, теоретичному й виконавському аспектах, не має аналога, заповнюючи згадану вище прогалину наукового висвітлення у даному жанрі.

Наукова новизна підручника полягає в тому, що на основі системного аналізу стану сучасного домрового виконавства та педагогіки, кардинальні

проблеми формування виконавської майстерності домриста стали предметом спеціального дослідження та узагальнення широкого кола специфічних питань.

Це фізіологічні та художні аспекти концепції художньої техніки, психофізіологічна домінантність виконавського стану домриста, роль медіатора в органіці домрового звуку.

У підручнику, Л. Матвійчук вперше робить спробу систематизувати прийоми гри на домрі та класифікувати штрихи. Тут вперше характеризуються нові прийоми гри, які авторка винайшла при створенні власних музичних творів.

Новизна книги, також, полягає у розроблених авторкою технічних прикладах, які спонукають виконавців до удосконалення музично-ігрових навичок та розвитку пасажної техніки. Велике значення надається питанням управління та координації рухів. Тут Л. Матвійчук, також, пропонує власні приклади .

Необхідно зазначити те, що питання, які розглядаються у підручнику не обмежуються проблемами домри як сольного музичного інструмента. Авторка, у заключному розділі книги, розглядає домру, як невід'ємну складову ансамблевого мистецтва. У розділі повною мірою викладені принципи і особливості перекладення музичних творів для ансамблю домристів, чітко визначені функції керівника ансамблю та учасників колективу.

Матеріал побудований на основі власного виконавського досвіду, адже Л. Матвійчук, крім створення власних концертних програм, з якими виступала не тільки в Україні, а й багатьох інших країнах (США, Італія, Австрія, Словаччина, Польща та в різних Радянських республіках), здійснила численні фондові записи на Українському радіо, має досвід роботи у оркестрі та ансамблі народних інструментів, є незмінним керівником унісону домристів на кафедрі народних інструментів НМАУ, тому її практичний досвід, відображений у підручнику має неабияку наукову та методологічну цінність.

У навчальному посібнику Л. Матвійчук не схильна абсолютизувати власні теоретичні та практичні розробки, адже сучасне домрове мистецтво – це своєрідний культурологічний феномен, який буде постійно вимагати науково-методичного осмислення з метою вибору найбільш оптимальних та раціональних перспектив розвитку.

Остапенко Д.І.

Народний артист України,
заслужений діяч мистецтв України,
професор НМАУ ім. П.І.Чайковського

РОЗДІЛ I. Еволюція становлення української домрової школи

1.1. Передумови рухових прийомів домриста

(розкриває педагогічний процес у вирішенні проблеми формування виконавської майстерності домриста).

Однією з важливих умов розвитку виконавської майстерності домриста є раціональні постановочні навички. Від правильної посадки та постановки виконавського апарату залежить успішне оволодіння всіма технічними засобами художньої виразності.

Постановка виконавського апарату домриста – це творчий шлях і в залежності від індивідуальних фізіологічних особливостей будови рук трапляються відхилення від основної установки. Тому кожний педагог повинен підходити до цього питання з індивідуальної точки зору. Необхідно тільки пам'ятати про те, що всяка неприродність у постановці апарату неприпустима, бо постановка це, перш за все, найбільш раціональне пристосування організму до інструменту, а пристосування, як правило, завжди індивідуальне.

Головне призначення постановки полягає в тому, щоб забезпечити вільні рухи, спрямовані на досягнення високої якості виконання. Грати треба без напруги, не витрачаючи зайвих зусиль.

Беручи до уваги те, що людина у повсякденному житті звикла користуватись рухами із зайвою мірою м'язової активності, в чому можна впевнитись, якщо прослідкувати, з якою, явно зайвою силою ми тримаємо ручку або олівець. Так само і домрист, тиснувши на медіатор пальцями правої руки, або на ладки пальцями лівої руки, частіше всього, не контролює силу натискання. Домристу вкрай необхідно дозувати та усвідомлювати міру самих незначних напружень. Однак, виконавство на домрі невід'ємне від такого поняття, як активність м'язового тону, а саме до таких його якостей, як сила та витривалість, досягти яких неможливо без певної фізичної напруги.

Важливим завданням для виконавця домриста має стати процес оволодіння такими зусиллями, які будуть направлені на зведення до мінімуму енергетичних затрат, необхідних для реалізації технічно-виконавських завдань. Необхідною умовою виконання цього завдання є періодична зміна навантаження та розвантаження напруги та розслаблення м'язів. Домрист повинен свідомо керувати тим навантаженням, яке необхідне для виконання певних виконавських дій. Мудре володіння власними фізичними діями під час гри на інструменті – головна умова в процесі самовиховання кожного виконавця.

Готуючи себе до виконавської діяльності кожному домристу необхідне усвідомлення професійних рухів, а саме:

- а) перехід від розслабленого стану до початку дії;
- б) включення необхідного напруження, в залежності від музично-технічних завдань;
- в) звільнення від дії та повернення до попереднього стану.

Остання умова є превалюючою в роботі домриста-виконавця. Адже важливо, щоб після ігрового навантаження апарат не залишався в стані напруги. Сама напруга не є такою страшною, як її затиснення. Фізіологія пояснює це тим, що нервові елементи не так швидко переходять від збудження до гальмування, в результаті чого залишаються відчуття попереднього стану. Тому, процес збудження по інерції зберігається ще деякий час у відпрацьованому нервовому елементі, і тим самим, стає перепорою розслаблення м'язів. Такий стан, надзвичай, призводить до зажиму виконавського апарату.

Отже, найбільшим злом у процесі виховання домриста-виконавця є напруження м'язів рук і всього тіла. Якщо таке напруження вчасно не попередити, воно може стати серйозною перешкодою для правильного засвоєння постановочних та ігрових навичок. Затиснуті руки непіддатливі, незграбні й нееластичні. Напруження м'язів негативно позначається на якості звуковидобування, викликає втому рук.

Відомо, що робота м'язів тісно пов'язана з обміном речовин в організмі, кровообміном, диханням і з діяльністю центральної нервової системи.

М'язи володіють трьома властивостями: еластичністю, скороченням та напруженням.

Еластичність – це здатність м'язів поновлювати свій природний стан після припинення дії зовнішніх сил. Наприклад, при натисканні на будь-який м'яз, на ньому утворюється заглиблення, після припинення натискання – м'яз сам поновлює свій вихідний стан.

Скорочення і напруження – різні властивості. При вільному згинанні руки в ліктьовому суглобі м'яз плеча скорочується, але при цьому залишається на дотик м'яким ненапруженим. В такому стані рука може знаходитись досить довго.

Якщо ж згинати руку в тому ж суглобі з метою показу свого біцепсу, то м'яз, ніби долаючи великий тягар, дуже напружується і стає твердим. В такому стані м'яз не може знаходитись тривалий час через швидко наступаючу втоми.

Всяке напруження м'язів супроводжується великою затратою енергії, кількість якої витрачається в залежності від сили й тривалості навантаження, яку відчують м'язи.

Отже, напруження м'язів – це їх фізіологічний стан, що є протидією у відповідь на всяке навантаження. Цим навантаженням може стати не лише фізична дія, але й психічний стан: страх, хвилювання, будь-який нервовий стан, які, звичайно, викликають мимовільне напруження м'язів. Погано освоєні рухові навички домриста, також будуть вимагати затрати зайвої енергії.

Домрист виконавець повинен чітко усвідомлювати міру та якісне забарвлення тих м'язових напружень, які вимагаються для роботи. Економія м'язової енергії має першорядне значення для успішної гри.

Особливу увагу слід звертати на здатність м'язів розслаблюватись, бо саме в момент розслаблення відбувається приплив крові до м'язів і вони відпочивають.

Для того, щоб м'язи рук стали більш витривалішими, домрист, під час занять, повинен чергувати їх роботу з відпочинком, скорочення з розслабленням. Таке чергування, при щоденних заняттях, сприяє тому, що м'язи з часом стають тренуванішими і витривалішими.

Особливо важливо вміти, не припиняючи гри, знаходити та використовувати можливості для відпочинку м'язів.

Над вихованням контролю за станом м'язів необхідно працювати з першого дня навчання. К. С. Станіславський писав, що звичка до самоконтролю «повинна вироблятися щоденно, систематично, не тільки під час класних та домашніх вправ, але й в самому реальному житті, поза сценою... М'язового контролера необхідно впровадити в свою фізичну природу, зробити його другою натурою».

Закон мінімальної затрати сил дійсний для всієї техніки рухів. Наприклад, при натисканні пальців на струну з одного боку і натисканні великого пальця до грифу з іншого боку, слід застосовувати таке зусилля, яке відповідає даній дії. Критерієм мінімального натискання пальців на струни повинна служити поява чистого, без призвуків, звуку.

Регуляція діяльності рухової системи здійснюється центральною нервовою системою, збудження чи гальмування окремих центрів якої забезпечує скорочення або розслаблення відповідних м'язів. При цьому слід відзначити

наявність так званого м'язового тону, характерного навіть для м'язів, що знаходяться в стані спокою.

Для правильної діяльності нервово-м'язового апарату необхідно, щоб у зміні процесів збудження і гальмування зберігався певний ритм. Порушення та-кого ритму при невірних методах роботи можуть призвести до перевтомлення та професійного захворювання рук.

Розглянемо причини, які рано чи пізно можуть призвести до професійного захворювання рук у домристів.

1. Несистематичність в заняттях, коли домрист, після значної перерви відразу приступає до тривалих занять, забуваючи про те, що необхідно вміло чергувати працю, тобто заняття на інструменті, та відпочинок.

2. Так звана «нерозіграність рук». Розігрівання рук необхідне для того, щоб підготувати м'язовий апарат до плідних наслідків у виконанні. Проте, слід зауважити, що занадто довге розігрівання на інструменті зайве. Воно не повинно займати багато часу, уваги, знижувати працездатність.

Деякі недосвідчені домристи приступають до занять холодними руками, не виконавши жодної вправи, не дотримуючись елементарної послідовності в розігріванні.

Погано починати розігрівання відразу з тремоло. Адже тремоло – це прийом, котрий вимагає найбільшого включення роботи м'язів. Найбільш доцільно починати розігрівання на якій завгодно гамі, виконуючи її у повільному темпі і обов'язково штрихом стакато. Спершу виконується штрих тільки вниз потім тільки вгору.

Після цього можна приступати до гри штрихом спікато. При цьому м'язи повинні знаходитись в тонусі. Звук повинен бути не розхлябаним, а зібраним, повним. Адже ранкову гімнастику ви не починаєте з млявих, безвільних рухів. Вправи повинні мати пружний, вольовий характер. Так само повинно бути і в грі на інструменті.

Час від часу необхідно надавати м'язам десятисекундний перепочинок.

Після гри гам можна приступати до роботи над вправами, але поки що тільки в плані розігрівання.

Весь процес розігрівання повинен проходити по принципу поступового ускладнення технічних прийомів.

Якщо ви відчули потепління в руках, значить можна переходити до гри прийомом тремоло, контролюючи при цьому стан м'язів правої руки. Гра тремоло повинна бути зібраною, компактною, ні в якому разі не затисненою.

Тільки тоді, коли ви відчули в руках готовність до роботи, можна приступати до вправ більш складного характеру, не забувайте про контроль над станом м'язів.

3. Перевтома м'язового апарату.

Найчастіше це відбувається при тривалій грі технічно складних творів.

Ліва рука, найчастіше, перевтомлюється від гри акордами, подвійними нотами або октавами. Затискується від широкого розтягнення, від невмілого розподілення м'язових напружень при переходах в іншу позицію.

Права рука затискується від довготривалого тремоло, від гри сковзання. Перенапруження м'язів правої руки спричиняється, також, збільшеною силою звуку.

Відомо, що домристам – виконавцям нерідко доводиться виступати на естраді без мікрофону, що змушує до посилення динаміки. В цьому випадку збільшується навантаження на м'язи фаланг, пальців та кисті руки. Необхідно слідкувати, щоб робота дрібних м'язів руки супроводжувалась підвищенням активності великих, тобто передпліччя, плеча та спини.

4. Порушення у постановці виконавського апарату.

Найчастіше, малодосвідчені домристи не помічають вад у постановці апарату, так, одні з них сидять з трохи піднятим правим плечем, інші намагаються притиснути його близько до корпусу або, навпаки, далеко відвести від нього лікоть лівої руки.

Затиснення м'язів, і як можливий наслідок – професійне захворювання рук, може спричинитись невірним положенням кисті правої руки (коли вона занадто піднята або опущена й мало не торкається струн зап'ястям) а, також, надмірним стисканням медіатора.

До швидкої втоми лівої руки може призвести надмірне вигинання променево-зап'ястного суглоба, надмірне притискування великого пальця до грифу, невірне розміщення пальців над грифом, а також аплікатурні незручності.

Відомо, що найменша затрата м'язової енергії при роботі пальців лівої руки буде досягнута тоді, коли пальці розташовані близько один від одного. В міру

того, як пальці розтягуються, віддаляючись один від одного, вони стають все більш напруженими, втрачають рухливість і швидко втомлюються.

Недоліків у постановці виконавського апарату домриста може бути не мало і всі вони суто індивідуальні. Усунення цих недоліків залежить від самого виконавця. Тут, перш за все, необхідний самоконтроль.

5. Підняття та перенесення важких предметів. Захоплення тими видами спорту, що можуть спричинити перенапруження (зокрема, вправи на перекладині, кільцях, заняття важкою атлетикою та волейболом.)

Домристам, які мають послаблену міцність м'язів і через це схильним до швидкого стомлення, слід уникати фізичних перенапружень. Кожному домристу необхідно знати, що втома настає в наслідок тривалої і напруженої роботи, як розумової, так і фізичної, оскільки в його праці поєднуються психічне та фізичне напруження.

При захопленості роботою втома може наступити непомітно. Емоційне піднесення, ніби мобілізує психічну та фізичну енергію виконавця. Він може забути про відпочинок, про їжу, сон і не відчувати втоми.

При негативних емоціях працездатність різко падає. Характерне також порушення координації ігрових рухів. Адже, кожен відчув на собі той стан, коли «все валиться з рук», нічого не виходить. Цей стан зветься координаційним неврозом, в розвитку якого велику роль відіграють негативні емоції.

Отже, якщо виконавець довів себе до такого стану, то лікування слід починати із зміцнення нервової системи і відновлення функцій хворих рук.

Які ж симптоми захворювання рук зустрічаються у домристів?

Хворобливий стан виявляється у двох формах: **спастичній і паретичній**.

При **спастичній** формі домрист відчуває хворобливе напруження м'язів, втрачається точність, свобода. Таке перенапруження призводить до спастичного затиснення руки.

Для паретичної форми характерна слабкість м'язів. Втрачається сила, координація рухів. В такому стані музикант не те, щоб грати, але навіть не спроможний втримати в руці самий легкий столовий прибор. В деяких випадках до цього може ще додатись тремтіння.

Паретична форма виникає переважно внаслідок перевтоми при довготривалій грі без перерв з одноманітними прийомами техніки.

М'язова слабкість в руках фізіологічно пояснюється тим, що при надмірному і тривалому подразненню певних ділянок нервової системи збудження перетворюється в своєрідне гальмування. Тому паретична форма являє собою більш глибоке порушення рухів, ніж спастична.

1.2. Методи профілактики перевтоми та захворювання рук

Щоб попередити захворювання рук, необхідно в першу чергу, вчасно помітити втому. Першою умовою в цьому є цілковите припинення роботи, надання ігровому апарату відпочинку на певний час. Саме така перерва в професійній діяльності надасть можливість з часом відновити необхідні координаційні зв'язки.

Не слід забувати під час занять робити невеликі перерви для відновлення м'язового балансу. В цей час необхідно відкласти домру й медіатор, встати, опустити руки вниз і спробувати розслабити м'язи до такого стану, коли ви зможете відчути вагу своїх рук. Після цього поперемінно однією, а потім другою рукою слід зробити вібраційні рухи, ніби «потрясти» руку, слідкуючи при цьому за вільним станом м'язів і відчуттям ваги кисті.

Потім бажано сісти, прийнявши при цьому зовсім іншу позу, ніж під час гри, покласти руки так, щоб вони відчули добру точку опори й знову ж таки, відчули свою власну вагу. Ця процедура займе лише дві, три хвилини, в залежності від міри втоми.

Потім слід зробити поглажувальні рухи в напрямку внутрішньої сторони зап'ястя від долоні до плечового суглобу й назад, по зовнішній стороні руки від плеча до кисті. Спочатку одну руку, потім іншу. При цьому робити глибокий вдих, коли рука йде вгору, і повільний видих, коли рука йде вниз. Якщо ви відчуєте втому в плечовому суглобі і в лопаточній ділянці спини – зробіть кругові рухи плечового суглобу. Поперемінно, кілька разів уперед і стільки ж назад. Необхідно також зробити розминку шиї. Нахиліть голову вперед, зробіть кругові рухи до вихідного стану, потім такі ж кругові рухи голови в інший бік. І так декілька разів.

Виконавець не повинен нехтувати зарядкою для своїх пальців. Адже руки домриста, а особливо кисті, в процесі гри знаходяться в напівзігнутому стані. Якщо пальці лівої руки в процесі гри більш рухливі, то пальці правої, стискаючи медіатор, знаходяться в закріпленому стані. Тому їм необхідно давати певну розминку.

Робиться це дуже просто. Повивертайте пальці до крайнього упору в зворотний бік від зап'ястя, покрутіть навколо фронтальної вісі міжфалангові суглоби, кистьовий суглоб, «порозтягайте» пальці. Одним словом, робіть що завгодно зі своїми пальцями, аби тільки їх рухи були протилежними тому стану, який переважав в процесі гри на домрі.

При підвищеній стомлюваності рук слід обмежити підймання і носіння тягарів, тривале писання тощо. Втовлені руки повинні якомога більше відпочивати.

Для відновлення функцій рук при координаційному неврозі необхідно застосовувати водні процедури і масаж. Надалі, коли домрист відновив владу над руками, він може приступити до гри. При цьому необхідно дотримуватися режиму праці. Грати слід небагато, переважно в повільних темпах, уникаючи тих рухів, які викликали свого часу втому. Навантаження слід збільшувати поступово, весь час пам'ятаючи про періодичний відпочинок.

Домристу-виконавцю необхідно навчитися розслабляти м'язи. Для цього треба використовувати кожну хвилину відпочинку не тільки в перервах між заняттями, але й при переході від однієї п'єси до іншої і навіть під час пауз. В кінцевому результаті ці короточасні періоди відпочинку компенсують значну витрату енергії, збережуть потенційну активність ігрового апарату і здоров'я виконавця.

Готуючи себе до виконавської діяльності необхідно знати, що перевтома рук може призвести до хронічного стану, що, в свою чергу, викликає у виконавця такі почуття, як тривога, страх. Ці відчуття пов'язані з тими факторами, які ведуть до послаблення захисних сил організму. Доведено, що переживання, тривалий психотравмуючий стан у поєднанні з наявним відхиленням у стані здоров'я (перевтома, перенапруження) призводить до порушення діяльності вегетативної нервової системи і, як наслідок спричиняє вторинні зміни у м'язах і сполучній тканині.

Тренування емоційної стійкості й адекватної реакції на різні життєві ситуації посилює опірність організму до стресових дій і сприяє загальному одужанню. Емоційна діяльність тісно пов'язана з функцією кори головного мозку. Цей зв'язок здійснюється і зміцнюється під впливом психофізичного тренування.

Найважливішою умовою в оволодінні методами психофізичного тренування є вміння регулювати процес дихання, м'язовий тонус і стан психіки. Спеціальні дихальні вправи підвищують стійкість організму до кисневої недостатності,

сприяють урівноваженню нервових процесів і, що важливо, підвищують ефективність ідеомоторних актів (образно уявних рухів і станів).

Як відомо, від ступеня м'язового напруження багато в чому залежить потреба організму в кисні, а під дією релаксації (розслаблення м'язів) знижується потік імпульсації від м'язів, зв'язок і суглобів у центральну нервову систему. М'язова релаксація, яка використовується в багатьох варіантах, підвищує рівень перебігу нервових процесів. У результаті перехід від напруження м'язів до релаксації і знову до напруження сприятиме своєрідній гімнастиці нервових центрів, зокрема вегетативної нервової системи.

Правильне застосування дихальних вправ і оптимальних короткочасних затримок дихання після видиху, а іноді й на висоті вдиху, підвищує стійкість організму до кисневої заборгованості, що благотворно впливає на ферментні системи, на кровопостачання серця і мозку. Система вправ, яка вам пропонується, регулює артеріальний тиск, активізує кровоносні судини і капілярну сітку, поліпшує забезпечення організму киснем, урівноважує нервові процеси.

Психофізичне тренування сприяє також усуненню зайвих, мимовільних, неконтрольованих рухів. Спеціальні вправи знімають спазми, нав'язливі думки і т. д. Зміна напруження і розслаблення м'язів у поєднанні зі спеціальними дихальними вправами справляють регулюючий вплив і на гладкі м'язи внутрішніх органів, у тому числі й судинної системи. У психофізичному тренуванні велике значення має зниження больового синдрому, що досягається застосуванням самомасажу. Він проводиться надавлюванням подушечками пальців на біологічно активні точки. Ці точки відповідають вторинним змінам у сполучній і м'язовій тканинах, спричиненим тими чи іншими захворюваннями. Самомасаж активних точок, як і вібрація, викликана звуко руховими вправами, сприяє нормалізації живлення тканин.

Необхідно підкреслити, що психофізичне тренування у поєднанні з довільною м'язовою активністю і словесним підкріпленням ефективніше, ніж ізольоване словесне навіювання в аутогенному тренуванні. Психічний тонус інтимно пов'язаний з м'язовим тонусом. Отже, між рівнем м'язової активності організму і психічним тонусом існує взаємозв'язок і взаємопідкріплення. Було доведено, що дихальні і рухові реакції послаблюють тривожний стан. Саме на цьому ґрунтується доцільність застосування психофізичного тренування у комплексному лікуванні та профілактиці неврозів.

Провідним принципом тут є єдність тілесного (соматичного) і психічного. Психіка керує рухами, а цілеспрямовані спеціальні вправи, залишаючи сліди як у

центральної і вегетативної нервової системи, так і у свідомості, виховують навички, необхідні для стійкої поведінки в незвичайних, іноді екстремальних умовах у побуті й на роботі. Саме такий психологічний підхід підвищує ефективність фізичного виховання і лікувальної фізкультури, а також аутотренінгу.

Багаторічний досвід свідчить, що психофізична дія занять на людину, особливо при функціональних розладах нервової системи і неврозах, значно посилюється у тих випадках, коли лікувальна фізкультура свідомо і цілеспрямовано поєднується із самонавіюванням.

Загальновідомо, що у динаміці тренування істотну роль відіграє психіка, тобто свідомість і емоції. Нагадаємо, що свідомість – це найвища, властива тільки людині, форма відображення об'єктивної реальності. Свідомість, як найвища регулююча функція нервової системи, стимулює біоритми мозку й емоційно-сміслові прагнення людини до гармонійного розвитку. В лікувальній фізкультурі наша свідомість відіграє особливо важливу роль. Свідомими діями хворий здатний захистити себе від «відходу» у хворобу і запобігти розвитку патологічного вогнища збудження, що називається домінантою.

Принцип домінанти – це загальний принцип діяльності центральної нервової системи. Домінанти можуть бути різноманітними залежно від професії людини, її характеру, темпераменту, захоплень, від загальної стійкості організму, чутливості до негативних впливів побутових і ділових ситуацій, а також до змін клімату. Щоб не бути «жертвою» домінанти, треба її підпорядкувати своїй волі.

Дуже цінним, як показав досвід, є поєднання фізичних вправ з тренуванням уваги, реакції, пам'яті, а також чергування силових навантажень з м'язовим розслабленням.

Психофізичне тренування поетапно веде до зміцнення віри в резервні сили мозку і організму, відчуття примноження їх, до усвідомлення принципу: лікар лікує, а природа зцілює, відновлюючи втрачені сили з надлишком.

Основою успіху психофізичного тренування є вміння правильно дихати, забезпечуючи організм киснем відповідно до потреб, а також тренування дихання і м'язів з метою дії на психічний тонус і функції внутрішніх органів, хоча останні й не підпорядковані безпосередньо вольовим зусиллям.

Перш ніж розпочати заняття, необхідно навчитися дихати гармонійно повним типом дихання: вдих – одночасно діафрагмою (животом) і грудьми, видих – опускаючи і поступово втягуючи живіт. Чим більша потреба організму в

кисні, тим активнішим повинен бути видих. Видихати треба завжди через ніс, безшумно і плавно.

Після засвоєння правильного дихання в комплекс психофізичного тренування вводиться довільне розслаблення м'язів, яке ґрунтується на здатності людини за допомогою образного мислення «відключати» м'язи від імпульсів, що йдуть від рухових центрів головного мозку. М'язи всього тіла стають ніби в'ялими, з'являється приємне відчуття легкості.

Велику роль у психофізичному тренуванні відіграють ідеомоторні акти, тобто виконання фізичних дій подумки й образне уявлення внутрішніх станів (урівноваженість, оптимізм та ін.). Психологи вважають, що думка є батьком бажання. Відомо що думки впливають на нашу свідомість, посилюючи або послаблюючи пануюче вогнище збудження у центральній нервовій системі. Необхідно і корисно у психофізичному тренуванні використовувати тонізуючий вплив думок.

Дуже важливо, щоб із самого ранку наш мозок дістав імпульси у формі думок, здатних протягом дня (в побуті, на роботі, на відпочинку) впливати на внутрішній настрій, на тонус розумово-творчої активності. Адже від настрою багато в чому залежить характер перебігу всіх наших нервово-психічних процесів і, що дуже важливо, оптимальний рівень наших емоційних реакцій на різні подразники. Від пануючого у нашій свідомості розумово-емоційного настрою здебільшого залежить і характер нашої поведінки у сім'ї, у колективі, в соціальному середовищі.

Під впливом думок, іноді навіть швидкоплинних, зароджуються зерна задумів, передчуттів, емоцій, переживань. Рано чи пізно (але обов'язково) вони дозрівають, проростають і розцвітають, впливаючи на нашу свідомість і підсвідому сферу. Вони залишають глибокі сліди як в короточасній, так і в довгочасній пам'яті.

Кожний, хто займається психофізичним тренуванням, повинен мати свій власний «кодекс» тонізуючих думок. До нього слід включати і свої думки, і думки, які виникли під час читання книжок або запозичені під час спілкування. Людство і в далекому минулому мало високоінтелектуальних представників, їхні думки і судження викликають інтерес і сьогодні. А деякі з них залишаються злободенними протягом віків і тисячоліть. Так, на філософському симпозіумі, який відбувався у Римі 2500 років тому, відомий поет Федр висловив жаль з приводу того, що «базар завалений описами найдрібніших деталей життя Геркулеса і Гомера. Проте хто обговорює в цілому такі комплексні проблеми, як любов, розум, рухи людини?»

Розглядаючи питання рухових прийомів домриста та методи профілактики професійних захворювань необхідно звернути увагу на необхідність контролю за власною поставою. Повсякденними вправами необхідно зміцнювати м'язи не тільки рук, а й спини. Для того, щоб перевірити, чи не набули ви ще порушень у хребті, причиною яких може бути довготривале сидіння з інструментом в руках в незмінній позі. Станьте щільно спиною до шафи або стіни. Зімкніть стопи, дивіться прямо вперед (голова повинна торкатися шафи). Руки опущені. Якщо ваша долоня не проходить між попереком і стіною, то постава хороша, в іншому разі черевний прес слабкий і живіт відтягує хребет вперед (лордоз).

Щоб зміцнити м'язи спини і черевний прес, треба 2–3 рази на день (перед їдою) стати до шафи або стінки так, як описано вище. Щоб не було просвіту між стіною і попереком, втягніть живіт (особливо низ живота), а якщо є схильність сутулитися, зігніть руки так, щоб пальці рук торкалися плечей, а лікті – тулуба (при цьому просвіт між стіною і попереком не повинен збільшуватися).

Ця вправа (стоячи біля стіни) триває від 60 с. до 2–3 хв. Продовжувати час слід поступово. Дихати довільно. Закінчивши «стояння біля стіни», пройдіться по кімнаті, трясучи по черзі руками і ногами. Потім пройдіть з хорошою поставою (ніби стоїте біля стіни). Дихання довільне.

Протягом дня – стоячи, сидячи – шию слід тримати вертикально. В положенні сидячи треба опиратися об спинку стільця, крім того часу який ви проводите за заняттями. Коли тримаєте домру на колінах – сідайте на половину поверхні стільця, спину нагинайте рівно так, щоб хребет залишався прямим.

Одним з найважливіших методів профілактики професійних захворювань домристів має стати засвоєння техніки релаксації.

Довільне розслаблення м'язів (релаксація) ґрунтується на здатності людини подумки за допомогою образного уявлення відключати м'язи від імпульсів, які йдуть від рухових центрів головного мозку. Під дією релаксації м'язи всього тіла стають ніби в'ялими. При цьому з'являється приємне відчуття втоми, легкості.

Правильне загальне розслаблення м'язів пов'язане з відчуттям відпочинку й умиротворення. Десяти-хвилинний відпочинок у цьому положенні, якщо він поєднується з правильним диханням, відновлює сили і працездатність так само, як і сон.

Загальне розслаблення м'язів рекомендується всім, але особливо необхідне людям із сильною і швидкою реакцією на зовнішні подразники. Люди нервового складу схильні до перебільшення. Вони швидко відновлюють сили і досить швидко стомлюються. Люди з повільною і слабкою реакцією, а також особи зі

зниженим артеріальним тиском повинні після розслаблення м'язів обов'язково виконати кілька вправ (лежачи потягнутися, напружуючи м'язи кінцівок і всього тіла; стоячи «штовхнути стіну», напружуючи м'язи кінцівок і всього тіла; стоячи «штовхнути стіну», напружуючи м'язи рук і ніг). При цьому треба дихати довільно, але під час зусилля допустима коротка затримка дихання після видиху.

Засвоюючи розслаблення м'язів, слід у побуті уникати звичних мимовільних рухів – посмикування плечима, зморщування лоба, сильна жестикуляція тощо. Уникаючи мимовільних рухів, ми економимо нервову енергію. Це не означає, що слід сидіти або стояти у розслабленій позі, надаючи обличчю похмурого виразу. Вираз обличчя, незалежно від ситуації, завжди повинен бути невимушеним, привітним. Звідси починається самонавіювання. Запам'ятайте правило: у момент розслаблення м'язів ні про що не думати. Цьому допомагає уявлення відчуття холоду в ділянці лоба, а також дихання у поєднанні із самонавіюванням: вдих – «я відгоню думки точно так само», видих – «я гашу світло, якщо воно мені заважає».

Коли будуть засвоєні навички загального розслаблення м'язів тіла, то слід навчитися викликати по пам'яті відчуття потепління рук і ніг (обох поперемінно). Ця вправа дає змогу свідомо регулювати приплив і відплив крові. Найвищим ступенем розслаблення (пасивного стану м'язів) є притуплення чутливості.

Свідоме управління диханням і м'язовим тонусом веде до засвоєння нейромоторної регуляції. Ось чому треба засвоїти ці вправи окремо і в поєднанні з правильним диханням.

Існує кілька прийомів, які допомагають засвоїти техніку релаксації. Ось ці прийоми:

- а) метод імітації (наслідування);
- б) метод зручного положення лежачи;
- в) метод зміни напруження і розслаблення м'язів;
- г) дихання «по колу»;
- д) словесний метод.

Ці прийоми можна застосовувати окремо або у поєднанні, у залежності від індивідуальних особливостей, які сприяють швидшому засвоєнню техніки релаксації м'язів.

Вправу на розслаблення особливо корисно проводити для тих м'язів, які в робочій позі перебувають у постійному напруженні. В цих м'язах звичайно є відчуття ломоти і болю. Вправи на розслаблення треба поєднувати з виробничою гімнастикою.

Так звана «поза кучера» – це не що інше, як напівсонний стан сидячи. Ця поза нагадує позу кучера на передку (звідси і її назва) або людини, яка дрімає, сидячи у вагоні.

Рекомендується виконувати цю вправу у положенні сидячи на краю стільця поблизу столу так, щоб ноги були напівзігнуті і розведені в боки на півкроку, руки (з переплетеними пальцями) опущені між ногами (або спиралися на край стола), тулуб і голова нахилені (ніби звисають донизу). Перебуваючи у цій позі, слід заплющити очі, дихати неглибоко діафрагмою (животом) і відчувати розслаблення м'язів вздовж хребта. Ця поза сприяє відчуттю умовної невагомості (легкості) тіла. Якщо ж при цьому уявити, що язик став в'ялим, а шия «висить» без будь-якого напруження, то з'явиться стан легкої дрімоти. Залишаючись у цій позі, коли з'являться думки, починайте стежити за диханням – таке переключення уваги особливо корисне, якщо до виконання вправи ми були чомусь не в настрої. Залишатися у цій напівдрімотній позі слід поки приємно, бо тривалість пози визначається загальним станом і внутрішнім настроєм. Закінчити сеанс слід після словесного самонавіювання.

Кожну фразу повторяти 3–6 разів: «Відчуття м'якості поліпшує діяльність нервових центрів»; «Я відпочив, я умиротворений».

Щоб відчувати зміни напруження м'язів у поєднанні з їх розслабленням, зробіть наступне. Сидячи на краю стільця, трохи підняти напівзігнуту ногу і пальцями відчувати «в'ялий» стан м'язів ноги. Або: сидячи, стопами натиснути на підлогу і відчувати досить сильне напруження м'язів ніг. Потім трохи підняти напівзігнуту ногу і відчувати промацуванням розслаблення м'язів ніг.

Ця вправа є цінним допоміжним методом до вищеописаних, бо перехід від напруження м'язів до розслаблення їх не тільки зміцнює навички повної релаксації, а й одночасно сприяє швидшому відновленню витраченої енергії. Зміна напруження і розслаблення (особливо ритмічна) є гімнастикою вегетативних центрів нервової системи.

Нижче описуються два види вправ, які в різних варіантах корисно застосовувати не тільки у ранковій гімнастиці, а й з лікувально-оздоровчою метою.

Вправа1. – «тягнути канат». Виконується вправа стоячи, ноги на ширині плечей. Образно уявіть, що над вами, на висоті витягнутих рук, висить канат. Піднімаючись на носки – вдих, на видиху ніби захоплюєте руками «канат» – і тягнете вниз із зусиллям, згинаючи руки і трохи присідаючи. Повторювати ці рухи 2–3 рази, відчуваючи при цьому напруження м'язів. Після виконання вправи; втретє слід зручно присісти, розслаблюючи по можливості всі м'язи тіла.

Вправа2. – «поза фараона». «Поза фараона», (назва умовна) характерна тим, що дає змогу виключити хід думок (в тому числі й невідчепних) на той час, поки ви активно, швидко й уважно виконуєте вправу. Виконується таким чином: сісти на край стільця, зігнути ноги у колінах, схрестивши стопи так, щоб було зручно спертися на пальці ніг (як під час піднімання на норки), Руки розведені в боки долонями вгору, пальці стиснуті в кулак. Після вдиху і затримки дихання (на 2–3 с.) необхідно одночасно і миттєво сильно притиснути пальці ніг до підлоги, напружуючи м'язи рук (стискаючи пальці в кулак). Видовжуючи шию й опускаючи підборіддя, (відбувається витягнення хребта) треба зосереджено дивитися уперед в одну точку. Після виконання пози слід полежати на кушетці 10–20 секунд, розслабивши всі м'язи тіла, у зручному для вас положенні. Якщо під час лежання з'являються думки, треба активно стежити за процесом дихання. Вправу рекомендується повторювати 2–3 рази підряд.

Вправа 3. – дихання «по колу». Подовжений вдих йде ніби лівим боком тіла (від великого пальця лівої ноги вгору ніби по кістках ноги і до голови), а тривалий видих – правим боком тіла, починаючи з голови, – вниз по правій нозі до великого пальця правої ноги.

Зазначимо, що при неврозах із симптомом перевтоми або у стресовому стані (при неприємних емоціях, зайвих хвилюваннях тощо) хворі, та й практично здорові, дихають часто й поверхнево. У них ритм дихання іноді не узгоджується з роботою серця. У таких випадках перш ніж починати дихання «по колу», слід кілька разів виконати такі завдання (протягом 2–3 хв.): зручно сидячи біля столу, прощупати пульс і запам'ятати його ритм. Потім спробувати дихати так: вдих на 4 удари пульсу, видих також на 4 удари, після видиху не дихати, поки приємно. Ця підготовча вправа, якщо вона засвоюється поступово і без напруження, узгоджує процеси дихання і роботи серця.

Як виконувати дихання «по колу»? Заплющіть очі, щоб не було зайвих подразників. Дихайте із закритим ротом через обидві ніздрі. Образно уявіть, що вдих і видих виконуєте ніби через точку між бровами. Потім подихайте, подумки вимовляючи рахунок, на 1, 2, 3, 4 – вдих і на 1, 2, 3, 4 – видих. При цьому

образно уявіть, що вдих виконуєте по хребту вгору, а видих – від брів униз до пупка.

А тепер вдихніть (із заплющеними очима) повільно і безшумно, ніби від великого пальця лівої ноги вгору до брів, і видихніть, ніби від брів вниз правим боком тіла до пальців правої ноги. Так дихайте 6–8–10 разів. Потім зверніть увагу на видих. Ви відчуєте, що під час видиху додатково розслабляються м'язи рук, шиї, тулуба і ніг. Після певного навичку у вас під час видиху з'явиться приємне відчуття тепла, яке ніби хвилюю тече по руках, а потім і по ногах. Зазначимо, що під час подовженого видиху необхідно подумки вимовляти: «Тепліють руки, тепліють ноги».

Ці вправи, не тільки сприяють набуттю навичок довільного загального розслаблення м'язів, а й знімають надмірне нервово-психічне напруження.

Вправа 4. – «словесний метод». Для розслаблення м'язів тіла по частинах пропонуються такі вправи, які зручно виконувати перед сном. Лягти зручно на спину. Руки покласти вздовж тіла або за голову. Заплющити очі. Образно уявити, що м'язи тіла розслабляються по частинах, починаючи від стоп. Поетапно розслабляючи м'язи стопи, гомілки, стегна, таза, тулуба, шиї, обличчя, необхідно розслаблення кожної частини тіла супроводжувати подумки фразою: «Розслабляються стопи, коліна»... і т. д. Після розслаблення по частинах треба подумки образно спробувати розслабити м'язи всього тіла. Потім слід звернути увагу на розслаблення язика, голосових зв'язок, щелепи (нижня щелепа ніби відвалюється). Таке розслаблення м'язів є першою фазою. Тривалість її приблизно 5 хв. Дихати треба спокійно, не контролюючи дихання. Коли буде досягнуто відчуття розслаблення м'язів усього тіла, необхідно уявити, що вас пододала втома і тіло стає дедалі легшим. Це відчуття слід підкріпити фразою: «Всі м'язи розслабилися».

У другій фазі загального розслаблення м'язів тіла уже треба стежити за диханням. Під час кожного видиху слід образно уявити, що тіло стає дедалі легшим («Я ніби хмарка, що ширяє в небі»). Тривалість другої фази 5 хв. Як було зазначено вище, вибір методу засвоєння техніки релаксації (або поєднання кількох методів) залежить від темпераменту, від типу вищої нервової діяльності і від нервово-психічного стану.

Навички свідомої зміни тону м'язів не є самоціллю – вони, поряд з умінням керувати процесом дихання, складають той нервово-психічний фон, який є незамінною умовою і для лікування хвороби, і для збереження здоров'я, працездатності й життєрадісності. Мистецтво керування диханням і тоном м'язів поряд з фізичними (активними) вправами і самонавіюванням захищає від

шкідливого впливу стресових станів, які надмірно послаблюють стійкість організму до кисневої недостатності. Ось чому психофізичне тренування як компонент фізичного виховання, лікувальної фізкультури і психотерапії у побуті набуває життєво важливого значення.

Вправа 5. – «поєднання образного уявлення з рухом». Основна мета: розвивати за допомогою пам'яті образне уявлення і здатність до сприймання словесного самонавіювання у стані релаксації.

Сісти на край стільця із схрещеними ногами (опора на пальці). Невимушено випрямити хребет, трохи втягнути підборіддя, руки покласти на стегна, долонями догори.

1. Два рази подихати гармонійно повним типом дихання.

2. Чотири рази подихати таким чином: під час гармонійно повного вдиху вимовити подумки «а-о-ум» (виконати вдих ніби у три прийоми), під час подовженого видиху (із заплученими очима) відчувати розслаблення м'язів тіла (опускаються груди, голова, розслабляються м'язи обличчя, ніг).

3. Пройтися по кімнаті на 3–4 дихальні цикли (один цикл – вдих і видих), зберігаючи добру поставу.

4. Сісти у тій самій позі. Вдихнути, подумки вимовляючи «а-о-ум». Затримати дихання на 1–2 сек., й водночас образно уявити себе бадьорим і здоровим, а на подовженому видиху відчувати розслаблення м'язів і після видиху, напружуючи м'язи рук, подумки вимовити: «Я бадьорий, творчо настроєний, активний». Завдання повторити 6–8 разів. Потім енергійно встати.

5. Пробігти підтюпцем протягом однієї хвилини, ногу ставити на всю ступню. Гіпотонікам після бігу рекомендується додатково виконати 10 присідань і 15 підскоків, потім походити, поки заспокоїться дихання. Біг підтюпцем можна замінити «потряскою» біля стіни. Треба стати на півкроку від стіни, легенько впертися пальцями рук у стіну і «бігати», не відриваючи від підлоги пальці ніг (п'ятки ритмічно піднімаються й опускаються – поперемінно або одночасно). Ця вправа сприяє надходженню до серця венозної крові від ніг. Після цього походити, дихати глибоко. Відпочити, лежачи на спині (зігнути ноги, щоб розслабити черевний прес), і під час видиху вимовляти: «Тренування нагороджує мене радістю й оптимізмом». Потім під час видиху 3 рази випинати і втягувати живіт (з метою стимулювання сонячного сплетення).

Повторити завдання 2–3 рази, потім енергійно встати, зручно сісти, розслабивши м'язи, і 5–10 разів подумки (заплющивши очі) повторити одну з таких формул:

1. «Нервові центри діють узгоджено. Я хочу і можу бути ще активнішим».
2. «Тренування поліпшує здоров'я. Я відчуваю надлишок сил».

Цінною порадою для всіх, хто пов'язав своє життя з виконавством на домрі має стати почуття радості.

Радість є фоном, який настраює психіку на життєстверджуючий лад. Почуття радості – одне з найдивовижніших почуттів, які прикрашають життя людини.

Безсумнівно, надійним джерелом радості для практично здорової людини є фізична і розумова праця, яка приносить задоволення. Переживання радості сприяє плідній діяльності і мозку. Характерно, що позитивні емоції дають нам змогу відчути найвищу радість – радість творчості.

Психологи вважають, що в емоційному житті людини істотну роль відіграє уява: почуття пробуджують діяльність уяви, а образи, у свою чергу, народжують або посилюють почуття. Особливо яскраво видно зв'язок уяви і почуття у сфері художньої творчості, в галузі наукового пошуку, очевидно, проявляється вона і в будь-якій сфері творчої праці. Радісно настроєна людина перероджується. Серце її б'ється веселіше, очі випромінюють доброту, рухи стають виразнішими, а політ думки – цілеспрямованішим. У такої людини загострюється сприйняття мистецтва і краси природи, поліпшується ставлення до оточуючих, стає більш плідною творча діяльність.

Радість – це особливе суб'єктивне переживання, викликане не тільки сприятливими ситуаціями, а й внутрішнім настроєм, який залежить від світовідчуження і від стану здоров'я. Ось чому психофізичне тренування, яке збільшує резерви здоров'я, є міцним фундаментом для набуття справжньої радості у сфері праці і творчості. Таким чином, радісне світовідчуження і квітуче здоров'я – найважливіші умови творчого самовираження кожного домриста.

1.3. Основи художньої техніки домриста

Техніка, спрямована на виконання художніх завдань, називається художньою. На відміну від рухальної, «художня техніка» – поняття комплексне. Вона включає в себе взаємодію всіх елементів, спрямованих на досягнення певного

художнього результату в реальному звучанні того чи іншого штриха, нюанса, того чи іншого співвідношення звучань. Іншими словами, під художньою технікою мається на увазі здібність виконавця втілювати свій художній задум.

Завдання техніки полягає в доцільності руху, який може передати певний художній намір. А всі рухи, як відомо, підкоряються імпульсам мозку. Свого часу Б. Л. Яворський, видатний теоретик музикознавець, писав про те, що техніка є «психічна настанова, є техніка мозкових імпульсів».

У виконавському мистецтві музиканта беруть участь всі психічні процеси в їх нерозривній єдності. Це і відчуття, і сприйняття, і уявлення. Це емоції, уява, мислення, пам'ять, увага і воля. Всі ці процеси мають безпосереднє відношення до вироблення художньої техніки музиканта.

В діяльності домриста істотну роль відіграють такі види сприйняття (слід нагадати, що сприйняття формується на основі відчуття), як музично-слухове, зорове і дотиково-рухове.

Музично-слухове сприйняття – це не тільки звуковисотне уявлення, яке є основою музичного слуху. Для домриста дуже важливо чути темброве забарвлення звука, його динаміку. Чути якість виконання штрихів, особливо рівність і густоту тремоло, почути шурхіт медіатора, тьмяність звучання, що часто буває наслідком неточного натискання пальця на ладок.

Необхідним моментом є, також, здатність чути «супровід» своєї гри (особливо на тремоло) сторонніми звуками. Буває, зауваження педагога «не чіпляти сусідні струни» викликає в учня подив, і це свідчить, що він дійсно цього не чує.

В процесі формування художньої техніки домриста особливе місце відводиться зоровому фактору. Слід зауважити, що вже на ранній стадії навчання у домриста виробляється звичка дивитися на ладки. Надалі роль зорового аналізатора зменшується, що пов'язане з переходом частини набутих знань в руховий стереотип.

Зір здатний частину одержаної інформації, сприйнятої слухом, переробляти самостійно, розвантажуючи тим самим слуховий канал. Іншими словами, слух передає частину інформації зорові.

Отже, поряд зі слуховим відбувається і зорове засвоєння, внаслідок чого виробляється не тільки слухова, але й зорова пам'ять. Вона багато в чому полегшує надбання виконавських навичок.

Значення правої і лівої рук в процесі освоєння домрової техніки не однакове. Якщо рухи правої руки можна визначити на слух, то рухи лівої руки на грифі неможливо зафіксувати поза зоровим сприйняттям. Специфіка ладкової конструкції домри обумовлює зорове засвоєння місцезнаходження пальців на грифі. Але складність домрового мистецтва не в тому, щоб побачити місце знаходження нот у відповідності з аплікатурою, а в здатності тримати сумісну координацію рухів правої і лівої рук. Це ще раз свідчить про рівноцінність слухових, зорових і моторно-рухових навичок у домристів.

Дотиково-рухові сприйняття служать основою побудови і корегування музично-ігрових рухів домриста. Вони підказують напрямок рухів лівої руки, силу удару медіатора, його глибину в струнах і т. д.

Відчуття художньо доцільних рухів створює координацію між психічною сферою і периферичним апаратом. Центральна нервова система безперервно корегує і координує діяльність рухового апарату.

Руховий апарат – це не що інше, як м'язове відчуття й саме завдяки його професіональному виробленню досвідчені домристи визначають силу натискання пальців лівої руки на ладки, силу удару медіатора по струні та міру розмаху кисті правої руки.

Дотиково-рухові сприйняття повинні бути найтіснішим чином пов'язані з музично-слуховими та зоровими.

Одним із видів сприйняття, яке має велике значення у вихованні художньої техніки домриста, є ритм.

Внутрішнє чуття ритму диктує домристу коли і в який момент здатність рук та пальців повинна забезпечити появу звука. Ритмічність гри у домристів залежить не тільки від ритмічного чуття, але й від подолання відомих рухових труднощів. Це більше стосується рухів правої руки.

Дуже часто при грі спікато ми чуємо так звану ритмічну нерівність. Це відбувається в більшості випадків тому, що медіатор, виконавши щипок «вниз» відразу йде вгору, не витримавши певної довжини ноти.

Серед домристів побутує такий термін, як «неритмічне тремоло». Існує, також, ряд причин, які призводять до порушення ритму. Інколи це відбувається через непідготовленість правої руки або медіатора до моменту видобування звука. Ця непідготовленість залежить в основному від недостатньої здібності уяви попереджувати наступне звучання.

Ритмічність гри залежить ще й від подолання некерованого, неусвідомленого автоматизму, коли пальці лівої руки натискають на кожний слідуючий ладок дещо пізніше, або раніше. В таких випадках слід більше слухати видобуване правою рукою, тобто утримувати спікато в межах певного темпу, а рухи лівої руки підкоряти ритму правої.

Порушення в ритмі у домристів відбувається через невитримування довгих нот на тремоло, а також при поєднанні різних штрихів у пунктирному ритмі. Не кажучи вже про нестійкість ритму в процесі динамічних змін, коли крещендо мимоволі поєднується з непотрібним прискоренням і навпаки, димінундо, – з перебільшеним сповільненням темпу. В ліквідації подібних недоліків у ритміці значну роль відіграє вміння сполучати крещендо з внутрішнім гальмуванням. Таким чином, ритмічні сприйняття домриста залежать від емоційно-виражальної сторони музики, агогіки та динаміки.

РОЗДІЛ II. Психофізіологічна домінантність виконавського стану домриста

2.1. Уявлення

У виконавській діяльності домриста важливу роль відіграють уявлення. Формуються і вдосконалюються уявлення на основі відчуттів та сприйняття, завдяки здібності організму зберігати та узагальнювати їх наслідки.

При належній організації праці виконавця, уявлення щодо дії музично-слухового, зорового та дотиково-рухового апарату досягають високого ступеня досконалості. В такому випадку домрист може при перегляді нотного тексту будь-якого музичного твору уявити музику у всій повноті, побачити необхідні рухи пальців лівої руки, почути темброву забарвленість звука, визначити необхідні штрихи.

Через уявлення може виникнути виконавський план твору, скластися певний музично-виконавський образ. Уявлення виникають на основі звуко-висотного і тембрового слуху. Крім мелодії та гармонії музикант може чути внутрішнім слухом звучання і тембр свого інструмента.

В процесі розвитку музичного уявлення величезну роль відіграє гра по-думки, при якій необхідне чітке уявлення як звучання нотного тексту з усіма нюансами, так і домрових рухів, засобами яких виконується дана музика.

Це створює зв'язки музично-слухових, зорових уявлень з руховими, що дозволяє швидше засвоїти твір.

Великий вплив на характер виконання справляють емоції людини, що тісно пов'язані з усіма психічними процесами.

Справжнє творче виконання завжди вносить суб'єктивне переживання як відбиток індивідуальності виконавця. Позитивні емоції спонукають до діяльності, мобілізують волю, енергію, сприяють зосередженості уваги. Відомо, як технічні складності долаються набагато легше, коли цьому сприяє емоційне захоплення і як гальмується їх додання при байдужому відношенні.

Емоції важко піддаються керуванню, але завдяки тому, що цей процес пов'язаний з діяльністю кори головного мозку, людина при допомозі свідомості та волі здатна оволодіти своїми емоціями.

Емоції активізують діяльність багатьох систем організму, в тому числі слухові, зорові та рухові сприйняття. А це в свою чергу сприяє виникненню особливого позитивного емоціонального стану, що зветься *домінантою*.

В роботі музиканта психологічна домінантність є вирішальним фактором. Від неї залежить свідомість, увага, зосередженість і, нарешті, кінцевий наслідок праці.

Під час творчого піднесення, коли напруження емоцій досягає високого рівня – виникає особливий стан, котрий можна визначити, як творчу домінанту.

Творча домінанта – це натхнення, при виникненні якого в грі домриста з'являється яскравість, коли всі технічні складності виконуються з легкістю.

Та існує й такий стан, як почуття страху, невпевненість в собі, пригнічений стан. Все це відноситься до від'ємних емоцій, до від'ємної домінанти, що перетворюється часом в справжню психічну травму. Ось чому педагог з самого початку навчання повинен проявляти до учня особливу чуйність, терпіння й витримку, особливо при технічному тренуванні, розвивати емоційну сферу так, щоб не викликати психічного зриву. Важливо, щоб завжди виникала така домінанта, яка сприяє успіхові в роботі.

2.2.Мислення, пам'ять, увага та воля

З усіх психічних аспектів, що беруть участь у вихованні домриста як виконавця, слід розглянути такі важливі поняття, як мислення, пам'ять, увага та воля.

Що ж таке мислення і яку роль воно відіграє у формуванні художньої техніки домриста?

Мислення – це, перш за все, вища форма пізнання навколишнього світу. Мислення в музичному розумінні – це використання різних образів дійсності, що нас оточують та їх творче втілення в художні образи.

Категорія музичного мислення активно використовується в лексиці багатьох музикознавців-дослідників, музикантів-педагогів та психологів. Так, наприклад, в музично-теоретичних працях XVIII сторіччя німецький історик музики Й.Н. Форкель епізодично висловився : «...Ми здатні не тільки відчувати звуки, але й мислити звуками». Психолог І.Ф.Гербарт, який, доречі, був першим дослідником життя та творчості Й.С.Баха, під поняттям музичного мислення розумів фактор, який сприяє досягненню змісту музики, доповнює і упереджує слухові сприйняття і впливає на них.

Музикознавці початку XIX ст. звернулись до новітніх пошуків в області психології мислення і прийшли до висновку, що в музичних переживаннях приймають участь дві категорії – аналіз і синтез; іншими словами – емоційне ціле розкладається на дві половини і розуміння музичного цілого визначається саме за участю цих частин.

Чеський композитор та музикознавець О.Зіх розтлумачував музичне сприйняття, як з'єднання чисто сенсорної суті переживань з усвідомленням змістовної організованості звукового потоку з розумінням їх значення. Усвідомивши головну суть цих значень він прийшов до висновку, що складовою частиною музичного сприйняття є здатність розпізнавати і утримувати в думці безперервність цілісних можливостей серед широкого потоку сприйняття.

Г. Нейгауз писав: «той, хто лише переживає мистецтво, залишається тільки аматором, хто тільки роздумує про нього, буде дослідником-музикознавцем; виконавцеві необхідний синтез тези й антитези: найжвавішого сприйняття і кмітливості».

Звідси відоме твердження про поєднання у виконавстві гарячого серця з холодним розумом.

Механічне тренування без розуміння художньої мети, без аналізу прийомів та їх зв'язку з музичними образами – це даремна витрата часу. Аналізуючи музичну форму твору, стильові особливості, мелодію, гармонію, добираючи найбільш раціональну аплікатуру та відповідні штрихи – необхідно мислити аналітично. Іншими словами – щоб робота приносила певні плоди, в ній повинен

бути присутній аналіз, «Виправлятися, – говорив Ф. Ліст – це означає аналізувати, обдумувати та вивчати».

М.Рубінштейн стверджував: «Механічна вправа залишається безпідставною, коли в ній не співпрацює в найпершу чергу Ваша голова».

Домрист не досягне хороших наслідків у виконавстві, займаючись механічно, відхиляючись від основної мети, не обдумуючи кожний крок своєї роботи. Заняття музиканта – це перш за все мислення, а потім вже гра. Тобто діяти слід за принципом: спочатку подумай, а потім виконуй. Не треба забувати про те, що робота над технікою – це розумова праця. Адже всіма рухами людини керує головний мозок.

Творчі знахідки, пов'язані зі складною діяльністю мозку, проявляються як у художній, так і в технічній роботі виконавця.

Отже, підсумовуючи вище наведене можна не вагаючись підкреслити ту думку, яка стверджує, що мислення є найскладнішим із пізнавальних процесів. Категорії людей розподіляються таким чином, що одна частина з них володіє словесно-абстрактною формою мислення, а інша – образно-емоційною. Для музиканта превуалюючим є художньо-образне мислення.

Пам'ять – це здатність людини зберігати та відтворювати те, що сприймалося раніше. В основі музичної професійної пам'яті лежать музично-слухові сприйняття і уявлення. З усіх видів пам'яті велике значення мають слухова, логічна, рухова та зорова.

Слухова пам'ять повинна служити основою для успішної роботи домриста.

Логічна пам'ять – пов'язана з розумінням змісту твору; сприяє під час гри без найменшого запізнення, висуненню в свідомості потрібних емоційних звукових та рухових комплексів.

Рухова пам'ять, як правило, пов'язана зі слуховою і забувається в процесі роботи над гаммами, вправами та етюдами. Згодом, прийоми та рухи, набуті в цей період, переносяться в п'єси і в значною мірою полегшують їх за-своєння.

Важливу роль в процесі запам'ятовування відіграє зорова пам'ять.

Усі види пам'яті музиканта значною мірою залежать від розвитку слуху, почуття ритму, здібності емоційних переживань, розвитку технічних навичок і повинні розглядатись в їх цілковитій єдності.

Піаніст Гальстон свого часу сказав, що «Музична пам'ять уподібнюється з ліфтом, що висить на кількох тросах: якщо якийсь з них і обірветься, то в запасі лишаються кілька інших».

Музична пам'ять виконавця потребує безперервного тренування. При цьому, психологічно дуже важливо фіксувати увагу не на можливості забути, а на проблемі найбільш раціонального запам'ятовування. Хочеться запропонувати ряд положень, які допоможуть музикату-виконавцю поліпшити загальну пам'ять, а разом з тим будуть спонукати до тренування музичної пам'яті.

Передусім слід зазначити, що слабка пам'ять є по суті не що інше, як слабка увага і погана спостережливість, спрямовані одночасно на кілька предметів. Тому слід систематично розвивати вольову увагу, і навички концентрації думки спеціальними вправами. Крім того, необхідно підкреслити, що сила враження залежить від ступеня вольової уваги і повторного відтворення (репродукування) у подробицях за допомогою уяви на фоні загального уявлення про предмет.

Для запам'ятовування має значення якість і глибина першого враження. До того ж запам'ятовування посилюється, якщо це враження підкреслюється комплексними сприйняттями об'єкта за допомогою зору, слуху, записування (у формі письмового та нотного тексту).

Спочатку пропонується завдання на виховання пам'яті, а потім – на поліпшення відтворення по пам'яті, тобто репродукування об'єкта.

Вправа 1. Уважно подивіться на знайомий предмет, потім, заплющивши очі, образно уявіть його собі у подробицях. Розплющивши очі, ще раз подивіться і визначте, які подробиці були забуті.

Вправа 2. Вивчену нотну фразу спробуйте відтворити внутрішнім слухом у своїй пам'яті. Потім визначте, що ви забули відтворити.

Вправа 3. Опишіть по пам'яті риси обличчя добре знайомої вам людини. Потім, спостерігаючи за цією людиною під час зустрічі, уточніть непомічені риси її обличчя.

Вправа 4. Подивіться на 7 – 15 дрібних предметів і потім по пам'яті опишіть їх.

Вправа 5. Постарайтеся добре побачити підкинутий і падаючий предмет. Потім опишіть його з найбільшою точністю.

Вправа 6. Огляньте кімнату, запам'ятайте, що в ній є. Потім, заплющивши очі, відтворіть образ побаченого у подробицях.

Вправа 7. Згадайте голос та інтонацію фрази знайомої вам людини і спробуйте із заплющеними очима ніби знову почути її. Потім повторіть цю фразу вголос, а під час зустрічі із знайомим порівняйте «оригінал» з імітацією.

Регулярне виконання цих завдань розвиватиме вашу пам'ять. Результати тренування виявляться в тому, що образ об'єкта, який спостерігається, швидко запам'ятовуватиметься і довго утримуватиметься в пам'яті, одночасно удосконалюється і здатність відтворювати об'єкт по пам'яті без активних зусиль волі.

Удосконалення відтворення по пам'яті

Відтворення по пам'яті вражень, думок, фактів тощо сприяє розвитку пам'яті.

Відтворення по пам'яті може бути трояким: у вигляді спогаду, пригадування, пізнаваний. Спогад завжди виникає автоматично: враження і факти ніби воскресають без зусилля волі. При утрудненому спогаді (пригадуванні) необхідні зусилля волі, щоб викликати асоціації і враження на основі їх подібності і зв'язків. Пізнавання – це визначення колись побаченого предмета за допомогою нинішнього порівняння його з тими уявленнями, що збереглися у пам'яті (ніби способом накладання або суміщення).

Вправа 1. Відновіть раніше випробувані враження, пробуджуючи думки і спогади про який-небудь предмет, людину, факт, подію.

Вправа 2. Напишіть дату великими цифрами (рік, число). Ці цифри вам необхідно твердо запам'ятати. Дивіться на написане, поки створюється його змістовний образ. Потім заплющіть очі і відтворіть образ у думці. Кількох повторень цілком достатньо, щоб дані цифри міцно закріпились у пам'яті.

Якщо у вас сильніша, «слухова пам'ять», то число, яке треба запам'ятати, слід кілька разів вимовити вголос і вже після цього уявити його образно з заплющеними очима. Корисно також число, яке треба запам'ятати, поєднувати з образним уявленням про предмет або подію, до якої воно має відношення.

Вправа 3. Тренування на запам'ятовування імен та відтворення їх ґрунтується на зацікавленості тією чи іншою особистістю. Спочатку з інтересом настройтеся на сприймання прізвища, яке вам треба запам'ятати. Зафіксувавши на ньому свою увагу, спробуйте пов'язати його з враженням від зовнішнього вигляду, з рисами обличчя даної людини і далі в разі необхідності пригадайте зовнішній вигляд у зв'язку з прізвищем. Розпізнавальним знаком особистості письменника, поета, художника, композитора добре зробити зміст його книжки,

образу поезії, малюнка або музичного твору, які повинні асоціюватися у вас з іменем та прізвищем і допомогти відтворити їх.

Пізнавання та відтворення являють собою відновлювані процеси, при яких пізнавання може бути тільки при повторному контакті (побачив – впізнав; почув – згадав), а відтворення виникає при відсутності об'єкта. Закріплення в пам'яті забезпечується шляхом повторювання і залежить від якості пластичності мозку. Адже всім відомо, що пластичність мозку підвищується від того, що людина працює розумово, її мозок постійно тренується. Бувають такі періоди, коли рівень пластичності мозку тимчасово знижується, як правило це відбувається від перевтоми; коли ж людина відпочине – функція знову відновлюється.

Отже, пам'ять – це феномен, за допомогою якого людина може запам'ятовувати, зберігати та відтворювати те, що сприйняла своїми органами чуттів. Процес запам'ятовування може бути навмисним і ненавмисним. Ненавмисне запам'ятовування відбувається спонтанно, без будь-яких вольових зусиль і може бути досить тривким, особливо тоді, коли пов'язане з певними емоційними переживаннями.

Навмисне запам'ятовування здійснюється двома способами: механічним та осмисленим. Механічний спосіб ґрунтується на багатократному повторюванні без проникнення у зміст матеріалу, а осмислений спосіб базується на повному усвідомленні логіки, досвіду, на розумінні всіх процесів життєдіяльності.

В практиці музиканта-виконавця приймають участь обидва способи запам'ятовування, але перевага надається навмисному, усвідомленому.

Домрист виконавець повинен постійно тренувати пам'ять, адже це завжди буде головною запорукою у процесі сценічного виконання. Йому ніколи не будуть загрожувати так звані «зриви» пам'яті на естраді (безперечно при умові крайньої зібраності і уважності).

Увага – це концентрація думки, активність, спостережливість, а також заглиблення в роботу під впливом поставленої мети.

Звичайно ми використовуємо увагу для сприймання зовнішніх об'єктів. Однак людина володіє і внутрішньою увагою, зосередженою на собі, на своїх власних переживаннях.

Робота домриста над технічними складнощами, шліфуванням штрихів, над якістю звука, фразуванням – потребує концентрованої уваги. Без неї неможливий аналіз технічних прийомів та помилок у грі.

Важливо навчитись розподіляти увагу між тим, що є головним на даний момент, при одночасному здійсненні контролю за іншими діями.

Увагу слід розвивати з перших етапів навчання. Необхідно привчити себе постійно вслухатися в свою гру, в зміст музики, в якість звуку; слідкувати за точністю ритму, веденням фрази, думати про точність тексту. Від уміння правильно спрямовувати увагу значною мірою залежить майстерність домриста. Треба навчитися самому знаходити свої помилки, глибоко зосереджуватись. Слід пам'ятати, що від зосередженості уваги залежить продуктивність та якість роботи.

Увага залежить від волі, без якої музикант ніколи не сформується як виконавець.

Воля – це свідомо організація і саморегуляція людиною своєї діяльності і поведінки, спрямована на подолання труднощів при досягненні поставлених цілей. Для досягнення поставленої мети людина проявляє ініціативу, напружує свої розумові і фізичні сили, стримує пориви і бажання, які не сприяють успішному досягненню мети.

Задоволення людських потреб відбувається в діяльності, яка має активний, цілеспрямований і вмотивований характер. Воно реалізується за допомогою дій, породжених різними спонуканнями. Причини активності, маючи різну психологічну природу, реалізуються як потяги, бажання і прагнення. Прагнення – спонукання, що виражається в чуттєвому переживанні потреби. У момент виникнення воно ще не має конкретної предметної визначеності. Людина ніби поривається до чогось, відчуває, що чогось їй не вистачає. Таке неусвідомлюване нецілеспрямоване прагнення, яке не викликає довільних дій, називають потягом. У процесі усвідомлення об'єкта прагнення стає бажанням. Сукупність цих спонукань, які набувають характеру мотивів дій, вчинків і форм діяльності, утворює мотиваційну сферу особистості.

Спонукання до дій у людини розрізняють за змістом і психологічною природою. В одних випадках це може бути негайна імпульсивна реакція на подразник, в інших – повільна поміркована дія після оцінки ситуації.

Дії людини поділяють на мимовільні й довільні.

Мимовільні дії здійснюються при виникненні не усвідомлюваних або недостатньо усвідомлюваних спонукань. Вони мають імпульсивний характер і позбавлені будь-якого чіткого плану (наприклад, у стані паніки). За психофізіологічною природою мимовільні дії бувають вроджені й набуті.

До вроджених мимовільних дій відносять різні орієнтувальні, захисні та хапальні реакції, виразні рухи. В їх основі – безумовні рефлекси, які викликаються безумовними подразниками і здійснюються нижчими відділами центральної нервової системи.

До набутих мимовільних дій належать викликані умовними подразниками орієнтувальні, захисні, хапальні реакції та виразні рухи, що відбуваються завдяки діяльності кори головного мозку.

Довільні дії підпорядковані свідомим цілям людини. Вони нерозривно пов'язані з відображенням мети та засобів її досягнення і охоплюють прагнення до мети, попереднє уявлення про мету і рухове уявлення. Довільні дії здійснюються за допомогою саморегуляції, яка передбачає довільний контроль за їх плануванням і виконанням. Її структура включає мету, якої хоче досягти людина, а також програму дій, яку вона повинна здійснити для досягнення мети. Саморегуляція передбачає і з'ясування критеріїв успішності дій, зіставлення з ними одержаних результатів дії та прийняття рішення, згідно з яким дію вважають закінченою або її продовжують, коригуючи.

Особливу групу довільних дій утворюють вольові дії. Вольові дії людини скеровані на досягнення свідомо поставлених цілей і пов'язані з подоланням труднощів. Вони відрізняються від імпульсивних, які відбуваються мимовільно і недостатньо контролюються свідомістю.

2.3. Воля та її функції

Виникнувши в процесі трудової діяльності, воля стала особливою формою активності особистості, яка зумовлюється поставленою метою. За допомогою спонукальної і гальмівної функцій воля дає людині змогу регулювати свої дії і вчинки.

Спонукальна функція волі забезпечується активністю людини. Активність породжує дію і регулює її перебіг через особливості психічних станів людини, які виникають у момент дії. Спонукування до дій створюють певну впорядковану систему мотивів – від природних потреб до вищих спонукань, пов'язаних із переживанням моральних, естетичних та інтелектуальних почуттів.

Гальмівна функція волі реалізується у тісній єдності зі спонукальною, що виявляється в ситуативному стримуванні небажаних виявів емоцій, дій і вчинків, які не відповідають світогляду і моральним переконанням особистості. Без гальмування ніяке регулювання поведінки неможливе.

У своїй єдності спонукальна і гальмівна функції волі, регулюючи діяльність і поведінку, дають людині змогу досягти поставленої мети. Проте лише ці дві функції не вичерпують усього змісту поняття «воля». Вольова діяльність передбачає оцінку ситуації, вибір мети і шляхів її досягнення, прийняття рішення тощо. Вона характеризується станом оптимальної мобілізованості особистості, режимом активності, спрямованої на задоволення потреб, і концентрацією цієї активності в необхідному напрямі.

Вольові якості людини піддаються вихованню. У процесі удосконалення особистості і вироблення самовладання воля відіграє величезну роль. Ключем до зосередження є бажання.

Які ж прийоми сприяють переходу бажання в дію?

Думка в дії є виявленням волі. Пояснимо це положення на прикладах. Припустимо, вам не хочеться після обіду брати в руки домру і відпрацьовувати технічні складнощі, хоча ви добре знаєте, що іншого часу для занять у вас не буде. У вашій свідомості відбувається боротьба між думкою про користь від занять й емоціями, пов'язаними з відчуттям приємного післяобіднього сну. Що ж робити? Якщо пасивно віддати перевагу дрімотному стану, то «бій» буде програно. Якщо ви знайдете доказ за здійснення занять і після невеликого вдиху затримаєте дихання і водночас будете кілька разів втягувати й випинати живіт і подумки вимовляти «Я візьму в руки інструмент і буду працювати», то рух діафрагми і скорочення черевних м'язів підвищить м'язовий тонус, що й буде поштовхом до вольової дії, тобто до здійснення думки про роботу над технічним матеріалом.

Якщо ви хворі й ослаблені так, що, здається, немає сил встати зі стільця або рушити з місця, образно уявіть, заплющивши очі, що ви легко встали чи пішли. При цьому треба кілька разів подумки сказати «це зробити мені легко». Після такої психологічної настройки буде порівняно легко виконати рух. Так бажання переходить у дію під впливом ідеомоторного акту (образного уявлення дії) і «проторення» нервово-м'язових шляхів.

В обох прикладах важливу роль відіграє вольова увага, яка є важелем, що переключає нашу свідомість на будь-який об'єкт, дію тощо.

Отже, тренування вольової уваги – необхідна умова оволодіння складними процесами самовладання.

Для тренування вольової уваги рекомендуються такі вправи:

Вправа 1. Сядьте прямо, без напруження. Дихайте рівномірно. На дзеркалі позначте точку на рівні брів. Дивіться на цю точку, зосередивши свою увагу тільки на ній. Думку, що виникає, відгоньте, а всю увагу знову спрямуйте на точку. Так створюється вогнище охоронного збудження.

Дивитися на точку треба не моргаючи і не напружуючи м'язів обличчя. Якщо з'явиться потреба моргати, слід відпочити, спрямовуючи погляд у далину.

Засвоївши цю вправу, ускладніть її таким чином. Після довгої зосередженості на точці ви помітите, що зображення обличчя у дзеркалі починає «розпливатися». Заплющіть очі і подумки образно відтворіть картини природи (наприклад, схід сонця, прогулянка в лісі тощо) й уявіть себе здоровим, життєрадісним, доброзичливим.

Вправа 2. Після короткого відпочинку відновіть вправу в іншому варіанті. Поставте палицю на долоню вертикально і, урівноважуючи її, зосереджено дивіться на її верхній кінець. Ця вправа особливо корисна для тих, хто схильний до неувважності. Вправу можна ускладнити, урівноважуючи палицю в процесі руху в різних напрямках.

Розвинена вольова увага допомагає зосереджуватися, відновлювати по пам'яті події, перетворювати негативні емоції в позитивні.

Велике значення у вольових діях має рефлекс «що таке ?» Як тільки цей рефлекс з'явився, нервові імпульси проходять тими шляхами, які знадобляться для наступної роботи, і нервова система набуває стану готовності знову діяти.

Вольові дії завжди цілеспрямовані, свідомі. Їх основою є конкретний рух, спрямований на досягнення мети. Вольові рухи музиканта-виконавця набуваються у процесі навчання або вправ і повинні бути присутніми як в сценічних виступах, так і в домашній роботі. Відсутність волі навіть при відмінних музичних даних завжди заважає формуванню музиканта.

В період набуття технічних навичок, коли потрібна наполеглива, часто стомлююча робота над окремими епізодами, пасажами або освоєнням нового штриха – вольова організація набирає особливо важливого значення. Тому треба привчати себе до виконання всього, що вимагається для технічного та художнього вдосконалення, звичайно в межах своїх можливостей. Не можна вибачати собі найменшої недбалості. Всяке потурання розслаблює волю, дезорганізує дисципліну.

Вольова природа людини по-різному позначається на її виконавській діяльності. Інколи найменші зриви на сцені викликають у виконавця розгубленість, а часом і паніку.

Для домристів, з притаманною цьому інструментові специфікою звуковидобування, кожний виступ на естраді – це певний ризик. Неприємності стаються переважно внаслідок хвилювання та пов'язаного з ним порушення координації рук.

Естрадне хвилювання притаманне кожному виконавцю, але не треба впадати у відчай після будь-якої неприємності. Необхідно проявляти винахідливість та волю, не кидати, а продовжувати гру, ніби нічого не сталося. Одним словом, зусиллям волі примусити себе зіграти твір до кінця стабільно.

Самоволодіння домриста – запорука успішного виступу на естраді, якщо воно, звичайно, поєднується зі здоровим станом нервової системи, виконавською впевненістю, технічною досконалістю.

Отже, підсумовуючи вищенаведене, виникає така думка, що поруч з проблемою пам'яті феномен волі викликає найбільшу зацікавленість. І це зрозуміло, адже більшість наших успіхів у житті досягаються перемогою над собою, умінням долати труднощі, лінощі та природні недоліки.

Більшість видатних музикантів володіли твердою силою волі. Оноре де Бальзак писав свого часу «Не існує великих талантів без великої волі...Воля може і повинна бути предметом гордості набагато більше, ніж талант. Якщо талант – це природний дар, то тверда воля – це постійна перемога над інстинктами, які вона пригнічує, над похоттю і перепонами, які вона осилує, над різними труднощами, які вона героїчно перемагає.

Кожен домрист-виконавець повинен усвідомити, що його майбутнє залежить від вольових дій сьогодні. Ствердження «Я можу не грати на домрі зараз і навіть завтра я можу пропустити заняття, але я твердо впевнений, що хочу стати справжнім музикантом і я БУДУ вперто займатись, не дивлячись на втому, хворобу і інші відволікаючі явища».

РОЗДІЛ III. Виконавська технологія домрового мистецтва

3.1. Постановка виконавського апарату

Успішне оволодіння всіма технічними засобами художньої виразності залежить від правильної посадки та постановки виконавського апарату

музиканта. Л. Ауер писав: «Хоч як багато не підкреслювати значення перших технічних кроків даного процесу оволодіння скрипкою, немає небезпеки перебільшити його. На краще чи на гірше, але звички, створенні в ранній період навчання, впливають безпосередньо на весь подальший розвиток учня.

Сам початок гри на скрипці, наприклад, зовні простий спосіб тримати інструмент ще до використання смичка, являє собою широке поле як для добрих, так і для поганих можливостей...І тому, що спосіб тримання інструмента належним чином передує всьому подальшому розвитку учня, ця фаза має право на особливий розгляд». «Те, що було в дитинстві фіксоване, ніколи не пропадає, воно залишається на все життя» – зазначав Л. Орбелі.

До постановки виконавського апарату треба відноситись обережно і вдумливо, не забуваючи, що це процес творчий. Він залежить від індивідуальних фізіологічних особливостей будови рук. Слід завжди відштовхуватись від зросту людини, розміру та довжини його рук і ніг. Адже руки можуть бути великі або малі, а пальці довгі чи короткі. Тому пристосування до інструмента повинне бути завжди індивідуальним.

Постановку ігрового апарату домриста слід розглядати починаючи з таких питань: посадка, точки опори домри, кут розвороту шийки інструмента, висотність голівки інструмента, положення і робота правої руки, положення і робота лівої руки.

Посадка

Посадка домриста є організуючою виконавчою основою і має бути зручною.

Щоб попередити найменшу втомлюваність, сидіти слід на половині стільця, дещо нахилившись вперед. Кут нахилу корпусу буде залежати від положення лівої ноги. Вона повинна стояти на підлозі всією ступнею, під прямим кутом або трохи висунутою вперед, що залежить від довжини ніг. Відведення ж лівої ноги назад під стілець створить нестійкість посадки й викличе м'язові перенапруження.

Праву ногу слід покласти на ліву таким чином, щоб не відчувалось напруження м'язів.

Останнім часом домристи все частіше стали користуватися підставкою для правої ноги. В принципі, це створює сприятливі умови для зручної посадки домриста, але тільки в тому випадку, якщо це є стандартна гітарна підставка. Проте, часто доводиться бути свідком використання саморобних підставок різноманітних конструкцій, що не зовсім відповідають розробленим фахівцями

стандартам. Внаслідок цього спостерігається «нестійкість» посадки, що зрештою може призвести до негативних наслідків у грі.

Деякі домристи вважають зручним тримання інструмента на дещо піднятій правій нозі. Звичка підіймати п'яту, роблячи упор на носок, також призводить до надмірного напруження як правої ноги, так і всього корпусу домриста. При такій посадці у нього швидко настає втома.

Для зручності посадки важливе значення має розмір стільця. Доцільно використовувати такий стілець, висота якого знаходиться на рівні колін домриста.

Отже, від зручності посадки виконавця буде залежати увесь процес рухових функцій.

Точки опори домри

Основними точками опори, що сприяють відносній стійкості положення домри є грудна клітка та права нога, на яку спирається інструмент. Додатковою точкою опори є внутрішня сторона передпліччя правої руки, що лежить на обідку корпусу (вона ніби складає противагу грифу) та ліва рука, що підтримує гриф.

Права рука торкається інструмента в трьох місцях: це – обідок корпусу домри, ніготь мізинця на щитку та медіатор, що виступає тут в ролі продовження вказівного пальця.

В усіх точках опори інструмент повинен лежати вільно, не викликаючи зайвих напружень у виконавця. Резонансну деку бажано розмістити з нахилом, в бік грудної клітини виконавця. При такому положенні домри відкривається оглядовість ладків.

Кут розвороту шийки інструмента

Голівка грифа повинна бути віддалена від корпусу домриста настільки, на скільки дозволяє вільне і зручне положення його лівої руки. Якщо голівку домри відвести далеко вперед, або притиснути близько до корпусу, то виникне м'язове напруження в ділянках плеча та лопатки.

Стосовно висотності положення голівки грифа, існують різні погляди. Одні виконавці тримають гриф низько, інші високо. Тут треба виходити з критерію раціонального розташування руки.

Проте, практика домрового мистецтва свідчить, що найзручніше положення грифа інструмента – це його незначне відведення вперед з трохи піднятою голівкою вгору. В результаті верхня частина грифа буде знаходитись дещо вище, ніж його нижня частина.

3.2. Положення й робота правої руки домриста

Після відчуття опори домри серединою передпліччя, необхідно злегка підняти руку в зап'ястному суглобі. Таке положення кисті, по-перше, не дозволить руці торкатися підставки і глушити струни, а по-друге створить можливість вільного кистьового руху та використання сили ваги кисті.

Для втримування медіатора необхідно пальці правої руки зібрати таким чином, щоб вказівний, середній та підмізинний притискувались один до одного, утворюючи єдину лінію. Мізинець не прилягає до підмізинного серединою першої фаланги, тобто розташовується трохи нижче і виходить дещо вперед. При рухах кисті він виконує роль рухомої точки опори.

Великий палець лише крайньою третиною подушечки злегка притискує вказівний збоку так, щоб нігті інших пальців вишикувались в єдину лінію. Таким чином, великий палець, тиском на вказівний, створить противагу іншим пальцям.

Всі пальці правої руки приймають зігнуте положення, а їх суглоби виступають назовні.

Не слід допускати згинання пальців до такої міри, щоб їх подушечки торкались долоні, і навпаки, не можна допускати випрямлення нігтьових фаланг, що може спричинити напруження м'язів.

Медіатор вкладається між подушечкою великого пальця та ребром вказівного так, щоб площа його знаходилась паралельно струнам. Визначаючи глибину медіатора в струнах, треба, щоб не допускалась можливість чіпляти струни пальцями. Нормальною глибиною вважається така, що забезпечує вільну гру як на одній струні, так і на кількох одночасно, а також при зміні струн у різних співвідношеннях.

Головним у втримуванні медіатора є м'язове відчуття. Бувають моменти, коли під час гри медіатор ховається в пальці, або навпаки, входить глибоко в струни, мало не випадаючи з пальців. У вирішенні цієї проблеми можуть стати корисними поради, які пропонує І. Фоченко в статті «Об организации

двигательного апарата домриста». Він пише: «Щоб медіатор надійно втримувався в пальцях, необхідно засвоїти такі вправи:

а) великим пальцем погладжувати медіатор, що лежить на першій фаланзі вказівного пальця;

б) великим пальцем з медіатором погладжувати першу фалангу вказівного пальця;

в) при допомозі великого та вказівного пальців виконати медіатором кругові рухи.

Ці вправи розвивають м'язи великого та вказівного пальців.

Вміння повернути медіатор на місце, виправити його положення під час гри приходить до виконавця через відповідне м'язове відчуття.

Поняття відчуття медіатора в струнах – це ключ до виконавської майстерності домриста. Якщо ж у нього не виникне таке відчуття, це означає, що справжньої майстерності він ще не досяг. Для виховання в собі відчуття потрібні довгі роки наполегливої праці, пошуку, узагальнень.

Щоб виникло правильне уявлення про роботу правої руки домриста, проробимо таку вправу. Візьмемо у руку олівець за один кінець. На другий його кінець, зверну одягнемо наперсток або дзвоник.

Щоб привести в рух дзвоник, необхідно зрушити з місця олівець. Отже, рух олівця в свою чергу спричиняє коливання дзвоника. Частота рухів олівця викликає відповідні коливання. За таким же принципом працює права рука домриста. Коливальні рухи кисті викликають рухи передпліччя. Чим крупніші коливання кисті, тим більше рухів передпліччя вони викликають. І навпаки, найдрібніші кистьові коливання викликають майже непомітні рухи передпліччя. Цей приклад слід розглядати як прийом густого тремоловання.

Кволе кистьове тремоло, або гра спікато майже не викликають коливань передпліччя. Густе тремоловання здебільшого викликає коливання всієї руки.

3.3. Положення і робота лівої руки

Гриф домри розташовується між великим та вказівним пальцями так, щоб верхня його частина опинилася між основною та нігтьовою фалангами великого пальця. Таким чином, між основою фаланги великого пальця та основою вказівного пальця утворюється вільний простір. Це сприяє гнучкості та вільному

переміщенню руки вздовж грифа. Провалина може бути більшою або меншою, в залежності від довжини пальців. Чим пальці довші, тим вона може бути більшою і навпаки.

Треба слідкувати, щоб великий палець не тиснув на гриф. Цьому може сприяти вільне провисання ліктя. Якщо ж лікоть притискується до тулуба, або навпаки відводиться убік, то це викликає напруження м'язів лівої руки, що в свою чергу негативно позначиться на положенні великого пальця.

Слід зауважити, що «прилипання» великого пальця до грифа залежить також і від внутрішнього стану виконавця. Загальна психофізична скутість здебільшого позначається на великому пальці, який виконує роль регулятора рухливості руки по грифу.

Стосовно розташування великого пальця на грифі під час гри існує кілька думок фахівців. Одні стверджують, що великий палець має бути розташованим навпроти першого, інші ставлять його навпроти третього.

В процесі гри положення великого пальця залежить від конкретних умов. Це і зміна позицій, і розворот долоні, пов'язаний з аплікатурою, і розтягуванням пальців на великих інтервалах, не кажучи вже про гру акордами, коли виникають найнеймовірніші положення великого пальця.

В той же час, за всіх обставин зручності чи незручності аплікатури, головною умовою ігрових рухів апарату все ж лишається вільний стан великого пальця.

При постановці пальців необхідно враховувати їх фізіологічну та функціональну залежність.

Відомо, що найрозвинутіший та найрухоміший палець – вказівний. Він є визначальним у рухах кисті. Найкоротший і найслабкіший – мізинець. Проте, не дивлячись на уявні фізіологічні вади, мізинець бере в грі таку ж саму участь, як і всі інші пальці. Тому порівняння його ролі з використанням фізіологічних особливостей інших пальців вимагає уважного підходу.

Деякі викладачі здійснюють постановку пальців лівої руки, починаючи з мізинця. Якщо поставити вказівний палець у зручне для нього положення на ноту сі (струна ля), то мізинець, дотягуючись до ноти мі, потрапляє в незручне положення, внаслідок чого створюється напруження в пальцях і в самій руці.

Якщо починати постановку з 4-го пальця, то 1-му доведеться брати ноту сі, дещо відтягуючись донизу. І все ж, защемлення більш сильного і вправного вказівного пальця буде набагато меншим, ніж защемлення мізинця.

Для зручності постановки пальців велике значення має положення кистьового суглобу. Найзручнішим положенням кисті слід вважати таке, при якому вона становила б єдину пряму з передпліччям.

Кисть, наближена до грифу, забезпечує найзручніше положення для мізинця. Таким положенням користуються домристи переважно з маленькими руками. Відведення кисті від грифу може викликати зайве напруження в руці.

Найзручніша форма пальців над струнами – напівзігнуте положення. Не слід підіймати їх високо над грифом, але й не потрібно тримати дуже низько. Адже опускання пальців на гриф може супроводжуватись легким розмахом.

Вирішальне значення має пульсуючий характер роботи м'язів, тобто техніка періодичного чергування імпульсів активності та спокою.

Існує чотири способи переміщення пальців на грифі. Це *падаючий*, або вертикальний рух; *боковий*, або горизонтальний; *поперечний* та *доторкувальний*.

Падаючий палець – це основний рух пальців лівої руки. Його послідовне засвоєння сприяє формуванню інших способів руху – горизонтального та поперечного.

При падаючому русі пальці повинні знаходитися над грифом. Використовуючи свою вагу та м'язову активність, вони повинні притискувати струну до появи чистого звука. Треба слідкувати, щоб опускання пальців на гриф не було занадто кволим, це може негативно вплинути на розвиток рухливості пальців. Але й різкого удару допускати не можна.

Опускання та підіймання пальців повинні, бути активними і, разом з тим, пластичними, щоб у їх переміщенні відчувався і внутрішній зв'язок.

Боковий або *горизонтальний* рух – це переміщення пальців вздовж грифа. Засвоєнню цього руху сприяє майстерність миттєвої зміни позицій. Цей спосіб часто застосовується при виконанні хроматичних, діатонічних гам та глісандо.

Поперечний рух – це перестановка пальців з однієї струни на іншу. Досягається він хапальним способом, завдяки здатності пальців до згинання та розгинання першої нігтьової фаланги, при одночасному вольовому русі кисті.

Якщо враховувати відстань від першої до другої струни, то рух кисті буде незначним. Але якщо палець притисне четверту струну, то кисть вигнеться більше.

Поперечні рухи пальців лівої руки широко використовуються при виконанні піццикато та змикування.

Доторкувальний рух – це неповне дотиснення, а точніше, легке доторкування пальців до струн. Найчастіше доторкувальний рух застосовується у виконанні флажолетів.

Отже, розглянувши способи переміщення лівої руки по грифу, слід відмітити, що у виконавській практиці вони не ізольовані, а використовуються в найрізноманітніших співвідношеннях, комплексно.

Домристу слід пам'ятати, що всі переміщення і форми рухів лівої руки, а також установа пальців на середині ладків повинні бути надзвичайно точними і економними.

Неточне попадання, пальця на ладок (притискання струни близьке до металевого поріжка) викликає глухе невиразне звучання, що інколи сприймається як погана якість інструмента. Та справа не в інструменті, а, здебільшого, в недосконалій майстерності виконавця.

Пальці повинні натискати на ладок у тому його місці, де струна дає найбільш повне й чисте звучання.

Удосконалення технічної майстерності неможливе без слухової активності виконавця. До комплексу майстерності відноситься також сила притиску струни до грифа. Недостатній натиск викликає деренчливість звука, через недостатню закріпленість струни. Вібуюча струна б'ється об металевий поріжок і тим викликає зайві призвуки.

Слід пам'ятати, що сила удару по струні впливає на її коливання. Тому при збільшенні гучності звука треба посилювати тиснення. Сила натискування пальців зумовлюється, також ступенем натягнення струни. Чим вище струни над грифом, тим більша сила потрібна для їх натискування.

Однак, зумовлена специфікою інструмента необхідність застосування силових прийомів у техніці лівої руки домриста не повинна спричиняти перенапруження м'язів. Щоб цьому запобігти, слід використовувати відчуття певної, міри ваги руки як засобу переборення супротиву струни. Необхідно виховувати в собі певне психо-моторне відчуття мінімального зусилля для досягнення потрібного звукового і тембрового результату. Важливо, також, опанувати навички контролю роботи м'язів, модифікуючи моменти активності та відпочинку в процесі гри. Завдання полягає в тому, щоб використовувалась така сила тиску на струни, що забезпечує чисте, без призвуків інтонування.

3.4. Роль медіатора в органіці домрового звука

У педагогічній та виконавській практиці домристів інколи доводиться зустрічатись з таким явищем як зневажливе ставлення до власного медіатора. Тут доречно провести паралель між домровим медіатором та скрипковим смичком.

Спостерігаючи за скрипалями, можна збагнути, як вони бережливо ставляться до своїх смичків, постійно слідкуючи за якістю ігрової частини волосу. Існують кваліфіковані фахівці по виготовленню скрипкових смичків. Домристам поки що не доводиться користуватись послугами майстрів по регулюванню якості медіаторів.

Слід відзначити, що на якість звука впливає не тільки якість шліфування медіатора, але й якість матеріалу, з якого він виготовляється, а також його форма та величина. Тому кожний домрист повинен знати техніку заточування та шліфування медіаторів.

Раніше домристи користувалися медіаторами черепаховими та целулоїдними. Останні давали хорошу якість звука, але в процесі роботи швидко втрачали форму, внаслідок затуплення та стирання його робочої частини.

В наш час домристи перейшли на використання синтетичних матеріалів – капрону і поліхлорвінілу. Ці матеріали також зазнають деформації, але в значно меншій мірі, ніж целулоїдні.

При виконанні творів різного характеру домристам необхідно використовувати тонкі й товсті медіатори. Тонкі медіатори дають більш прозоре звучання, ніж товсті. Це не означає, що твори, які за своїм характером вимагають великої сили звука, слід виконувати тонким медіатором. Не треба забувати, що тонкий медіатор еластичний, і при голосному звуковидобуванні може вигинатися, викликаючи зайві призвуки.

Найкраще тонкий медіатор застосовувати в кантилені. Тонкий медіатор краще відчують пальці; ним значно легше грати. Тому початкуючим домристам можна рекомендувати користуватись саме ним.

Гра товстим медіатором викликає певне напруження м'язів; ним трохи тяжче грати. Проте сильний, темброво наповнений звук викликається саме товстим медіатором. Доцільною оптимальною товщиною медіатора є один, або два міліметра. До питання про розмір медіатора необхідно підходити індивідуально. Це залежить, перш за все, від розміру пальців. Чим довші й товщі пальці, тим більшим за розміром повинен бути медіатор. «Для визначення величини медіатора, – вказував М. М. Геліс, – треба врахувати, що його робоча

частина виступає із пальців (до струни) не менше, ніж на 5-7 мм., а широка частина медіатора повинна виходити за третю нігтьову фалангу вказівного пальця, не врізаючись в нього. В ширину медіатор повинен покривати тильну частину нігтьової фаланги великого пальця, не врізаючись в палець, а також злегка виступаючи назовні».

Необхідно обмовитись з приводу тієї версії, де М. М. Геліс стверджує, що широка частина медіатора повинна виходити за третю фалангу вказівного пальця. З нашої точки зору, такий довгий медіатор при грі не буде сприяти зручності.

Виконавська практика показує, що найзручнішою величиною медіатора є така, при якій його довжина відповідає довжині першої і половині другої фаланги вказівного пальця, а ширина дорівнює товщині першої фаланги великого пальця.

Якщо заготовка для медіатора велика, то необхідно наблизити її до потрібного розміру. Виконується це або ножем, або крупним наждачним папером. При цьому треба уважно поставитись до робочої частини медіатора. Не можна дуже закругляти носик медіатора, але й робити його зовсім гострим теж не слід. Якщо ви запитаете, яким все-таки повинен бути носик медіатора – тупим чи гострим, то все ж поняття – гострий буде ближчим до істини, а ніж тупий.

Коли форма медіатора готова, необхідно наждачним папером відточити лопатки біля правого профілю медіатора з одного боку і біля правого профілю з другого боку, тримаючи медіатор носиком до підлоги. Ні за яких умов не робіть цього з лівого боку медіатора.

Таким чином, товщина медіатора ніби перейде в його ширину, згладиться кут між шириною та товщиною. Немає необхідності робити лопатки по всій довжині медіатора, вистачить її робочої довжини.

Тепер можна приступити до шліфування медіатора. Треба зразу попередити, що це дуже трудомістка та копітка робота, що вимагає неабиякого терпіння.

Покладіть на стіл лист наждачного паперу нульового номеру і шляхом: легких рухів шліфуйте профілі медіатора з обох боків. Потім слід відшліфувати лопатки з поступовим переходом до ширини робочої частини медіатора.

Всі рухи при шліфовці повинні виконуватись не в поперек, а вздовж медіатора. Особливу увагу слід приділяти його носику. Не повинно бути хоча б найменшої шорсткості чи зазубринки. На дотик це складно визначити. Здається

всі кути гладкі, а починаєш грати – звук не чистий, з шипінням, десь щось чіпляє.

Ось чому необхідно час від часу пробувати медіатор на струні і прислухатися, в жому місці є шорсткості. Знову точити і знову перевіряти.

Після наждачного паперу медіатор слід шліфувати цупкою тканиною. Знову довго і терпляче з усіх боків та з обов'язковою перевіркою на інструменті.

Якщо медіатор видобуває чистий, прозорий звук – це означає, що він готовий до роботи. В процесі гри медіатор може чіпляти ладки. При цьому його носик з часом знову деформується і дає сиплий звук. Тому медіатор потрібно час від часу дошліфовувати.

Домрист-виконавець повинен використовувати в своїй практиці декілька медіаторів, однаково заточених і ретельно відшліфованих. В процесі гри, при деформації одного медіатора, інший повинен бути готовий до застосування.

На естраді бувають такі випадки, коли термінова заміна медіатора необхідна не тільки перед початком наступного твору, але і в паузах.

Кожний домрист повинен турбуватися про свій медіатор (про свій смичок), про якість звука, про його чистоту та прозорість.

Виконання будь-якого твору скрипучим або сиплим звуком є елементарною неповагою як по відношенню до свого інструмента, так і до слухача.

3.5. Прийоми гри на домрі

Прийоми гри – це рухи пальців та рук для видобування звуків з метою формування характеру звучання інструмента. Використання прийомів звуковидобування спонукає до створення образу засобами даного інструмента, робить виконання виразним.

Історично склалося так, що звуки на домрі в різні часи видобувались різноманітними способами: щипком пальців, різними паличками, пір'ячком птахів, шматочком кори, пластиною з рогівки тварин і т.ін. З часом пошуки виконавців на домрі привели до використання більш зручного знаряддя для видобування звука – плектра (від грецького слова *plectrum*). При грі на домрі його вже давно прийнято називати медіатором (від латинського слова *mediator*), що значить посередник.

Основними прийомами гри на домрі, що видобуваються за допомогою медіатора є: **удар медіатора вниз, удар вгору; щипок медіатора вниз, щипок вгору.**

Для видобування довготривалих звуків на домрі застосовується прийом – тремолювання.

Тремоло – це специфічне звучання, яке утворюється методом частого рівномірного чергування перемінних ударів медіатора. Прийомом тремоло на домрі виконується декілька штрихів, які відрізняються характером атаки витриманого звуку.

Крім основних на домрі застосовуються так звані колористичні прийоми гри.

Піццикато (*pizz.*) Пальцьове видобування звука шляхом щипка. На домрі легко і зручно грати піццикато великим пальцем, але не виключене залучення до цього процесу вказівного та середнього пальців.

Піццикато вказівним пальцем звучить м'яко, ніжно, але його виконання вимагає від домриста певних навичок. Трудність полягає в тому, що рука залишається без опори на мізинець.

Сила й тембр звука при грі піццикато залежить від спрямування пальця по відношенню до струни і грифа, а також від самої маси пальця, що діє на струну.

Вібрато (*vibr.*) Існує вібрато правої руки і вібрато лівої руки. Вібрато правої руки виконується шляхом частого періодичного натискування підставки на деку. Але в силу специфіки інструмента вібрація таким способом викликається в дуже малій мірі, її майже не чути. Тому вібрато, як спосіб звуковидобування на домрі, виконується лівою рукою одночасним натисканням пальця лівої руки на ладок та розгойдуванням струни впоперек грифа.

Гліссандо (*gliss.*) – ковзання пальцем лівої руки з одного ладка на інший у висхідному чи низхідному порядку.

Ковзання. Означає ковзання медіатора по струнах вниз і вгору. Це може бути ковзання як по двох, так і по трьох або чотирьох сусідніх струнах. Сила звука при ковзанні залежить від сили стиснення медіатора, від кута його нахилу та від глибини занурення в струни.

Арпеджіато. Виконується швидким ковзанням медіатора по струнах, або подушечкою великого пальця правої руки. Використовується у виконанні акордів.

Зсмикування. Щипок струни одним із пальців лівої руки. Виконується на всіх струнах, але найяскравіше звучить на струні «мі».

Флажолети. На домрі використовуються натуральні і штучні флажолети.

Натуральні флажолети видобуваються слідуєчим способом: палець лівої руки подушечкою нігтьової фаланги злегка торкається струни точно над верхнім металевим поріжком. Одночасно права рука здійснює щипок медіатором по тій же струні, а палець лівої руки миттєво знімається зі струни.

Найзручніші флажолети на 12, 19, 24, 5 та 7 ладах. Необхідно знати, що натуральні флажолети на 12-му ладку звучать октавою вище відкритої струни, на 5-му та 24-му ладках – двома октавами вище, а на 7-му та 19-му – дуодецимою вище відкритої струни.

Для виконання мелодії або будь-якого звукоряду у виконавській практиці домристів використовуються **штучні** флажолети, що видобуваються двома способами: щипком та тремоло.

Щипок – більш розповсюджений спосіб звуковидобування флажолетів, ніж тремоло, палець лівої руки шільно притискує струну (наприклад на ноті ля другої октави). В цей час права рука змінює своє звичне положення шляхом висунання середнього пальця вперед для того, щоб одночасно зі щипком медіатора по струні середній палець торкнувся цієї ж струни над верхнім металевим поріжком, ладок якого складає октавне звучання потрібного тону. В даному випадку – це 17-й ладок третьої октави.

Щоб флажолет прозвучав якомога яскравіше, необхідно не тільки торкнутись струни середнім пальцем, але й зашипнути її знизу вгору.

Таким чином, рух медіатора вниз та рух середнього пальця вгору над потрібним поріжком складуть зустрічний рух. Іншими словами, зашипнування струни робиться з обох боків. Чим сильнішим буде щипок струни, тим яскравіше прозвучить флажолет.

При виконанні флажолетів на домрі існують деякі зміни в утриманні медіатора, вказівний палець необхідно випрямити і прогнути в першій фаланзі настільки, щоб медіатор посунувся ближче до подушечки вказівного пальця, далі від нігтя. Медіатор, в даному випадку, буде утримуватись краями подушечок великого та вказівного пальців. Положення безіменного пальця та мізинця стає більш подовженим, вони трохи випрямляються.

Флажолети тремоло. Для видобування штучних флажолетів тремоло на домрі використовуються три основні прийоми.

- 1) Візьмемо медіатор великим і середнім пальцями. Вказівний палець в напівзігнутому стані посуваємо вперед.

Палець лівої руки притискує, наприклад, ноту ля другої октави на 5-му ладку. Права рука медіатором та кінчиком вказівного пальця здійснює одночасні паралельні коливальні рухи таким чином, щоб над 17-м поріжком (тобто над ля третьої октави) знаходився не медіатор, а вказівний палець. При цьому сила натискування медіатора на струну не повинна перевищувати силу натискування на неї вказівним пальцем.

- 2) Медіатор утримується великим і вказівним пальцями в місці першого суглобового вигину. При цьому кінчик вказівного пальця спрямовується в середину долоні, а кінчик медіатора в зворотному напрямку.

Таким чином, медіатор буде знаходитись над октавним ладком потрібної ноти, а кінчик вказівного пальця трохи позаду.

Видобуваючи флажолети тремоло цим прийомом, дуже важливо не занурювати медіатор глибоко в струни, а видобувати звук самим його кінчиком.

- 3) Прийом вимагає зміни положення лівої руки і становить її в найнесприятливіші умови.

Пальці лівої руки повністю виносяться на гриф, кисть при цьому набуває опуклої форми, тобто віддаляється від грифа. Великий палець краєм подушечки притискує ноту, а мізинець в цей час дотягується на октавну відстань від заданого тону, легко торкаючись струни точно над металевим поріжком. Права рука тремолоє звичайним способом.

Прийом виконання флажолетів з участю великого пальця лівої руки є зручним, переважно для виконавців з великими руками. У виконавців з малими руками такий прийом може викликати перенапруження м'язів.

Останнім часом в нотній літературі все частіше почали використовувати ефекти тембра та шумові (звукові) ефекти.

Гра на грифі та біля підставки

Звук, який видобувається в різних точках струни, має різне тембральне забарвлення. Найбільш яскравий контраст тембрів проявляється при грі на грифі та біля підставки, а в останньому випадку ми маємо специфічний, досить різкий, швидко згасаючий звук.

Позначається: біля підставки - ***sul ponticello***, на грифі - ***ord.*** Прийоми звучать дуже ефектно, колористично.

Шумові (звукові) ефекти

Не мають певної висоти звучання, підкреслюють ритмічний малюнок даного уривка твору, наслідуючи ударним інструментам:

а) гра за підставкою. Можливо також виконання гліссандо правою рукою (арпеджіо) за підставкою;

б) гра на щитку – стукіт медіатором по щитку домри;

в) гра по затиснутих струнах або бічною частиною медіатора по струнах;

г) ефект шуму вітру, хвиль – домру піднімаємо руками, розгортаємо до себе так, щоб дека перебувала паралельно підлозі; починаємо дути в голосник, шукаємо найкращу точку для отримання більш сильного звуку.

д) гітарний прийом – тамбурин, (*con tamburo*) – виконується сильними ударами середнього пальця правої руки по підставці або трохи лівіше по струнах біля підставки.

Нові прийоми гри, які вперше використовуються у творі для домри-соло Л. Матвійчук «У лісі на світанку», наближено імітують звуки природи: шум вітру, рипіння дерев, спів пташок, стрибки букашок, політ бджіл, спів зозулі і т.ін..

Деякі з них – це (названі автором) ***vimeglic (vitegliss)***. Щоб точніше змалювати звуковими фарбами ефект шуму вітру необхідно медіатор зворотньою стороною піднести до струн «соль» і «ре», вставити його широкою стороною між струнами, прижати якомога щільніше до струн і вести від підставки до голівки інструмента і в зворотньому напрямку. Шумовий ефект створюється саме завдяки обмотці струн, яка чинить опір рухові медіатора.

Гліснор (glispor) – це рух медіатора по порожкам грифа. Медіатор вкладається між пальцями правої руки не звичним способом, а, навпвки, щоб у бік струн була направлена широка його сторона. Сильно притискаємо ребром медіатора до порожків між струнами і швидко ведемо від підставки до голівки грифа і в зворотньому напрямку.

Стакуд (stacud). Виконується таким способом: струну «соль» міцно стискаємо великим і вказівним пальцями правої руки, відтягуємо її від грифа і швидко відпускаємо. Струна б'є по поріжкам і створює імітацію різкого удару.

У творі використовується досить рідкісний ***прийом підтягування струни***. Необхідно з великою силою вдарити медіатором по струні («соль»). Швидко повернути кілок на голівці грифу у лівий бік з тим, щоб струна опустилась на

тон нижче, після цього, таким же чином, підтягнути кілком струну до попереднього стану, намагаючись якомога точніше відновити стрій даної струни. Все це необхідно виконати досить швидко, поки не згасло звучання струни.

Прийоми гри і штрихи тісно взаємопов'язані і постійно перебувають у взаємодії. Через прийом гри і штрихи виконавець наближається до точної передачі змісту твору та його характеру.

3.6. Класифікація та характеристика домрових штрихів

Розвиток техніки правої руки розпочинається із засвоєння елементарних прийомів звуковидобування і далі йде по шляху придбання навичок у виконанні різних штрихів.

Штрих (нім. Strich - лінія, риска) - це спосіб, характер ведення звуку і його забарвлення. Він сприяє виявленню фразування, її кульмінації, динамічної насиченості, ритмічної стрункості, більш повного розкриття глибини смислового значення музичного твору.

Штрихи діляться на тривалі, короткі, окремі, зв'язні, уривчасті, важкі і легкі.

Володіння різноманітними способами звуковидобування і прийомами гри на домрі, використання різних штрихів та їх поєднань – основа виразного виконання. Основні типи штрихів визначилися в практиці гри на струнних смичкових інструментах (перш за все на скрипці), а їх принципи і назви в подальшому були перенесені на інші види виконавства.

Не можна розуміти поняття «штрих» як щось статичне, як поняття чисто інструментальної специфіки.

Штрихи завжди треба пов'язувати з тим чи іншим характером звучання, це, перш за все, звуковиражальні результати певного комплексу технічних прийомів, що об'єднують скоординовані музично-ігрові рухи обох рук.

Штрих завжди несе емоційне навантаження, містить в собі різноманітні відтінки характеру звучання: м'якість, твердість, жорсткість, ніжність, різкість, витонченість, зв'язність, окремість, тощо...Так, наприклад, штрих стакато викличе жорсткий характер звучання, якщо буде виконаний шляхом щільного стискання медіатора та сильного удару по струні з глибоким зануренням його в струну.

М'який щипок кінчиком медіатора по струні викличе ніжний линучий звук і т.ін..

В процесі музикування штрихи обростають безліччю відтінків. У цьому беруть участь і м'язові відчуття, і сила стиснення медіатора, і різновидність удару медіатора. Важливе значення при цьому має тривалість нот, динаміка, характер твору в цілому. Одним словом – виконання штрихів – це складний творчий процес.

В системі домрових штрихів вже накопичено певний досвід їх тлумачення, хоча методичні посібники не позбавлені окремих розбіжностей. Це спричиняє відсутність єдиної системи штрихів та їх позначень.

У практиці українських виконавців на домрі великою популярністю користується Київська школа гри на народних інструментах, заснована професором М. М. Гелісом і продовжена його численними учнями – відомими виконавцями і педагогами.

Отже, розглянемо класифікацію домрових штрихів та способи їх видобування.

В музичній практиці використовуються три основних штриха - це легато, нон легато і стакато, всі інші їх різновиди.

Стакато. Виконується слідуєчим прийомом: удар медіатора вниз, удар медіатора вгору, щипок медіатора вниз, щипок медіатора вгору.

Передумовою удару є замах. Щипок виконується без замаху.

Стакатіссімо – штрих дозволяє отримати ще більш легкі, "відскакуючі" ноти. Звучить дуже коротко і чітко.

Мартель (франц. Martele – карбуючи) – звучить уривчасто, коротко, дуже акцентовано. Для більшої загостреності звучання необхідно пальцям лівої руки міцно прижати струну до ладка і швидко відпустити.

Спікато. Виконується перемінними ударами вниз та вгору. У виконавській практиці домристів застосовуються рухи медіатора, що сходяться й розходяться. М.Т. Лисенко в «Школі гри на 4-х струнній домрі» так характеризує ці рухи: «ті, що сходяться – нагадують два кидка (медіатор) в один центральний бік, ті, що розходяться – нагадують два кидка в різні боки» .

Деташе. Характеризується м'якою атакою звука кожної слідуєчої ноти з короткою цезурою між ними. (по М.М. Гелісу).

Маркато. Відрізняється від деташе активною атакою звука та динамічною рівністю. Зняття нот таке ж активне, як і початок.

Легато. Зв'язне, безперервне тремолювання між окремими звуками. Якість ліги часто залежить від координованості рухів.

Легатіссімо – надає звуку більшу задушевність, співучість, внутрішню насиченість. Звучить дуже зв'язно, витримано, м'яко, співучо; виконується більш активним тремоло, що надає емоційне забарвлення.

Сфорцандо. На відміну від портато, початок звука при сфорцандо виконується різко. Продовження звучання залежить від загальної динаміки, тривалості ноти і характеру твору.

Нон легато – штрих, при якому кожен звук повинен звучати окремо при грі безперервним тремоло. Нон легато позначається рисою над або під нотою, але при цьому вони об'єднані спільною лігою.

Легато леджієро – звучить витримано, легко. Виконується ударами вниз або вгору, але пальці лівої руки дотримують тривалість кожної ноти на ладах.

Легато акцент – звучить витримано, акцентовано. Виконується на тремоло, при цьому кожна нота береться з замахом.

Легато акценті ссімо – звучить витримано, дуже акцентовано. Виконується безперервним тремоло, на фоні якого кожна наступна нота виконується з великим замахом.

Тенуто – витримано, виконується прийомом тремоло на кожен ноту, але відрізняється тим, що при цьому штриху гранично повно витримується тривалість, рівно за силою звучання (без підкреслення початку). Позначається рисою над або під нотою словом tenuto (скорочено ten.).

Портато. Видобувається безперервним тремолюванням, але, на відміну від легато, кожний тон підкреслюється окремим поштовхом.

Завершуючи розділ необхідно обмовитись з того приводу, що серед домристів різних країн ще не напрацьована єдина система штрихових позначок. Класифікація домрових штрихів запозичена (в основному) з практики струнно-смічкових інструментів та гітари, але цей факт не може стати перетином для наближення виконавця до передачі характеру твору та його змісту, що передаються шляхом використання того переліку прийомів звуковидобування та штрихів, які існують на сьогоднішній день.

Розділ IV. Координація музично-ігрових рухів у штриховій техніці домриста

4.1. Музично-ігрові рухи правої руки

До ігрових навичок правої руки належать різноманітні засоби звуковидобування, володіння медіатором, виконання штрихів, динамічних та тембрових відтінків. Вільна орієнтація в струнах є кінцевою метою, до якої повинен прагнути домрист.

Набуття ігрових навичок потребує логічної послідовності в їх засвоєнні і накопиченні. Кожна нова навичка повинна базуватися на попередніх, засвоєних раніше, як передумові подальшого розширення техніки.

Так, спочатку засвоюються основні прийоми гри, і лише після цього розпочинається вирішення більш складних завдань. Засвоєння навичок гри на двох сусідніх струнах, а потім і через струну – є першим серйозним кроком на шляху до професіоналізму.

В додатку до цього розділу розглядаються вправи, які сприяють розвитку техніки правої руки. Це вправи на засвоєння східних та розхідних рухів медіатора, а, також, вправи на придбання навичок у виконанні тремолоючих прийомів.

Всі вправи повинні виконуватись свідомо, не механічно. Учневі треба контролювати чергування вузьких та широких кистьових рухів, акуратного перенесення передпліччя, кисті та медіатора над струною.

Вправи слід виконувати декілька разів, з аналогічним перенесенням на інші струни. Виконуючи вправи учень повинен слідкувати за станом м'язів та раціональним зануренням медіатора в струни.

На певному етапі навчання необхідно використовувати ті чи інші вправи шляхом їх спрощення або ускладнення. Не слід грати всі вправи відразу. Досить зіграти одну чи дві, але слід обов'язково домогтися високого якісного звучання. Необхідно слідкувати за рівністю виконання того чи іншого штриха з тим, щоб удари вниз та вгору не відрізнялися за силою.

Набуття навичок у виконанні штрихів дета́ше, маркато, портато, сфорцандо йде шляхом гри гам та тетраходів.

Штрих легато потребує особливого підходу. Оволодіння навичками у його виконанні вимагає тривалого часу старанної, копіткої праці. Головною умовою у вирішенні цієї проблеми є активне включення слуху. Ніяких машинальних, неусвідомлених рухів не повинно бути.

Спершу, учневі необхідно працювати над зв'язуванням кількох звуків на одній струні, без переносу руки в іншу позицію, наприклад:



Необхідною умовою досягнення мети тут є безперервність тремоловання. Та, якщо прислухатися, то навіть у такій простій вправі, на початку кожної наступної ноти будуть відчутні легкі поштовхи. Такі поштовхи проявляються з більшою силою при перенесенні руки в іншу позицію.



Значну роль в цьому випадку відіграє психологічний фактор. Перенесення лівої руки вздовж грифа потребує стрибка, котрий інтуїтивно викликає внутрішній рефлекс миттєвого напруження м'язів правої руки. Рука здригається, і перший удар в тремолоючому звуці мимоволі виходить акцентованим. Тому необхідно навчитися пом'якшувати медіатором атаку слідуючої ноти, відразу ж повертаючись до потрібної сили звука.

В даному випадку, при переході від до-дієз до ре, коли ліва рука пересувається по грифу з 2-го пальця на 1-й, права рука повинна послабити тремоловання, прагнучи ніби пом'якшити початок звука ре. Робиться це шляхом послаблення натиску на медіатор та його часткового виведення із струн.

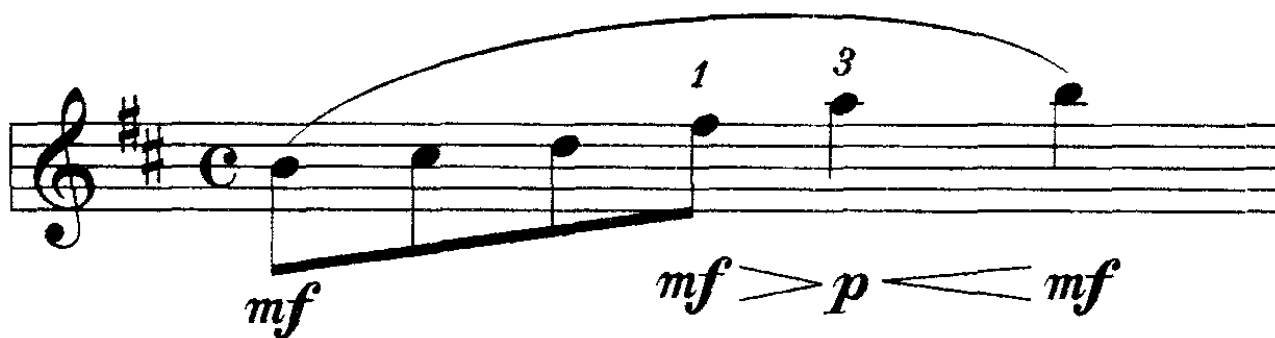
Якщо таке пом'якшення буде виконане кінчиком медіатора при густому тремолюванні – успіх забезпечений. Перехід з позиції в позицію не позначиться на якості виконання легато. Звичайно, це треба зробити вправно. На тлі рівного густого тремоло ці пом'якшення не будуть помітні.

Така пристосованість виконавського апарату в органічному поєднанні з активним слуховим керуванням складають основу майстерності гри на домрі. За такої ж умови досягається і вправність у виконанні стрибків з однієї позиції в іншу.



Стрибок лівої руки через три ладки викликає помітнішу напругу, ніж при перенесенні руки на сусідню ступінь ладу. Що ж робити, щоб при переході з ре на фа не порушилась м'якість та цілісність зв'язку? В цьому випадку самого лише пом'якшення початку фа# буде замало. Тому, що ре є відправною точкою перед стрибком і це може викликати підсилення тремоло наприкінці звука. Таким чином, умовний трамплін провокує руку на непомірний ривок, що знову ж таки викличе недоцільну реакцію в правій руці і в результаті порушиться кантиленність зв'язку. Тому, в подібних випадках, коли ліва рука здійснює стрибок через один, два або три ладки, домристу необхідно пом'якшувати закінчення ре і ще більше пом'якшити початок фа#. Робиться це вище описаним прийомом.

Якщо перенести цю фразу на динамічну мову, то вийде таке нюансування:



Так само виконується й легато на двох сусідніх струнах. Але тут виникають нові труднощі. Кожна струна має своє оригінальне темброве звучання. Як зробити, щоб не перервався зв'язок при виконанні легато і різниця в тембрах не була б занадто відчутною?

Візьмемо для прикладу струни ре і ля.



У наведеному прикладі перехідними звуками є «сі-бемоль» на струні ре та «ре» на струні ля. Тут виникає складність переносу руки зі струни на струну.

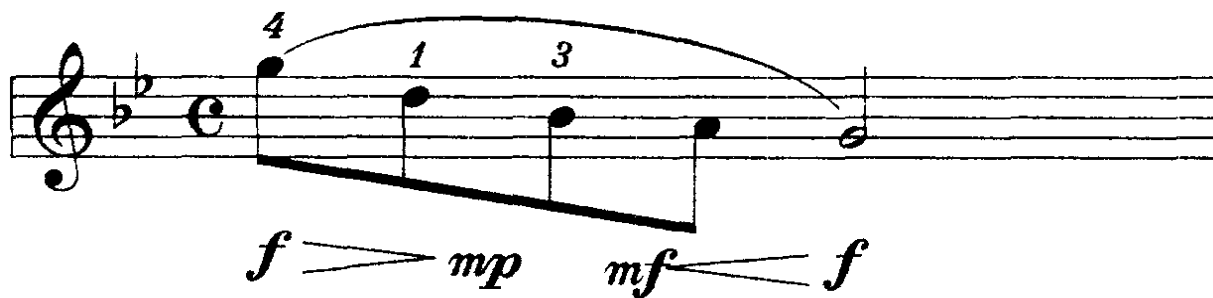
Це зробити слід так, щоб:

- а) передпліччя швидко, але обережно, без зайвого напруження опустилося;
- б) пом'якшення звучання з відчуттям різниці тембру струн.

Струна ля у порівнянні зі струною ре дає більш різке та сильне звучання. Тому, силу тиску на медіатор та глибину його в струнах треба розподілити так, щоб сі-бемоль у співвідношенні з ре не була занадто глухою. І навпаки, – ре у співвідношенні з сі-бемоль не була надто яскравою.

Відрізок мелодії на струні ре слід грати голосніше, не пом'якшуючи сі-бемоль а при переході на струну ля пом'якшити ре так, щоб цей тон у динамічному відношенні відповідав звучанню ноти сі-бемоль. Це буде сприяти логічності мелодичного зв'язку та пом'якшенню тембрової різниці.

Такого ж принципу треба дотримуватись і при переході зі струни ля на струну ре. Тільки вже навпаки: закінчення ноти ре пом'якшити до уявного динамічного звучання сі-бемоль.



Досконалості виконання легато сприяє мобільна рухливість лівої руки домриста, вправність володіння зміною позицій, але про це розмова буде пізніше.

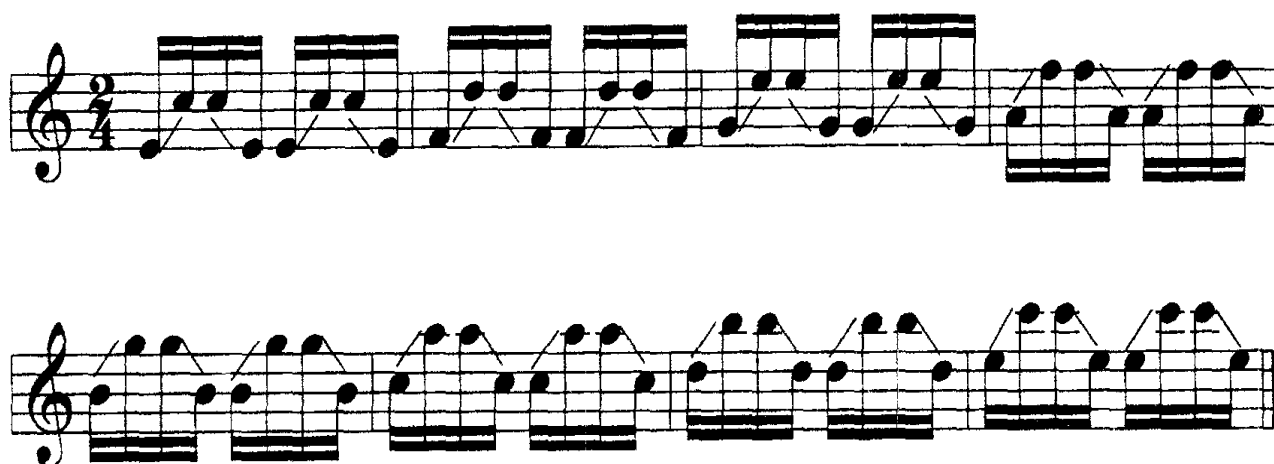
Багаторічний досвід домрової виконавської практики показує, що ведучою й спрямовуючою в усіх рухах домриста є права рука. Саме від неї залежить якість звуку, сила нюансування і координованість усіх музично-ігрових рухів виконавця-артиста в цілому.

Крім вправ для розвитку техніки правої руки домриста у додатку розміщені, також, вправи для набуття навичок у виконанні прийому ковзання та використанні флажолетів.

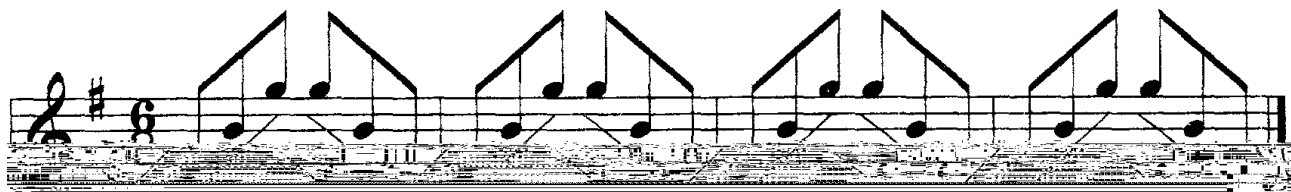
Ковзання

Розглянемо вправи:

Ковзання по двох струнах з рухом медіатора вниз та вгору.



Ковзання по трьох струнах.



Ковзання по чотирьох струнах.



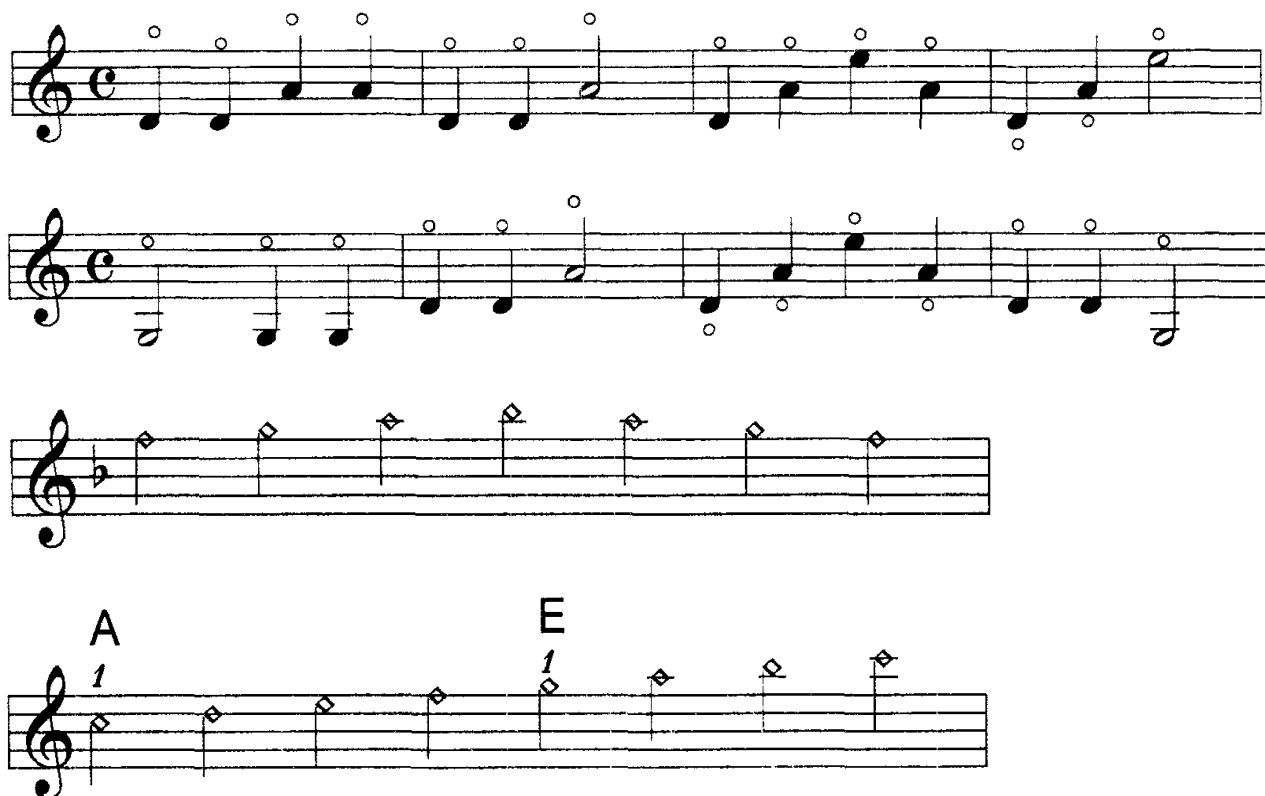
Всі ці вправи слід виконувати шляхом сильного тиснення медіатора на перший тон на початку ритмічної групи вниз та на перший тон другої ритмічної групи вгору. Останні гармонічні звуки виконуються більш розслабленим натисканням на медіатор.



У попередній вправі один і той самий текст можна виконувати двома способами:

- а) два звука вниз, два – вгору;
- б) три звука вниз, один – вгору.

Стосовно придбання навичок у виконанні флажолетів можна запропонувати прості вправи, над якими слід працювати вже в початкових класах ДМШ.



У виконанні флажолетів слід домагатися чистого прозорого звучання. Це буде залежати від вправності щипка медіатора по струні та від точності розташування середнього пальця над поріжком.

4.2. Музично-ігрові навички лівої руки

До музично-ігрових навичок лівої руки слід віднести всі рухи пальців, кисті та руки в цілому, м'язові відчуття необхідної сили натиску пальців на ладки, вільне володіння зміною позицій, вміння не підіймати пальці високо над грифом, виконання малих та великих стрибків з точним попаданням на певний ладок, гра, так званих, подвійних нот та акордів, глісандо, зсмикування, гра у високому регістрі.

До навичок, слід також віднести економність енергії, загальну координованість рухів, як поміж собою, в межах однієї і обох рук, так і по відношенню до мускульної енергії та емоційного збудження.

Першочерговою у техніці лівої руки домриста є вправність переходів із позиції в позицію.

Як відомо, ліва рука домриста може займати різні положення вздовж грифа. Таке положення лівої руки, яка забезпечує виконання звукоряду без зміщення руки, зветься позицією. Це саме можна виразити іншими словами.

Позиція – це положення руки на грифі, що визначається співвідношенням першого та великого пальців і дозволяє виконувати задану послідовність звуків, не зрушуючи руки з місця.

Першою позицією називається таке положення лівої руки на грифі, при якому перший палець бере ноту на ступінь вище відкритої струни.

Друга позиція на ступінь вище першої, третя на ступінь вище другої і т.д. Всього на домрі дванадцять позицій, але найбільш уживаніших сім.

Проміжні півтони поміж двома суміжними позиціями називаються напівпозиціями. Відмінність між позицією та напівпозицією визначає тональність.

Зміна позицій на грифі відбувається за допомогою:

- а) переміщення одного й того ж пальця;
- б) переміщення одного пальця з подальшим натискуванням на струну іншого, що знаходиться нижче або вище;
- в) звуження відстані між пальцями;
- г) розширення відстані між пальцями;
- д) переміщення руки під час звучання відкритої струни.

Всю техніку лівої руки умовно можна поділити на різновиди рухів. Але ці рухи ніколи не здійснюються ізольовано один від одного. Ліва рука домриста діє під час гри як єдиний, злагоджений апарат. Тому, не дивлячись на необхідність детального аналізу окремих рухів руки та пальців, треба пам'ятати, що вони знаходяться у безперервному взаємозв'язку, обумовлюють один одного, забезпечують пальцям найбільшу зручність у їх роботі.

В основі техніки зміни позицій лежить цілісний рух руки, причому зміни співвідношення рухомості різних частин руки не є однакові. Так стрибки на далекі відстані здійснюються цілісною рукою, при цьому кисть іде слідом; стрибки на короткі відстані потребують мінімальних рухів.

Виконуючи довгі пасажі від низу до верхньої точки, рука змінює позиції швидко, миттєво; слідкуємо за тим, щоб великий палець знаходився на своєму звичному місці, не залишаючись позаду, інакше він буде гальмувати рух руки. Найчастіше це трапляється тоді, коли великий палець надмірно притиснутий до грифа.

Щоб примусити руку вільно рухатись по грифу, дотримуючись стабільного положення великого пальця, необхідно пограти гаму у висхідному та низхідному напрямку на будь-якій струні по черзі: першим, другим, третім та четвертим пальцями.

Для прикладу візьмемо виконання гами мі-мажор на струні ре.



Тут необхідно слідкувати за тим, щоб палець швидко і якомога точніше занурювався в ладок, не чіпляючи металевого поріжка. Культура в зміні позицій на домрі є невід'ємною складовою частиною культури ритмо-інтонування, технічної стабільності та чистоти звучання інструмента.

При виконанні гам необхідно уникати зайвого напруження того пальця, який останнім торкається струни в попередній позиції, в ту ж мить зосередивши увагу на активності та швидкості руху в нову позицію.

Наступні умови, яких слід дотримуватись при грі гами – це повне дотискування подушечками пальців на ладки, не скорочуючи при цьому тривалостей звуків перед зміною позицій. Інакше кажучи, дотримуватись ліги, безперервної зв'язності звучання сусідніх тонів.

Ще ретельніше слід дотримуватись цих умов при зміні позицій з перемінною аплікатурою.



В першій вправі зміна позиції відбувається після другого пальця у висхідній послідовності та після першого пальця у низхідній; у другій вправі – після третього пальця у висхідному напрямку та після першого у низхідному.

Звичайно, при переході в іншу позицію, як, наприклад, у першій вправі, виникає тенденція відпустити другий палець якомога швидше, щоб встигнути перенести руку та поставити перший палець на наступний ладок. При цьому не порушується ритм та зв'язність звучання.

У стрибках на далекі інтервали ця проблема постає ще з більшою гостротою.

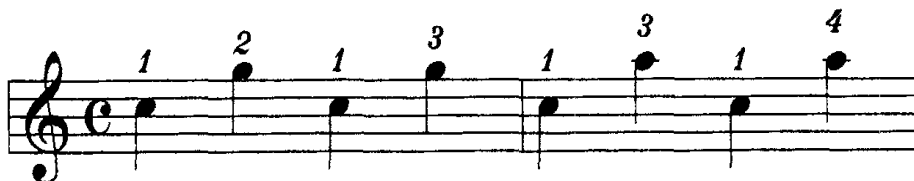
Для відпрацювання зв'язності звуків при зміні позицій, педагог може довільно підібрати вправи, які, також, запропоновані у додатку.

Ось деякі з них.

Кидок з першого на перший палець.



Кидок з першого на другий, або з першого на третій, четвертий палець.



Те ж саме пропонується виконати в зворотньому напрямку.



Вправи на перенесення руки з одного пальця на інший (з меншого на більший та навпаки, з більшого на менший).

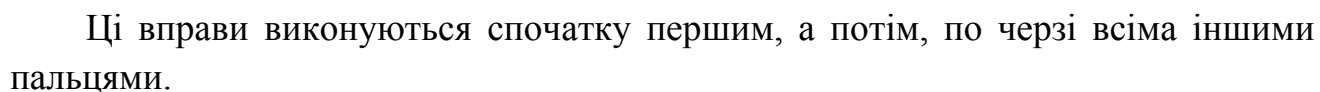
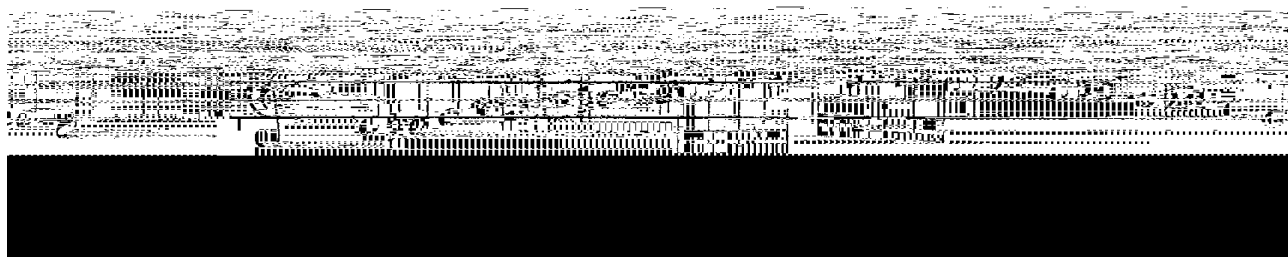


У роботі над подібними вправами, спершу доцільно використовувати рівні тривалості, а потім перейти до скорочення першої ноти та подовження другої, давши тим самим час осмислення і підготовки до нового стрибка.



Вправи на поступове збільшення інтервалу стрибка.



[illegible]

The first exercise is written on a treble clef staff in C major. It consists of a sequence of notes: C4 (finger 1), D4 (finger 2), E4 (finger 1), F4 (finger 3), G4 (finger 1), A4 (finger 4), B4 (finger 1), and C5 (finger 3). The notes are beamed together in pairs: (C4, D4), (E4, F4), (G4, A4), and (B4, C5).

Ритм у вправах можна варіювати так само, як і струни, на яких вони виконуються, щоб досягти оптимального відчуття по всьому грифу.

Вправи на зміну позицій з однієї струни на іншу.



Не можна забувати про необхідність пильно слідкувати за витриманням тривалості звука перед зміною позиції.

В таких вправах відбувається не тільки пересування руки вздовж грифа, але й змінюється її положення від горизонтального у напрямку до вертикального. Тут необхідно вміти змінити положення кисті лівої руки, ніби відкинувши її трохи назад та спрямувати перший палець на потрібний ладок.

Таким чином, наведені вправи сприяють виробленню навичок горизонтально-вертикальних рухів руки й кисті одночасно.

У наступній вправі відбувається горизонтально-вертикальний рух руки та кидок кисті зі струни мі на струну ре. При цьому, кисть у суглобі ледь-ледь прогинається, що надає можливість пальцям залишатися в тому положенні, в якому вони були на струні мі.



Цю вправу можна виконувати третім та четвертим пальцями. Таким чином, виконавець поставить перед собою подвійне завдання: зміна позицій через дві струни та зміцнення четвертого пальця, що й є змістом наступного підрозділу.

Зміцнення четвертого пальця

Зміцнення четвертого пальця є запорукою чіткої, швидкої та чистої техніки домриста.

Коли учень грає гаму у висхідному порядку з використанням відкритих струн, то все виходить горазд. В низхідному ж напрямку за участю мізинця, у більшості випадків, виникають складності. Мізинець часто знаходиться під грифом. Учень з трудом добуває його звідти. Потім незграбно кладе, саме кладе, а не ставить його на ладок, напружуючи при цьому м'язи.

Дуже часто спостерігається недосконале володіння четвертим пальцем не тільки учнями музичних шкіл, а й музичних училищ. Це говорить про те, що на протязі перших років навчання розвитку цього пальця приділялось мало уваги.

До питання про розвиток рухових навичок четвертого пальця необхідно підходити вже в початковий період навчання і з усією серйозністю.

Вправи слід підбирати з урахуванням індивідуальної будови пальців лівої руки. Може бути таке, що одному учневі вправа принесе користь, а в іншого викличе напруження м'язів. Для прикладу розглянемо вправи, які практикують всі домристи, як початківці, так і професіонали.



Ці вправи припускають досить широке розміщення пальців на грифі, яке для початківця може бути не під силу. Розтяжка пальців може викликати надмірне напруження м'язів, тому подібні вправи доцільно виконувати на більш високих ладках, там, де менша мензура.



Для розвитку взаємозв'язку третього та четвертого пальців можна практикувати таку вправу.



В цьому випадку акцент буде припадати на фа-дієз. Це означає, що особлива увага буде приділятися вже не мізинцю, а підмізинцю, що знизить ефективність у досягненні поставленої мети. Тому, вправи з акцентом на соль принесуть більше користі.

Коли рука стане вільно виконувати потрібні завдання у високих позиціях, тоді можна буде переносити всі ці вправи у більш низькі позиції.

Помилки, що спостерігаються при виконанні таких вправ виникають через невправне володіння третім та четвертим пальцями. Хибним є те, що третій палець після натискання на ладок відразу ж підіймається, а четвертий ховається під гриф, або віддаляється від нього. Третього пальця ні в якому разі не можна забирати з ладка. Його потрібно призупинити на фа-дієз, а мізинець то опускати на ладок, то піднімати.

При цьому необхідно привчити його не віддалятися від грифа. Вся увага повинна бути зосереджена не на піднятті пальця над грифом, а на хапальному характері роботи нігтьової фаланги. Тоді не виникне проблема високого піднімання пальця над грифом, яке ускладнює його рухливість.

Таким чином, третій палець, затримавшись на фа-дієз, тим самим втримає четвертий палець і не дасть йому можливості опинитися під грифом. Разом з тим буде забезпечене злиття між звуками фа-дієз та соль.

Вправи для оволодіння гри мізинцем після першого, другого та третього пальців.



Вправи зі стрибками на четвертий палець.



Для чистого звучання необхідно слідкувати за тим, щоб мізинець попадав не на поріжок, а саме на ладок і притискував палець з потрібною силою.

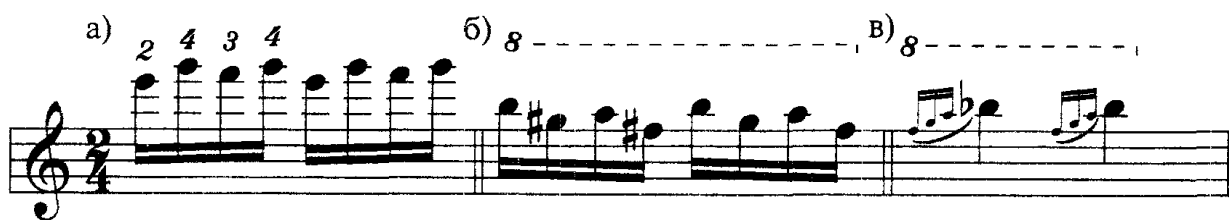
Наступна вправа для відпрацювання стабільного положення мізинця.



Вправи на різних струнах.

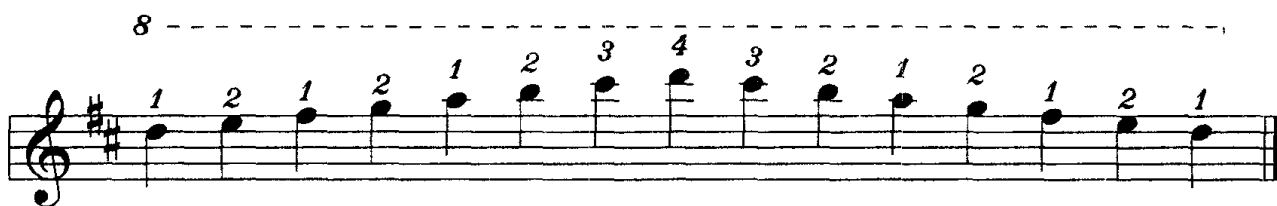


Вправа для роботи четвертого пальця у високому регістрі, де вимагається велика сила натискання мізинця на ладок.

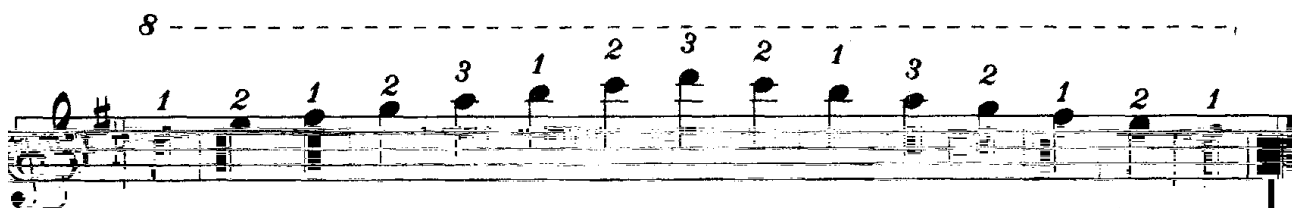
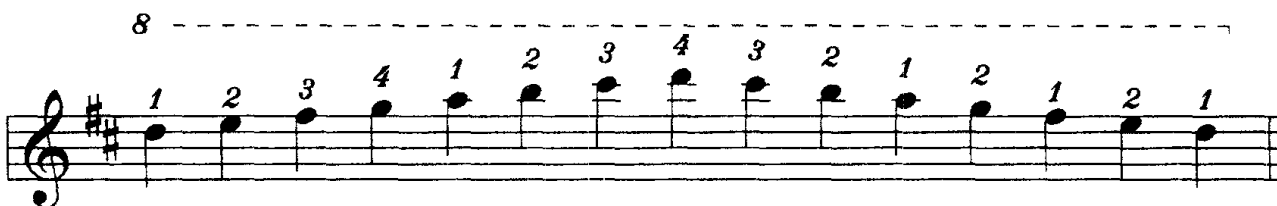


Вправам у високому регістрі треба приділяти постійну увагу. Багато домристів грають на високих ладках нечисто тому, що більшість основних технічних навичок набувається в середньому регістрі. Не завжди враховується специфіка техніки, гри у високому регістрі. Адже звуження ладків вимагає особливої уваги до точності установа пальців на ладки, щоб не зачіпляти краями подушечок металевих поріжків. Крім того, палець необхідно ставити на найвужчу частину подушечки пальця, глибоко занурюючи його в ладок. Натиск, як вже говорилося, повинен бути сильнішим, ніж звичайно.

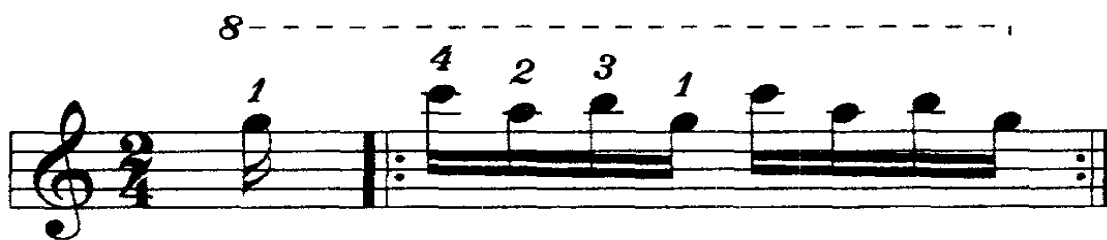
Корисною в цьому випадку буде виконання гами Ре-мажор на струні мі.



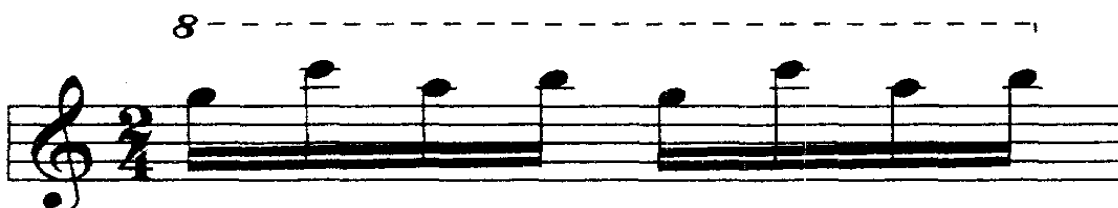
Бажано варіювати аплікатуру гам.



Наступні вправи сприяють зміцненню четвертого пальця.



Цю вправу можна було б записати інакше,



але тоді ми відійдемо від головної мети. Весь сенс вправи полягає в тому, щоб нота, яка береться мізинцем, була на сильній долі і виконувалась як опорна. В іншому разі акцент припадає на соль, що береться першим пальцем, і природньо, увага домриста буде відвернута від четвертого пальця.

Вправи на різні аплікатурні варіанти у високому регістрі з акцентуванням сильної долі.



Вправа на переміщення четвертого пальця з одного ладка на інший.

Таке переміщення мізинця часто використовується в заключних пасажах, як технічний засіб підкресленого завершення кадансу.

4.3. Розвиток пасажної техніки

Розвитку пасажної техніки можуть послужити варіанти хроматичних послідовностей з різноманітною аплікатурою.

Чергування двох пальців.



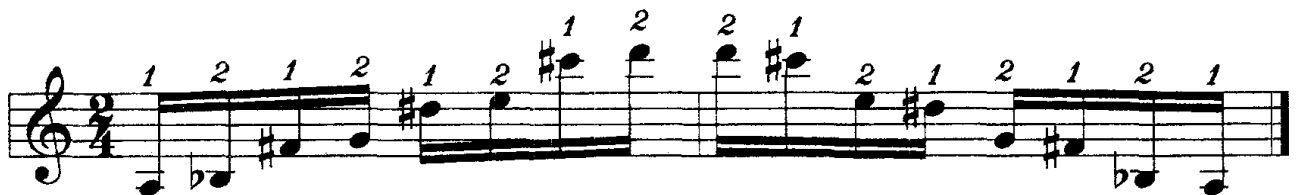
Чергування трьох пальців.



Чергування чотирьох пальців.



Схожі вправи, але з перенесенням кожної ритмічної групи на іншу струну.



Слід виконувати не тільки першим та другим пальцями, а й другим та третім, третім та четвертим пальцями.

Наступна вправа виконується більш широким розміщенням пальців в такому ж порядку: 1-2, 2-3, 3-4.



Хроматичні послідовності на двох сусідніх струнах з переміщенням четвертого пальця.



Хроматичні послідовності на трьох сусідніх струнах, спочатку 1,2,3 пальцями, а потім 2,3,4 пальцями.



Більшу складність становлять так звані ломані пасажі. У наступному прикладі найбільше навантаження і незручність припадають на четвертий палець.



Вже під час гри другої ноти в ритмічній групі слід злегка підняти руку вище по грифу з одночасним підтягненням четвертого пальця до потрібного ладка. Невелика опора на нотах ля та ре буде сприяти точному натисненню мізинця на ладок.

Кілька прикладів ламаних пасажів.



Остання вправа поєднує в собі вирішення кількох проблем:

- а) придбання навичок у виконанні ламаних пасажів;
- б) зміна позицій;
- в) зміцнення четвертого пальця;
- г) стрибок четвертого пальця у віддалену позицію.

Як бачимо, кожна вправа поєднує в собі не один, а два або й кілька технічних елементів, що відіграють важливу роль в досягненні комплексу віртуозності різноманітних рухів, які проявляються в суб'єктивному стані

легкості, спритності, зручності та у повній відсутності перенапружень при виконанні тих чи інших музично-художніх завдань.

Матеріалом для роботи над придбанням рухових навичок та розвитку різних елементів техніки домриста, окрім вправ служать, також гами, арпеджіо, етюди.

Кропітка робота над гами та арпеджіо допомагає набути низку таких технічних навичок:

- а) створює спритність та легкість пасажної техніки;
- б) дозволяє зробити вибір раціональної аплікатури;
- в) сприяє зкоординованості обох рук;
- г) сприяє розширенню штрихової палітри та нюансів з застосуванням різноманітних способів звуковидобування.

Кінцевим результатом вивчення гам та арпеджіо повинно стати цілком вільне та легке їх виконання у будь-яких темпах, в різноманітних ритмах та штрихах. На вправах, гамах та арпеджіо засвоюються всі основні музично-ігрові навички, взаємодія всіх частин рук та координація рухів. Розвивається фізична витривалість та пристосованість всього рухового апарату до інструмента.

Як допоміжній засіб, спрямований на активізацію виконавського мислення, застосовуються, так звані, уявні вправи. Замість того, щоб здійснити рух фізично, його виконують спочатку в уяві.

Якщо попередньо була пророблена достатня кількість таких вправ, то відповідні рухові центри настільки стають культивованими до цих вправ, що при уявленні вони викликатимуть ті ж рухи, які здійснювалися фізично.

Таким чином, уявні вправи є своєрідним тренуванням рухових центрів, для підтримки в них того стану, який необхідний для правильного здійснення відповідних рухів.

Уявні вправи застосовуються у таких випадках:

- при потребі підтримки раніше вироблених навичок;
- при освоєнні нових навичок;
- для вдосконалення навичок, котрі лише фізичними вправами вже не поліпшуються.

Уявні вправи спираються на уявлення зорових образів і відчуття рухів.

Розучування музичних творів в уяві, тобто без інструмента, стимулює розвиток культури рухів та удосконалення внутрішнього музичного слуху.

4.4. Аплікатура

Аплікатура – це порядок переміщення пальців на музичному інструменті для видобування звуків різної висоти.

Не можна розуміти під аплікатурою лише зручне розміщення пальців на грифі, хоча й цей момент є одним із найважливіших.

Аплікатура є засобом виконання артикуляційних, штрихових та інших художньо-смыслових завдань, засобом інтерпретації, з'єднуючою ланкою між композиторським задумом та раціональними реалізуючими музично-ігровими рухами виконавця.

У виборі аплікатури завжди треба виходити з її художньої доцільності та зручності. Поряд з художніми вимогами при виборі аплікатури необхідно мати на увазі і конкретну специфіку інструмента та особливості будови руки виконавця.

Існує три основні види домрової аплікатури: *діатонічна, звужена та розширена*.

Діатонічна аплікатура оснований на середньому положенні пальців лівої руки. При такій аплікатурі легко виконати діатонічний звукоряд в межах кварта з усіма хроматичними змінами основних ступенів. Таке розташування забезпечує пальцевим рухам точність, дозволяє зберігати на протязі значного відрізка часу відчуття нормальної працездатності лівої руки.

В цьому положенні м'язи, котрі приводять пальці в рух, докладають мінімальну кількість енергії. Така аплікатура під силу кожному виконавцеві, незалежно від розміру руки.

В основі діатонічної аплікатури лежить принцип: кожному ступеню відповідає окремий палець. Але існує й виняток, коли звукоряд в межах кварта, що складається з п'яти нот, виконується шляхом переміщення одного й того ж пальця.



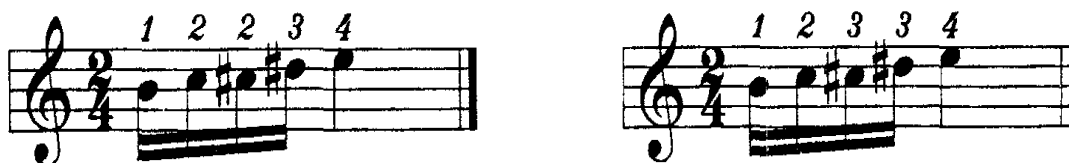
В наведеному прикладі найзручнішим буде переміщення першого пальця з Ре на Ре-діз.

Між Фа-дізом та Соль також півтон, але переміщення мізинця, в даному випадку викличе незручність, яка полягає в розтягненні 3 та 4-го пальців. Якби цей звукоряд розглядався як вид аплікатури на скрипці, тоді ковзання 4-го пальця було б можливим.

Справа в тому, що скрипкова аплікатура не завжди зручна домристові. Скрипалі у півтоновій грі частіше користуються переміщенням 4-го пальця, а домристам через поріжок зручніше переміщувати 1-й палець.

Такий чином, вся суть цієї аплікатури закладена у відсутності ладків у перших та їх наявності у других.

Звичайно, зустрічаються виняткові випадки, коли необхідно пере-містити лише мізинець. Але все ж зручнішим для домристів вважається переміщення на півтон сильних - 1-го, 2-го або 3-го пальців.



При звуженій аплікатурі відстань між 1-м та 4-м пальцями складають інтервал великої або малої терцій. Відстань між пальцями півтонова.

Розширена аплікатура надає можливість брати між 1-м та 4-м пальцями інтервали більші за кварту. Ця аплікатура використовується переважно у високому регістрі. В низькому ж регістрі вона призводить до розтягування пальців, що спричиняє швидке стомлення руки. Через це, в низькому регістрі найчастіше використовуються аплікатурні прийоми, засновані на зміні позицій.

До них відносяться:

- а) ритмічна аплікатура, за якої зміна позиції припадає на опорний тон;
- б) підміна пальця на повторюваних звуках;



- в) переміщення одного з пальців на півтона.



Це переміщення дає економію рухів лівої руки;

- г) використання 1-го пальця при переході з низьких позицій у високі.

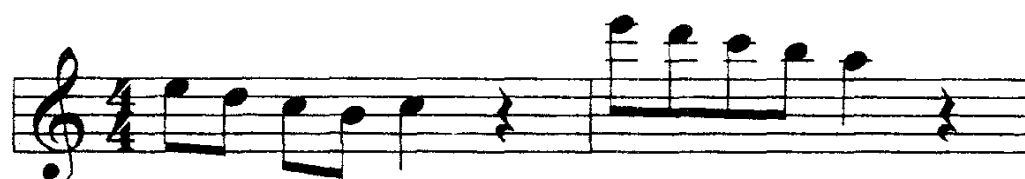


Не дивлячись на те, що при переході на перший палець інтервал стрибка збільшується, все ж такий спосіб доцільний з точки зору зручності, тому що 1-й палець є найбільш вправним і найточнішим у рухах;

- д) використання відкритих струн;



- є) використання пауз та цезур.



Аплікатура у виконанні інтервалів та акордів

Аплікатура інтервалів та акордів на домрі визначається з урахуванням розміру руки виконавця. Її парадоксальність полягає в тому, що секста й кварта беруться однаково вільно і в низькому, і у високому регістрах, а вужчий інтервал – терція потребує більшого розтягування пальців. Найбільшого розтягнення вимагають секунда та октава.

В низькому регістрі секунди можуть викликати напруження не тільки пальців, а й усієї руки. Тому домристам, які мають невеликі руки, таких місць краще уникати.

Якщо уявити аплікатурну систему інтервалів, то вона буде виглядати так: октави та секунди натискаються 1-м та 4-м пальцями; терція – 1-3, або 2-4;

- кварта натискається двома сусідніми пальцями: 2-1, 3-2, 4-3;

- квінта – натиском одного пальця на ладок (спосіб малого баре), або двома сусідніми пальцями, натискаючими одночасно на один ладок.

Це залежить від довжини та гнучкості пальців, а також від ширини подушечок. Якщо подушечка пальця вільно захоплює дві струни на одному ладку, то з аплікатурою в цьому випадку проблеми не виникають.

Розглядаючи аплікатуру інтервалів, необхідно брати до уваги можливість з'єднання інтервалів. Часто бувають такі терції, котрі в поєднанні з іншими інтервалами зручніше зіграти 1-м та 4-м пальцями.

В музичних творах зустрічаються такі моменти, коли октаву, що з'єднується з іншими інтервалами, необхідно взяти 1-3 пальцями, хоча таку здатність має не кожний виконавець.

Винятки та різні аплікатурні комбінації інтервалів зустрічаються часто. До них треба підходити з урахуванням індивідуальних особливостей апарату виконавця.

Таким чином, у виборі аплікатури інтервалів на домрі слід враховувати специфіку інструмента, будову руки виконавця, та художньо-сміслові завдання виконуваного твору.

Більш складною є проблема аплікатури в акордах. Тут можуть виникати всілякі варіанти, у яких беруть участь три, або чотири пальці, в залежності від застосування способу малого баре.



Найзручніше взяти цей акорд вказаною аплікатурою. Проте, для окремих виконавців можуть бути зручнішими інші комбінації пальців.



В деяких акордах можна використовувати спосіб великого баре, при якому один палець, найчастіше 1-й, кладеться відразу на всі чотири струни. Не є винятком і застосування в акордовій техніці великого пальця. Його зручно використовувати в акордах, що потребують широкого розтягнення інших пальців.

Формування техніки виконання інтервалів та акордів вимагає особливої уваги. При їх виконанні, кисть лівої руки необхідно підняти над грифом вище, щоб пальці були в положенні дуги над струнами. Це необхідно для того, щоб палець, який тисне на нижню струну, не зачіпляв верхньої струни й тим самим не приглушував її звучання. Якісне виконання інтервалів вимагає дуже точного та глибокого занурення пальців в ладки.

Те ж саме стосується виконання акордів, але тут виникає особлива складність з використанням малого баре. Один палець повинен лягти на струни, а два інші повинні притискувати струни до ладків якомога вище, щоб не заглушати звучання верхніх струн.

Велика роль у виконанні акордів відводиться правій руці, зокрема, медіатору. Виконавець повинен прислухатись, як у даному акорді прозвучав мелодійний голос. Часто виходить так, що початок акорду (тобто його нижні ноти), звучать голосно, яскраво, а верхні майже не прослуховуються, або звучать

приглушено. Трапляється це тому, що більша глибина медіатора припадає на нижні звуки, а верхні звуки виконуються самим кінчиком медіатора. Тобто, при виконанні акорду, медіатор поступово виводиться зі струн. Рука при цьому здійснює дугоподібний рух, з порухом кисті догори. А якщо прослідкувати за тим, щоб рука при виконанні акорду рухалась рівно, а медіатор знаходився в струнах з однаковою глибиною, тоді весь акорд прозвучить яскраво і буде добре чути мелодичний голос.

Акорди на домрі м'якше звучать арпеджовані, та інколи характер твору вимагає цілісного компактного звучання акорду. Незалежно від цього, треба дотримуватись принципу однакової глибини медіатора в струнах. Такий же принцип лежить і в основі виконання інтервалів. Але тут ні про яке арпеджування не може бути мови. Сам принцип виконання інтервалів передбачає компактне звучання обох нот. Тому якість їх виконання рівною мірою залежить і від правої руки.

При виконанні інтервалів необхідно дотримуватись чітких, швидких рухів кисті з передпліччям, а також більш міцного стискання медіатора.

4.5. Координація та рухова синхронність

У домровому виконавстві питання управління та координації рухів набувають вирішального значення. При наявності досить різнобічних навичок правої та лівої рук, їх скоординованість буває недостатньою. Тому ні в підготовчих заняттях, ні в закінченій грі увага виконавця не може бути повністю відвернена від рухових відчуттів.

В цілому процес координації має такий характер: виділяючи в якості домінуючого начала слухові уявлення, котрі здійснюють провідний контроль, виконавець при допомозі розподіленої уваги регулює м'язові напруження.

Певно, що в дійсності функції свідомості набагато складніші, при цьому можливі моменти її цілковитого переключення на художні завдання. Або навпаки – рухові відчуття, коли буває дуже важливо відчутти свободу рухів. Але, в принципі, розподіл уваги на обидві сторони виконавського процесу залишається основною умовою вирішення питання про координацію рухів.

Особливу увагу слід приділяти вихованню навичок координації роботи обох рук у швидкій грі перемінними ударами, тобто в пасажах, що складаються з ланцюга дрібних тривалостей, а також при виконанні трелі. Найчастіше в таких випадках зустрічається попередження рухів правої руки по відношенню до лівої.

Але звинувачувати в цьому самі лише руки – глибока помилка. Головна причина полягає у відсутності належного слухового контролю. До цього треба додати керуючу роль виконавської волі. Зусиллям волі виконавець повинен підкорити собі рухи правої руки, зокрема рухи медіатора, і примусити праву руку грати разом з рухами пальців лівої руки.

Якщо проаналізувати виконання будь-якого пасажу, або трелі, то відбувається така картина: перші звуки трелі або 8-12 нот з пасажу в обох руках співпадають. Після цього ліва рука продовжує рухатись по грифу з попередньою швидкістю, а права має тенденцію до прискорення, виходячи з-під контролю.

Порушення в координації рук збільшуються, коли в пасажі зустрічаються репетиції окремих звуків, як, наприклад, у III-й частині Концерта для домри з оркестром К. Мяскова.



Тут повторення одного звука полегшує рухи пальців лівої руки, і це спонукає праву руку до прискорення темпу. В такий момент треба вчасно прислухатись до ритму рухів медіатора й зусиллям волі стримати його роботу в потрібному темпі. У подібних випадках рекомендують грати «ширше», тобто перейти на більш широку амплітуду рухів медіатора. Минуть долі секунди, і виконавець зуміє здолати порушення, терміново підключивши до процесу свідомість та слухо-моторний контроль.

Для набуття координаційних навичок в роботі рук можуть бути корисними такі вправи.



Спочатку рекомендується грати з акцентами на початку кожної групи. Вони активізують слухо-моторний контроль.

При виконанні довгих пасажів бувають випадки, коли права рука грає ритмічно, а ліва починає прискорювати. Таке порушення координації спричинюється, як правило, сценічним хвилюванням. Адже у класі й вдома виконавець працює у звичній, спокійній обстановці, коли механічні рухи є скоординованими. На естраді ж, в умовах сценічного хвилювання, скоординованість, злагодженість рухів може порушуватись. І без слухового контролю, без зусиль виконавської волі тут не обійтись.

4.6. Техніка виконання мелізмів

Техніка виконання мелізмів на домрі має суттєві особливості. Це питання рідко зустрічається в методичній домровій літературі, тому виконавцям нерідко доводиться самостійно вирішувати питання виконання мелізмів, котрі вимагають не лише теоретичного обґрунтування, розшифрування, але й професіонального підходу до техніки їх виконання.

Мелізми (форшлагі, морденти, трелі, групетто) нерідко зустрічаються як в класичній, так і в сучасній музиці. Це говорить про стійкість традиційних виражальних засобів та історично усталених мелодичних зворотів.

Мелізматика збагачує та конкретизує виразність головного елемента музики – мелодії. Не випадково термін мелізм походить від грецького «меллона», що означає – спів, мелодія.

Тому так само, як і мелодія в цілому, мелізматика пов'язана, перш за все, зі стилем та характером твору, в якому вона застосовується. Так, наприклад, при виконанні трелі в творах Й.С. Баха не потрібно прагнути до її максимальної частоти, в більшості випадків тут доцільніша помірна трель.

В оточенні ж швидких пасажів романтичної чи сучасної музики трель, природно, повинна відповідати вимогам віртуозного стилю.

Відомо, що мелодія є найголовнішим компонентом музики й до того ж не однозначним, бо включає в себе і ладову, і гармонічну, і метроритмічну організацію звуків, і тембровий колорит.

Тому, розшифровуючи мелізм, визначаючи спосіб його виконання, необхідно всебічно проаналізувати мелодію з тим, щоб виконанням мелізму не спотворити мелодію, а лише підкреслити ту чи іншу сторону її виразного змісту.

В кожному музичному творі виконання мелізмів необхідно пов'язувати з усіма найважливішими елементами музичної мови – з гармонією, метроритмом, темпом, динамікою та агогікою твору. Для художньо повноцінного виконання мелізмів необхідне виконання двох умов:

а) знання історичних традицій;

б) творче відношення до мелізмів, як невід'ємної складової мелодії. Важливим фактором творчого відношення домристів до мелізматики є використання специфіки звуковидобування на домрі. В оригінальній домровій літературі мелізми зустрічаються не часто, у всякому разі, значно рідше, ніж у скрипковій чи фортепіанній літературі; це пояснюється незнанням композиторами технічних можливостей домри.

Найчастіше в творах, написаних для домри, зустрічаються короткі форшлагги, трелі та арпеджіато. Форшлагги застосовуються, здебільшого, в музиці рухливого темпу, а трелі та арпеджіато – в музиці кантиленного характеру.

Виконання короткого форшлагу з кількох звуків, особливо на різних струнах, долається не всіма виконавцями. Трудність спричиняється обмеженістю швидкості перемінних ударів медіатора. Короткий форшлаг з кількох звуків може викликати перенапруження правої руки та грубість звучання. Часто це позначається на темпі, бо відбувається його обтяженість.

Щоб уникнути небажаних моментів у виконанні коротких форшлагів з кількох звуків, домрист повинен застосувати специфічний прийом – ковзання, тобто, виконання форшлага та основного звука послідовно на двох, або трьох струнах єдиним рухом медіатора.

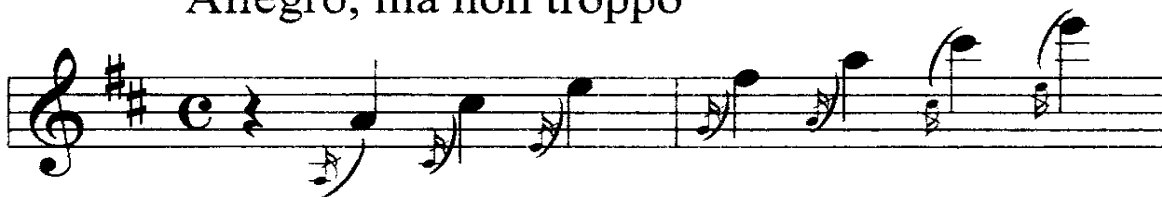
Такий форшлаг зустрічається в 1-й частині Концерта для домри з оркестром К.Мяскова.

Andante



Штрихом ковзання виконуються й довгі форшлаги в Концерті для скрипки Л.Бетховена.

Allegro, ma non troppo



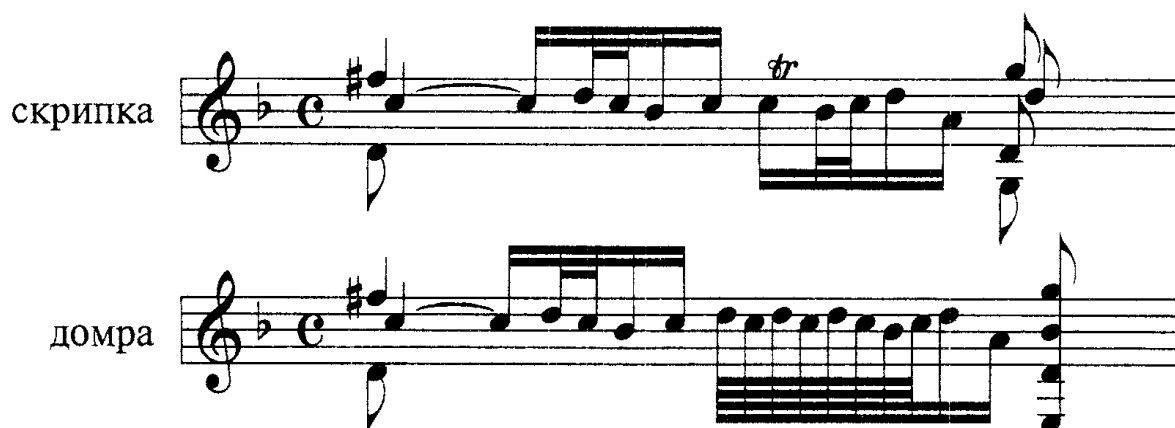
Слід нагадати, що такі форшлаги виконуються за рахунок тривалості основного звука.

Е.Гріг. Соната Фа-мажор, ч.I.



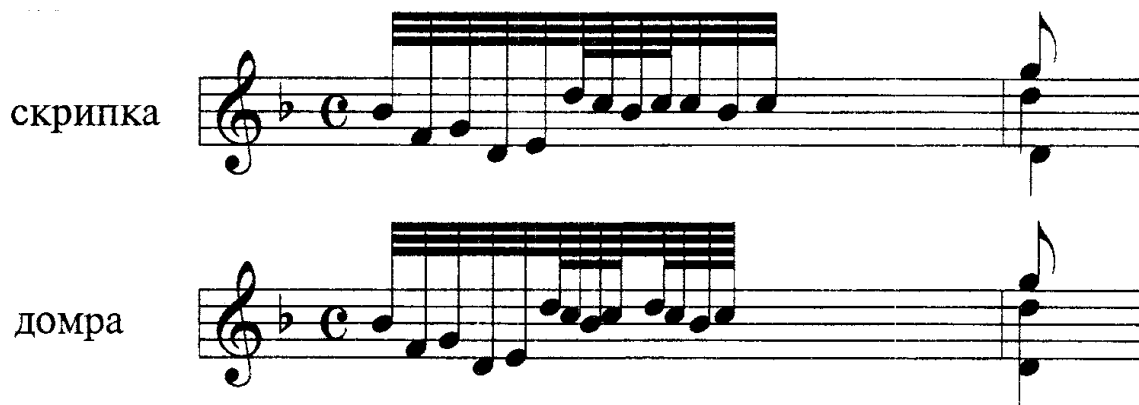
Розглянемо деякі приклади з музичної літератури, що потребують коментарів.

Й.С.Бах. Соната №1 для скрипки.



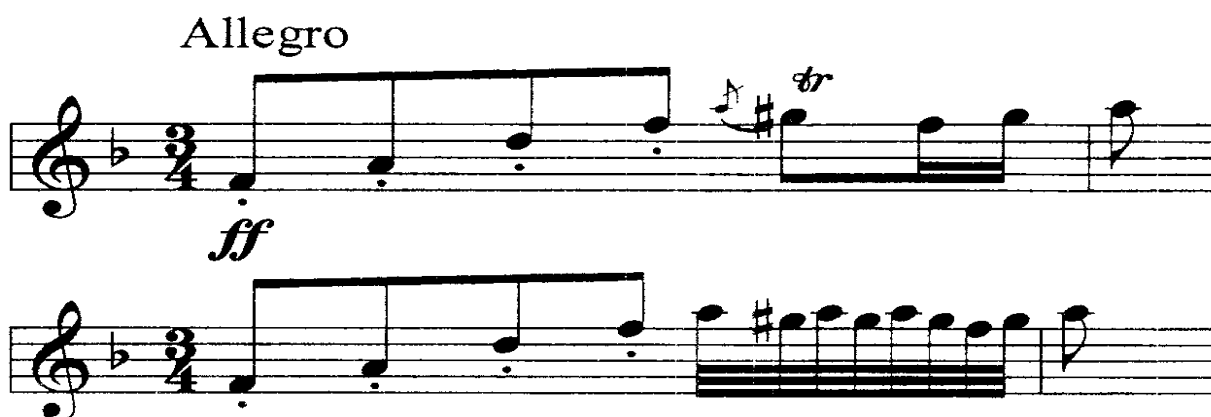
Трель, в даному випадку, необхідно починати ударом медіатора вниз з допоміжної ноти ре, щоб попередній мелодійний звук не збігався з початковим звуком трелі.

В наступному прикладі із тієї ж сонати, пропонується розшифрування трелі таким чином.

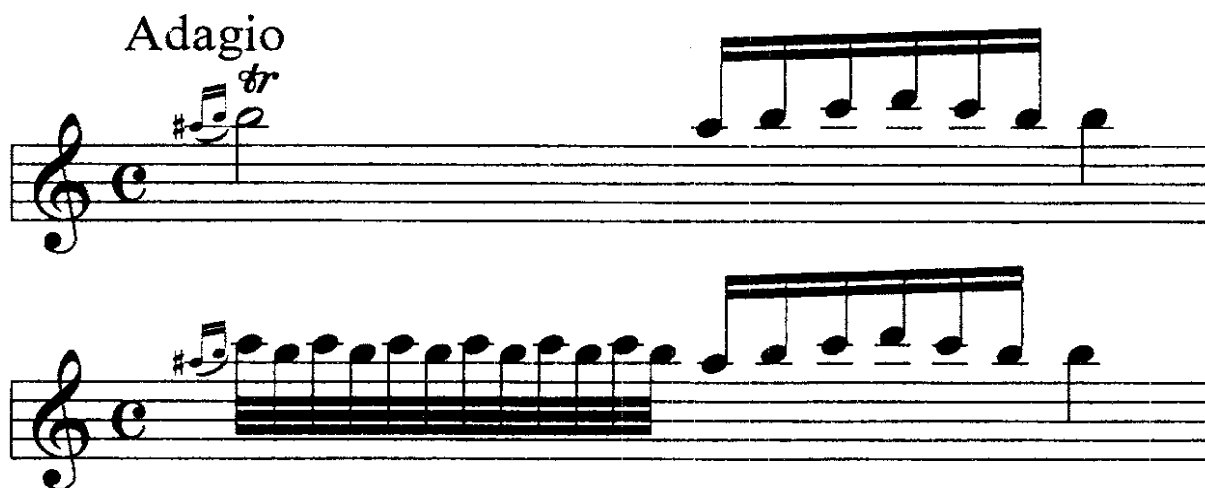


В даному випадку домрист замість трелі встигає виконати лише два звуки – верхній допоміжний та основний. В результаті створюється групетто. У виняткових випадках такий варіант є допустимим, бо всі інші варіанти виконання трелі домристами призвели б до суттєвих відхилень. Зокрема, могла б відбутися зміна темпу, відхід від характерної ритміки, закінчення трелі на допоміжному звуці.

В Концерті для двох скрипок Й.С.Баха пропонується такий варіант розшифрування трелі:



М.І. Глінка. Варіації на тему російської народної пісні «Среди долины ровныя».



Розглянемо випадок, коли групетто після трелі доцільно починати ударом медіатора знизу:

І. Ковач. Концертино.



При цьому трель слід закінчувати на основному звуці.

В 1-й частині Сонати №3 Л. Бетховена трель слід починати ударом медіатора знизу, а чвертку ля-бекар, що стоїть перед треллю – не тремолювати. Цей штрих надасть трелі, яка в даному разі перетворилась на групетто (септоль), більш чіткого та визначеного звучання.



Ще один приклад, у якому трель розшифровується як групетто.

Л. Бетховен. Концерт для скрипки.

Vivo



В швидких темпах трель (в даному випадку на ноті ре) замінюється на п'ятизвукове групетто, яке слід починати ударом медіатора знизу або на мордент, як показано в наступному прикладі.

Й. Дініку. Хора стакато.

Vivo



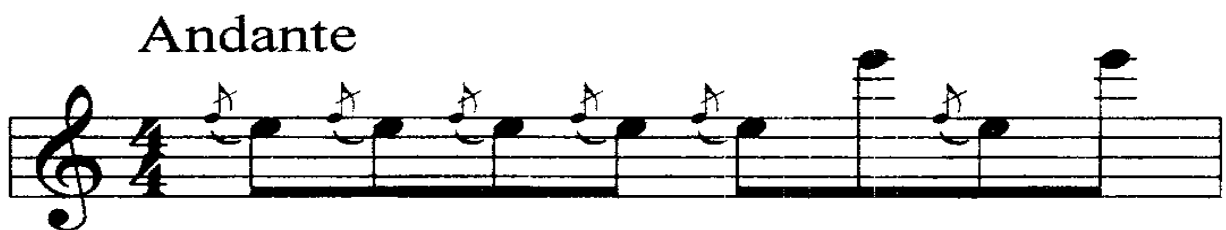
У повільних темпах часто прийнято виконувати форшлаг не перемінними ударами, а тремолюючи їх.

Ф. Шопен. Ноктюрн.



В домровому виконавстві зустрічаються такі моменти, коли форшлаг виконується ударом медіатора в той чи інший бік, а основна нота – прийомом зсмикування.

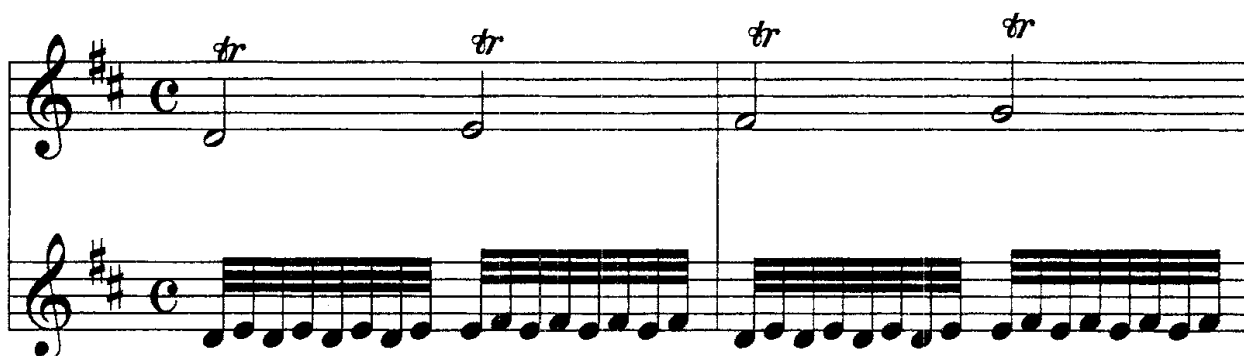
П. Чайковський. Російський танець.



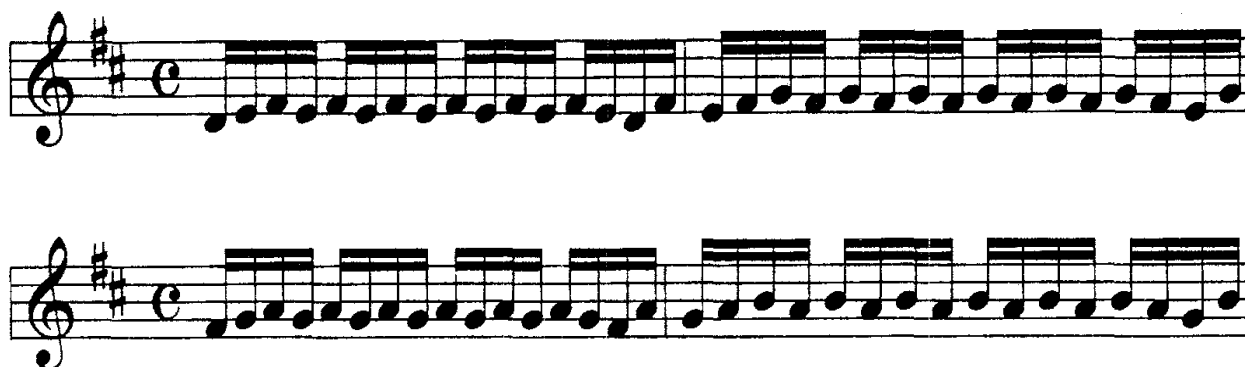
Формуванню навичок виконання мелізмів повинні служити щоденні вправи у вигляді гам з використанням форшлагів, трелей, мордентів, групетто, наприклад, в гамі Ре-мажор.



Наступну вправу треба виконувати так:



Трель, що починається з допоміжного звуку.



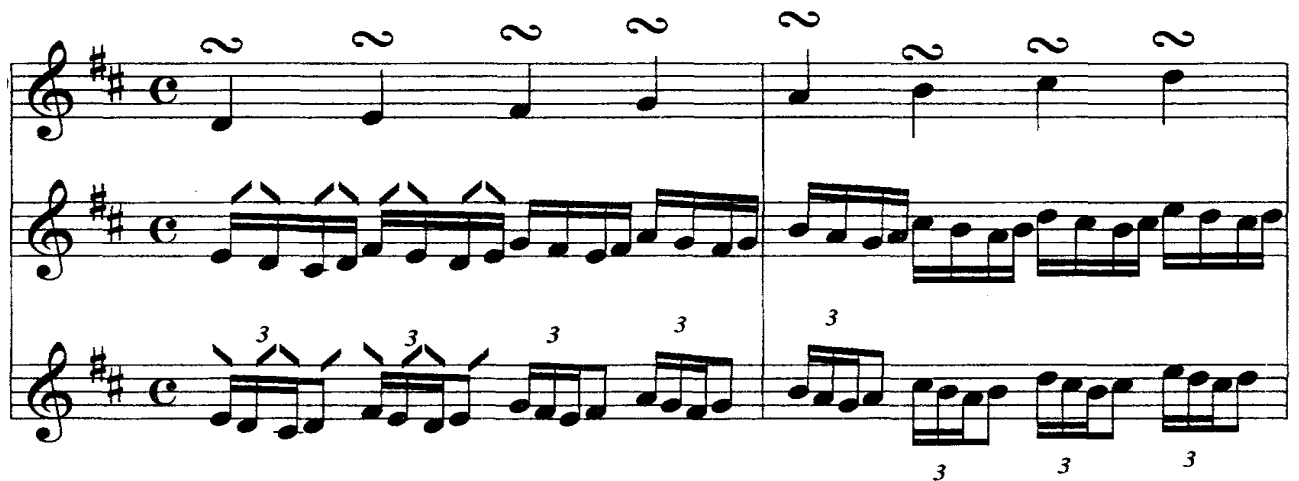
Мордент простий.



Мордент перекреслений.



Групетто чотиризвукове. Воно може починатися, як з удару медіатора згори, так і ударом медіатора знизу.



Групетто п'ятизвукове, починається ударом медіатора вгору.



Кожна почергова група починається то згори, то знизу. На першій ноті кожної ритмічної групи слід поставити акцент.



Наступне групетто виконується так.



В музичній літературі досить часто зустрічається таке групетто.



Такі та їм подібні вправи слід виконувати в будь-якій гамі.

Для успішного втілення мелізмів необхідне дотримання точної координації рухів медіатора та пальців лівої руки з необхідним включенням в роботу слухового контролю.

Розділ V. Виконавська творчість

5.1. Виховання навичок виконавської творчості

Кожний виконавець повинен оволодіти низкою професійних якостей: технічною майстерністю, здатністю яскраво, емоційно сприймати художній твір, вмінням максимально зосереджуватись на глибокому внутрішньому слуханні, сильною уявою та щирим бажанням творчо втілювати задум, передавати його у своїй інтерпретації слухачеві.

Виконавець повинен вміти керувати творчим естрадним самопочуттям, мати високий інтелектуальний рівень, загальну культуру та фахову культуру, пов'язану зі специфікою домрового виконавства.

Всі перераховані компоненти тісно пов'язані між собою. Відсутність одного з них неминуче позначається на виконавській творчості. Тому в роботі з учнями педагог повинен виховувати загальну культуру, суспільну свідомість, етичність; навчати їх розуміти, знати, відчувати, аналізувати та оцінювати музичні явища. Педагог мусить ввести учня в світ музики, відкрити перед ним її естетичну та пізнавальну цінність, прищепити музичну культуру, виховати слух. Навчити його висловлюватися засобами свого інструмента, володіти необхідним рівнем виконавської майстерності.

Неможливо обійтися й без виховання такої специфічної якості виконавця як воля до втілення музики та прагнення до спілкування зі слухачем, з метою музично-художнього впливу на його свідомість та підвищення його духовності.

Ці завдання дозволяють глибше проникнути в методику виконавства. А чи завжди ми проникаємо у суть цих завдань? Звернімося до повсякденної практики і опишемо деякі методи роботи з учнями домристами.

Уявімо концерт, у якому беруть участь, володіючи технічною досконалістю, домристи. У них густе, рівне тремоло, ритмічне стакато та спікато, легка техніка пальців лівої руки; вони досконало володіють усіма прийомами гри, що існують у виконавській практиці домристів. Грають добре. Та слухач відчуває, що це не мистецтво, що на тлі складних технічних пасажів, на тлі виконання артикуляційних та агогічних знаків вбачається цілковита байдужість, котра губить мистецтво. Це виконування, а не виконання.

Як правило, такий результат буває після занять, на яких учні уважно ставляться до авторського тексту, працюють над удосконаленням технічної

майстерності, а ось до того, що написано «поміж рядків», до авторського задуму та до творчої уяви, учень не прилучений.

Така гра педагогу не подобається і тоді він починає «натаскувати» своїх учнів, примушуючи їх точно виконувати всі вказівки в тексті. Але учні не проникаються почуттям, вони залишаються холодними й не прагнуть передати музично-поетичний образ твору. Природно, що таке виконання не хвилює слухача.

Педагоги, які працюють за таким методом, далекі від сутності виконавського мистецтва; для них головне – точна та бездоганна передача тексту.

Інші вважають, що спершу треба навчити учня виконавській техніці, музичній грамотності та культурі, а лише потім вводити його у виконавську творчість. Принцип таких педагогів – «спершу пальці», а «потім голова». А результат такий: думки та почуття не встигають за пальцями, котрі швидко рухаються. Іншими словами, учневі є чим «сказати» та нічого...

Ще одна методика – коли учневі є що сказати, але нічим. В даному випадку педагог піклується про музичний та загальнокультурний розвиток учня, але мало приділяє уваги розвитку техніки.

Всі вище описані напрямки в методиці повинні бути об'єднані таким загальним поняттям, як формування виконавської творчості.

У цьому питанні слід звернутись до системи виховання виконавських здібностей. Робота виконавця повинна повсякденно мати цілеспрямований характер. Не обов'язково ставити перед собою величезні цілі. Виконання якогось маленького завдання – чи то чисто зіграний пасаж, чи знайдена нова музично-образна думка – завжди буде просуванням вперед.

Головне, – навчити себе щоденно домагатися нехай маленького, але успіху.

У питанні виховання основ інтерпретаторської творчості, кожному домристові слід робити особливий акцент на власний слух та уяву. Адже творчість виконавця – це, перш за все, бачення та уявлення того, що приховане за авторським текстом.

Музикант повинен вчитися пізнавати те невидиме, що об'єднує зовні роздільні ноти, групи, періоди, розділи та частини в органічне ціле. Духовне прозріння невидимого є те, що музиканти мають на увазі, коли вони говорять про «читання поміж рядків», яке є в той же час найбільш захоплюючим та

найскладнішим завданням для виконавця. Саме поміж рядків прихована в літературі, як і в музиці справжня думка мистецького твору.

Необхідно вміти уявляти собі, які способи, яку динаміку, який штрих обрати для того, щоб музика ожила, зазвучала по-справжньому.

Вмілий вибір аплікатури та тембр звучання інструмента, це також творчість. Адже одна й та сама мелодія може бути виконана на різних струнах. Наприклад, на струні ля вона буде звучати прозоро, яскраво, а на струні ре – м'якше. Крім того, вона може бути виконана медіатором біля підставки, або, навпаки, лівіше від резонатора. Одним словом, необхідний пошук, а пошук – це і є творчість.

5.2. Робота над музичним твором

Перше знайомство з новим музичним твором звичайно проходить без інструмента. Як правило, воно починається або у бібліотеці, або у нотному магазині, у класі чи вдома ми поспішаємо розгорнути ноти та «пробігти» очима текст твору. Уже, так би мовити, на ходу у нас вимальовуються певні контури звукової форми.

При відмінному розвитку внутрішнього слуху уявне прочитання нотного тексту є кращою формою розбору тієї чи іншої п'єси.

Після першого ознайомлення з п'єсою слід ще раз але вже більш глибоко, подумки «опрацювати» текст.

Цього разу у виконавця виникають певні штрихові та аплікатурні контури, виявляються деякі технічні труднощі, котрі надалі у процесі розучування будуть вимагати до себе особливої уваги.

Творчо обдаровану людину ці труднощі не лякають, а навпаки, – приваблюють.

Перше програвання п'єси на інструменті звичайно має дещо приблизний характер.

Найголовніше – збагнути загальний характер музики та логіку її цілісного розвитку. Як звичайно, при першому програванні допускаються деякі неточності, пропускання окремих мелодичних деталей, зупинки, темпові відхилення, тощо.

Початкове ознайомлення з п'єсою мусить поєднуватись з музично-теоретичним аналізом. Необхідно провести початковий структурний аналіз даного твору:

а) встановити основне розчленування п'єси, зрозуміти характер кожної частини, а також її зв'язок із попередніми; виявити тематичні, проміжні та різного роду допоміжні структурні побудови;

б) провести початковий мелодичний та гармонічний аналіз, встановити кульмінаційні моменти, усвідомити загальний модуляційний план твору.

Роботу над музичним твором слід починати з повільного темпу, тому що у початковій роботі перед виконавцем стоїть безліч завдань, котрі потребують великої уваги, копіткої праці. Основні з них – це вибір раціональної аплікатури та штрихів, що відносяться за своїм характером до даного твору. Усунення ритмічних неточностей, пошук найбільш точних засобів виразності, агогічних та динамічних нюансів, визначення свого ставлення до тієї чи іншої інтонації.

Усвідомлення певного комплексу завдань вимагає від виконавця численних повторень як більшого музичного відрізка, так і окремих пасажів. Інколи те чи інше місце, той чи інший технічний пасаж необхідно спробувати зіграти у потрібному темпі. При повторюванні звичайно виявляються ще якісь недоробки, постають нові задачі.

Часто буває, що обрана аплікатура виявилась зручною тільки для програвання у повільному темпі, а ось у швидкому темпі потрібна інша аплікатура, що передбачає не таку часту зміну позицій. У кантиленних місцях доводиться також інколи переглядати аплікатуру, відштовхуючись від якості та змішування тембрового звучання.

Початковий вибір штрихів теж може виявитися не зовсім придатним або до даного темпу, або до характеру твору.

Таким чином, багаторазові повторювання виростають із природного бажання зробити краще, і тільки при такій установці вони дають користь. Нерідко творчі, цілеспрямовані повторювання підміняються повторюваннями без усвідомленої мети.

До деякої міри покращення гри при цьому спостерігається, однак процес вивчення твору йде дуже повільно, при цьому часто виникає закріплення непомічених помилок, які колись доведеться справляти. Але на їх виправлення піде більш часу, ніж цього потрібно на осмислену роботу, направлену на своєчасну фіксацію помилки та її усунення.

Доречно буде згадати такий афоризм: «Користь від роботи визначається не стільки кількістю витраченого часу, скільки якістю затраченої уваги».

На якій би стадії вивчення не знаходилася п'єса, завжди необхідна робота по частинах. Чи то певний розділ із п'єси, чи окремий пасаж. Це може бути навіть дрібна ланка з конкретного пасажу.

Важливо розуміти при цьому те, що деталі трактування окремих ланок у більшій чи у меншій мірі змінюються при кожному переході від дрібної частини до більш крупної, при кожному переході гри від повільного темпу до більш рухливого. Тому в роботі над окремими частинами необхідно застосовувати принцип варіювання.

Припустимо, попрацювали над окремою ланкою із будь-якого пасажу, потім обов'язково з'єднайте цю ланку з попередньою. Потім з наступним епізодом, і вже після спробуйте зіграти увесь пасаж. При цьому необхідно проаналізувати, що вам вдалося зробити, а над чим ще треба працювати.

У поняття варіювання може входити також зміна ритму певної послідовності нот.

Припустимо, якщо пасаж написаний рівними шістнадцятими тривалостями, то його можна пограти пунктирним ритмом; спершу подовжуючи сильні та відносно сильні долі, а потім навпаки – подовжуючи слабкі долі такту. Такий метод вивчення пасажів дає ефективні результати, сприяє виробленню чіткої координації обох рук домриста.

Після того, як Ви попрацюєте над певним пасажем таким способом, зіграйте його рівними шістнадцятками, і переконаєтесь, наскільки легше й вільніше він став виконуватись.

Робота над окремими частинами твору час від часу повинна переходити в роботу над більш великими відрізками. Одним словом, частину, над якою Ви працювали, необхідно з'єднати, «змонтувати» із попереднім текстом.

У кожного виконавця існує свій метод запам'ятовування. Але практика показує, що не всі уміло використовують метод уявлення подумки. Адже набагато швидше йде процес заучування п'єси напам'ять, якщо більше й ча-стіше проробляти всі деталі у думці, ясно уявляючи рухи обох рук, всі виражальні моменти.

На ранніх стадіях опанування твору це можна робити із нотами в руках, а на пізніх без нот. Після пророблювань подумки, слід взяти домру і в темпі, в якому

рухається Ваша уява (ні в якому разі не швидко), програти п'єсу або її окрему частину.

У наступній роботі над твором слід домагатися прискорення темпу Вашої уяви із чітким уявленням всіх рухових відчуттів.

Необхідно пам'ятати, що усякій грі у будь-яких темпах повинна передувати свідомість, тобто уява.

На більш пізніх етапах роботи виконавець наближається до нормального темпу, усе глибше й тоньше виявляє зміст, фіксує темброве забарвлення зву-ків, зміцнює техніку.

Робота над маленькими кусками змінюється на програвання великих кусків та виконання п'єси повністю. На цій стадії все ж іще зберігається необхідність повертатися до повільних темпів, а також до гри дрібних кусків. При такому способі роботи можуть бути поміченими всі ті неточності, котрі виникають при тривалій роботі у швидкому темпі.

У заключній стадії роботи над твором виконавець поряд із творчою роботою у сфері технічних деталей ставить перед собою художні задачі у більш широкому розумінні: це переживання образно-художнього змісту п'єси, гра на єдиному широкому диханні, використання динамічно-сміслових нагнітань та спадів, виділення кульмінаційних моментів, використання логіки смислових переходів і т.ін.

Завершенням роботи над п'єсою має служити одноразове програвання або одного розділу, або п'єси в цілому. При цьому виконавець ставить перед собою задачу: зіграти п'єсу лише один раз без шорсткостей з музичною логікою та емоціональністю. Іншими словами, виконати твір так, як виконав би він його на естраді.

Велику користь приносить гра п'єси у присутності декількох чоловік. Тим самим створюється атмосфера, що сприяє підвищенню уваги, зосередженості, музичної уяви, атмосфера, у якій навіть рухи рук, стан м'язів знаходяться у нових, незвичних умовах, атмосфера, в якій виконавець повинен професіонально управляти своєю грою та підкоряти її своїм задумам.

Якщо в грі на початкових стадіях опанування твору акцент робився на загостренні уваги на різних випадковостях, якщо виконавець ставив перед собою задачу не проходити мимо жодної шорсткості, жодної випадковості, то у період передконцертний, будь-яку таку випадковість, несподіваність треба уміти

«загладити», «завуалювати», «обіграти» так, щоб вона не порушила ні цілісність сприйняття присутніх слухачів, ні настрою самого виконавця.

Необхідно вміти в процесі гри виходити зі становища, що створилось, і не робити незадоволеного вигляду, швидко реагувати на будь-яку несподіванку та виходити з непередбаченої ситуації.

У передконцертний період дуже важливо ще й ще раз звернутись до методу роботи подумки. У думці «проспівати» усі «небезпечні» уривки із п'єси, уявити ігрові рухи з усіма тонкощами, уявити звучання п'єси з урахуванням усіх виконавських задач.

Якщо у грі подумки виникають невпевненість та нечіткість (в уявних рухах або в уявному звучанні), то дане місце підлягає подальшому технічному закріпленню.

Виконавець повинен упевнитися в тому, що твір міцно відбитий у пам'яті й цілком підкоряється свідомому керуванню.

У передконцертний період необхідно пам'ятати про таке поняття, як ре-зерв сили та резерв біглості. Пам'ятати, що майбутній виступ вимагатиме від нього великої витрати сил, а резерв біглості забезпечить технічну легкість та невимушеність.

Робота над музичним твором – творчий процес. Її успішність визначається багатьма умовами. Душевний стан та психологічні установки відіграють при цьому важливу роль. Робота не може бути успішною, коли виконавець не віддається їй захоплено, самовіддано, пристрасно. Пристрасть необхідно сприймати у даному випадку не як переживання, а як дію, скерування всіх творчих сил – волі, інтелекту, темпераменту, фантазії на досягнення мети.

РОЗДІЛ VI. Ансамбль, як невід'ємна складова домрового виконавства

6.1. Ансамблеве виконавство в Україні

Ансамблеве виконавство прийшло на Україну з глибини віків, про що свідчать древні літописи. Фрески Софіївського собору вказують на високий рівень музичної культури часів Київської русі і дають уявлення про ансамблеве музикування, основу якого складали, переважно струнні інструменти : гудки, гуслі, кобзи.

В «Повести временных лет» розповідається про різні види ансамблевого музикування, про темброве різнобарв'я стародавнього музичного інструментарію. Саме його функціональне застосування в різних ансамблевих поєднаннях засвідчує про високий рівень музичної культури тих далеких часів.

За багато століть свого існування народні інструменти пройшли складний і тяжкий шлях свого розвитку, терплячи ігнорування та переслідування.

Але, не дивлячись на перепони, народні інструменти отримали повне визнання.

Завдяки доступності оволодіння, народні інструменти притягли до себе увагу як музикантів професіоналів, так і людей просто закоханих в музику.

Оволодіння грою, участь в гуртках і оркестрах народних інструментів стало служити не тільки засобом проведення вільного часу, а й сприяло залученню народних мас до музичної культури.

Отримавши широку популярність народні інструменти стали виразником кращих музичних традицій українського народу.

Удосконалення народних інструментів наприкінці XIX століття привело до створення на їхній основі оркестрів нового типу, – з домрово-балалаєчним складом.

Завдяки просвітницькій спрямованості навчальних закладів, концертних організацій, виконавство на удосконалених народних інструментах, за досить короткий час, еволюціонувало від аматорського до академічного рівня, збагатившись численним оригінальним репертуаром, розвиненими освітніми структурами, науково-методичними та виконавськими школами.

Подальший розвиток української культури створює цілий комплекс завдань, основними напрямками яких є відродження, збереження та поширення народного інструментарію як духовної спадщини нації далекого минулого до сьогодення.

З кожним роком народне музичне виконавство, в тому числі і ансамблеве, набуває широкої популярності. Майже в усіх музичних школах, музичних училищах та вищих музичних навчальних закладах України існують ансамблі народних інструментів і в тому числі ансамблі домрового складу. Традиційним типом ансамблю домристів є змішаний ансамбль за участю фортепіано, про який буде йти мова у даній статті.

Домрові ансамблі не обмежені в широкому виборі репертуару. Технічні можливості цих інструментів повністю забезпечують вимоги сучасного виконавства, доповнюючи звучання своїм неповторним колоритом та своєрідним тембральним забарвленням.

Жанрово-стильовий репертуар ансамблю домристів включає в себе такі напрямки як перекладення та транскрипції музичних творів, написаних для інших музичних інструментів, обробки народного мелосу, сучасний авангард, естрадні та джазові твори.

В наш час, коли домра завоювала право на концертне життя, вийшла на широку арену виконавства – питання збагачення репертуару стає пріоритетним. Насамперед, ансамблевий репертуар повинен відображати історію культури людства, процеси формування художнього мислення, форми і засоби музичного виконавства.

6.2. Особливості та принципи перекладення музичних творів для ансамблю домрового складу

В роботі над перекладенням велике значення має підбір музичних творів, які підходять для цього. Найчастіше, використовується багата і всебічна фортепіанна література. В музичній практиці найбільшого поширення отримала форма фортепіанного викладу.

Фортепіано використовується як солюючий і акомпануючий інструмент, на ньому можна виконувати твори, написані для оркестру або хору. Тому, в пошуках репертуару для окремих музичних інструментів, чи ансамблів, найчастіше доводиться звертатись до фортепіанної літератури.

Перекладення, насамперед, творчий процес, в якому кожний музичний твір вимагає особливого творчого підходу; адже всі твори відрізняються один від одного своєрідними технічними можливостями і засобами художньої виразності.

Першочергову увагу слід звернути на фактуру фортепіанного твору, характер і форму викладу.

Не всі твори, написані для фортепіано, доцільно перекладати для ансамблю домристів. Музичний твір повинен мати таку фактуру, такий характер викладу, який був би близький до специфічних особливостей домри, вкладався б в її діапазон.

Для домри найкраще використовувати музичні твори з гомофонною фактурою, бо саме цей тип фактури найбільше сприяє максимальному прояву виразності звучання мелодії.

Можна використовувати, також, і поліфонічну та змішану фактуру, при цьому дотримуючись принципу збереження стилістичних і жанрових властивостей музики.

Щоб фортепіанний твір добре прозвучав у виконанні ансамблю домристів, необхідно мати уяву про зміст твору, розпізнавши наміри композитора. Це стосується загального емоційного стану, характеру звучання мелодії, гармонії, ролі темпу, ритму, динаміки. Крім цього, необхідно добре знати технічні можливості інструментів, стрій, діапазон, засоби звуковидобування та правила їх нотних записів, можливість виконання тих чи інших інтервалів, акордів; необхідно також враховувати тонкощі пасажної техніки домри. Для цього потрібний аналіз засобів музичної виразності, застосованих композитором у даному творі.

Знання засобів перекладення сприяє точному, близькому до оригіналу, викладенні музичного твору.

Разом з вибором фактури треба враховувати вибір тональності, від якої залежить з'ясування всіх технічних можливостей домри і засобів художньої виразності, повноти і колоритності звучання. Слід відмітити, що тональність, в якій написаний музичний твір є однією зі складових частин загального творчого задуму композитора, і змінювати її можливо у випадку крайньої необхідності, коли вона ускладнює долання технічних складнощів.

При перекладенні не менш важливе значення має характер мелодії, гармонії, ритму, динамічні позначки, темп, технічний склад викладення музичного матеріалу та інші елементи, з яких складається музичний твір.

Основою всякого музичного твору є мелодія, в якій яскраво визначений ідейно-емоційний зміст музики. Отже, першочерговим етапом є виявлення мелодії. Щоб вірно її записати, необхідно знати будову, форму, вміти вірно виконати мелодію на інструменті.

Характер мелодії розкривається через ладову і ритмічну структуру, при цьому потрібно враховувати діапазон домри. Мелодична лінія, виконувана на цих інструментах, не повинна перевищувати їх діапазон. Недоцільно, наприклад, виконувати на домрі таку мелодичну лінію, яка в оригіналі написана в низькому регістрі. В деяких випадках, необхідно переносити звучання мелодії на октаву вище, або нижче фортепіанного викладення, це треба робити майстерно, не змінюючи характер мелодії, не порушуючи цілісності сприйняття твору.

Всяке виконання мелодичної лінії обов'язково пов'язане з колоритом звучання, що відіграє важливу роль у використанні виражальних засобів. Від

тембральних фарб звучання залежить достовірність авторського задуму. Іноді, зміна тембру може викривити зміст музичної фрази, тому мелодична фраза повинна звучати в єдиній тембральній окрасі.

Повтор однієї й тієї ж фрази несе в собі змістовне значення і вимагає іноді або зміни нюансу і аплікатури, або зміни тембру і аплікатури.

Для художнього змістовного виконання музичного твору аплікатура має важливе значення. Вона є засобом виконання артикуляційних, штрихових та інших художньо-смыслових завдань, засобом інтерпретації, з'єднуючою ланкою між композиторським задумом та раціональними реалізуючими музично-ігровими рухами виконавця.

У виборі аплікатури завжди треба виходити з художньої доцільності та зручності, маючи на увазі конкретну специфіку інструментів.

На характер звучання мелодії діє також і спосіб звуковидобування. Майже всі мелодичні лінії об'єднані лігою і повинні звучати на легато, однак специфіка домри не дозволяє грати легато на дрібних нотах, в таких випадках використовуються інші штрихи: стакато, спікато.

Штрих, загалом, завжди несе емоційне навантаження, бо містить у собі різноманітні відтінки характеру звучання: м'якість, твердість, жорсткість, ніжність, різкість, витонченість, зв'язність, окремість, тощо...

Тільки при вірному виборі штрихів, аплікатури, вимовленні музичних фраз досягається точність, яскравість, виразність звучання мелодії, тобто адекватність її трактовки композиторському задуму.

В структурі музичного твору важливе місце має гармонія. Вона не тільки підсилює виразність звучання мелодії і підкреслює її особливість, але й сама є одним із засобів виразності.

В перекладеннях необхідно враховувати важливість всіх елементів гармонії для наспівності та вірного викладення акордової фактури.

Неабиякий зв'язок з емоційним враженням має динаміка звучності, якою підкреслюються моменти підвищення чи спаду напруги, виявлення кульмінацій, різних контрастів.

Для домри особливо характерним є використання динамічних відтінків на довгих нотах, що не можливо виконати на фортепіано.

В перекладеннях необхідно приділити належну увагу темпу. Темпові позначки різноманітні і умовні. Нерідко вони замінюються на визначення характеру музики: в темпі вальсу, в темпі маршу і т. ін..

Інколи зміна темпу викликає певну корекцію в штрихах і, як наслідок, впливає на характер твору.

Отже, до такого поняття, як темп, треба відноситись професіонально.

Поряд з сольними партіями інструментів, велику роль відіграє їх супровід. Найчастіше в перекладеннях мелодична лінія фортепіанного твору доручається домрам, а інший текст – партії фортепіано. При цьому необхідно врахувати наступне:

а) не можна змінювати басовий голос, щоб не порушувати авторську гармонізацію. Бас можна подвоювати, при потребі посилення загальної звучності твору;

б) викладення акордів залишається авторським;

в) підголоски, вторення і т. ін., залишаються незмінними. При їх відсутності, в партію фортепіано можна внести підголоски із сольної партії;

г) порівнюючи сольні партії і партію фортепіано необхідно з особливою увагою відноситись до динаміки. Не завжди в партитурі виставляються одні й ті ж самі динамічні позначки. Для того, щоб мелодія вийшла на перший динамічний план, необхідно в нотах сольної партії позначити динаміку на нюанс вищий, ніж у партії фортепіано.

Всі ці засоби при перекладенні фортепіанних творів для ансамблю домрового складу, інструментів з великими технічними можливостями і засобами художньої виразності, дозволяють робити різноманітні перекладення як своєрідне інструментальне переосмислення творчого задуму композитора.

Репертуар ансамбля домристів необхідно збагачувати не тільки шляхом перекладення музичних творів, написаних для фортепіано, скрипки, гітари, й інших музичних інструментів, але й шляхом написання оригінальних творів, тим самим популяризуючи творчість композиторів як аспект сучасної української камерної музики.

6.3. Функції керівника ансамблю

Постать керівника ансамблю є домінуючою в творчому процесі колективу. Він і педагог, і організатор, і психолог, і організатор, і композитор, і аранжувальник. В його особі концентруються особистісні якості – дисциплінованість, високий рівень культури, авторитетність, ерудованість, бездоганне виконавське чуття, глибоке пізнання в життєдіяльних сферах, багате асоціативне і образно-емоційне мислення, досконале знання мови, вільне володіння технічними можливостями інструмента, неабияке володіння стерео увагою, вміння одночасно стежити за всіма компонентами виконавського процесу.

В компетенцію керівника ансамблю входить таке завдання, як вироблення навиків оптимального аналітичного підходу до музичного твору. Аналітично-творча діяльність як керівника, так і ансамбістів, включає особливі механізми взаємодії елементів аналізу та синтезу, на основі яких будується звукооформлення музичного твору.

Така практична налаштованість студента дозволяє йому суміщати логічне осмислення елементів музичної мови з художнім оформленням інтерпретації, основними ознаками якої є: цілісність форми, правдивість почуттів та емоцій, логічне співвідношення раціонального та емоційного, переконливе відтворення жанрово-стилістичних особливостей музичних творів. Керівник мусить постійно утримувати увагу колективу, контролюючи дії всіх музикантів.

Перед тим, як приступити до роботи з ансамблем, керівник повинен відредагувати нотний текст всіх партій, виставити аплікатуру, вказати всі виконавські тонкощі даного тексту.

Музичні твори, що виконуються ансамблем, є своєрідним дзеркалом його діяльності. Тому, дуже важливо, щоб добір репертуару був спрямований на якісне оновлення слухового досвіду, сприяв вихованню художнього смаку, розвитку музичної пам'яті, накопиченню музичного багажу, виробленню чуття стилю і, звичайно, відповідав рівню професійної підготовки колективу.

Репертуар ансамблів домрового складу дуже різноманітний. Сюди входить виконання творів композиторів-класиків, що є вагомим фактором художньо-естетичного виховання, твори сучасних композиторів, обробки народного мелосу, що складають основу патріотичного виховання, а, також, оригінальні, джазові та авангардні твори.

Керівник ансамблю повинен ретельно проаналізувати музичний твір відносно специфіки його звучання в групі домр, відносно раціонального і емоційного співвідношення. Необхідно виявити характерні мелодико-гармонічні

звороти, особливі тембральні комбінації, темброві та агогічні відхилення, виявити кульмінаційні моменти, розставити драматургічні акценти, одним словом, скласти уявлення про художній образ твору.

В роботі над музичним твором головним завданням є розкриття його художнього змісту. Саме розкриття музичного образу вимагає великої творчої активності як від керівника, так і від кожного із його учасників. Така взаємодія між керівником і учасниками ансамблю досягається за допомогою оптимальної системи, яка отримала назву музичної взаємодії. Пізнавально-аналітична діяльність і музична взаємодія ансамблістів виявляються у конкретних видах і формах об'єктивно-суб'єктивних залежностей, які створюють систему колективного виконавства – ансамбль.

6.4. Функції учасників ансамблю

Інструментальний ансамбль відкриває можливості для виховання й розвитку художнього та образного мислення виконавців.

Діалогічне ансамблеве мислення – одна з важливих категорій психології, – є закономірним фактором сумісного виконавства, адже на основі такої взаємодії формуються потрібні тут виконавські навички.

Розвиток музичного мислення ансамбліста залежить не лише від його особистих здібностей, а й від рівня професійної підготовки, від його ставлення до життя, до партнерів.

Основною передумовою цілеспрямованого розвитку музичного мислення ансамбліста є методично обґрунтований добір навчального та концертного репертуару, постійний процес пошуків нових творів, які мають відповідати технічним можливостям виконавців, а також засобам виразності певних інструментів. Важливим фактором є те, що учасники ансамблю постійно прилучаються до шедеврів світової класики, до кращих зразків сучасної, народної і авангардної музики.

Серед компонентів, які об'єднують музикантів в єдиний виконавський організм домінуючим є відчуття темпу і ритму.

На відміну від сольного виконання, ансамблева гра не дає волі темпових і ритмічних відхилень, а навпаки, вимагає ритмічної стабільності. Темпо-ритмічні відхилення, які виникають внаслідок того, що в кожного музиканта може бути «своя» довжина однакових тривалостей, або неточностей у поєднанні різних

ритмічних груп, різне відношення до темпу при посиленні чи послабленні звучання, призводять до руйнації ансамблю.

Отже, гнучкість в темпо-ритмічному відношенні має стати важливим фактором в роботі кожного учасника ансамблю, адже будь-яке порушення ритму спотворює музичний твір.

Особливу увагу слід приділяти виконанню пунктирного ритму, синкоп, дрібних ритмічних тривалостей, різноманітних груп ритмічного поділу, таких як дуолі, тріолі, квінтолі, секстолі і т.ін. При чіткому ритмі, коли звучання партій зливається в один інструмент, виконання твору має стати художньо довершеним, а музиканти можуть почувати себе єдиним цілісним організмом.

Робота над ритмом має стати основною умовою в питаннях ансамблевої синхронності – точним збігом різноманітних тривалостей, пауз, цезур, фермат, тощо...

Одним із важливих компонентів ансамблевого художнього виконання є темп. Тому, працюючи над удосконаленням звучання того чи іншого твору, темпу слід надавати особливого значення, адже від цього залежить створюваний ефект.

На стадії розучування нового твору кожний учасник ансамблю повинен у повільному темпі розучити власну партію, дотримуючись інтонаційної і ритмічної логіки, а вже потім, поступово, довести темп до справжнього. Для того, щоб виконання твору стало легким, невимушеним, необхідно обов'язково програвати свою партію в швидкому темпі, створюючи своєрідний темповий запас.

Не менш важливим компонентом виступає динаміка й агогіка, роботу над якими треба починати з першої репетиції. При розучуванні і виконанні музичних творів необхідно звертати увагу на всі динамічні позначки, які проставлені в партіях, дотримуючись строгої градації сили звуку при виконанні кресцено, димінуюендо, форте – піано та піаніссімо – фортіссімо. Це додасть твору динамічної рельєфності, що вплине на емоції слухачів.

В ансамблі необхідно вміло збалансувати силу звучання голосів, дотримуватись єдиної динаміки, але й не забувати про диференціацію звучності окремих партій. Адже іноді, на фоні основної мелодії необхідно динамічно підкреслити або певний підголосок, або гармонічне заповнення і т. ін.

Важливою умовою ансамблевого виконавства є досконале володіння технікою штрихів. Кожен музикант повинен звертати увагу на чіткість,

організованість, якість виконання штрихів. Робота над штрихами в ансамблі домристів є надзвичайно відповідальною. Використання різних штрихів, так само, як і не дотримання єдиної аплікатури в конкретній партії – недопустимі!

Всі ці вимоги стосуються високої культури виконання, в центрі якої знаходиться таке поняття, як якість звуку.

Контроль за звуком – найважливіший обов'язок виконавця. Необхідно пам'ятати також, і про підготовку медіатора до роботи. Звук, видобутий медіатором повинен бути чистим, прозорим, без зайвих призвуків. Тут, також, необхідно обмовитись і про зайві звуки, які виникають при необережному чіплянні медіатором сусідніх струн. В ансамблевому виконавстві це явище, також, недопустиме!

Отже, гра в інструментальному ансамблі відкриває великі можливості для виховання художнього та образного мислення виконавців.

Ансамблева музика є одним з найсильніших засобів розвитку музичного смаку і розуміння, чіткого відчуття ритму і темпу.

Специфіка жанру вимагає від музикантів великої художньої і технічної майстерності, цілої низки навичок ансамблевого виконавства. Музикант повинен слухати ансамбль в цілому і чути свою партію в загальному ансамблевому звучанні, прирівнювати силу звучності власного інструмента до загальної, відчувати співвідношення в темпі, динаміці, агогіці.

Гра в ансамблі повинна починатись з відпрацювання найпростіших навичок, шляхом їхнього поступового ускладнення. Кожен музикант повинен враховувати всі музичні голоси, слухаючи виконавця, який сидить від нього праворуч, і того, що сидить ліворуч, тобто вміти оперативно підкорювати власну гру грі своїх партнерів і, вміти одночасно стежити за кількома компонентами колективного виконавства.

Виконавський процес вимагає якісно нової, суб'єктивної взаємодії, встановлення в колективі тісних творчих взаємозв'язків, колективного художньо-емоційного співпереживання музики, точної передачі художнього задуму композитора.

Колективна праця – це виховний процес, адже успішність репетицій, повною мірою, залежить від творчої ініціативи кожного учасника. Творче спілкування виховує, крім професійних якостей, такі важливі моральні цінності як працелюбство, дисциплінованість, колективізм і, головне, приносить величезну моральну і душевну насолоду.

Список використаної літератури

1. Адамян А.А. Вопросы эстетики и теории искусства. / А.А.Адамян. – Москва: Искусство, 1978. – 301 с.
2. Академия наук СССР. Институт физиологии им. И.П. Павлова. Моторные задачи и исполнительская деятельность / исследование координированных движений руки /. Изд-во «Наука», Ленинградское отделение., Ленинград – 1971. – 180 с.
3. Акимов Ю. Воспитание учащегося в процессе обучения игре на баяне /Ю.Акимов // Баян и баянисты. – Москва: Сов. Композитор, 1970. С. 5–11.
4. Акимов Ю. Фразировка баяниста /Ю.Акимов // Баян и баянисты. – Москва: Сов. Композитор, 1974. – Вып. 2. – С. 69–101.
5. Актуальные проблемы вузовской музыкальной педагогики. Сборник статей. Москва, 1984.– 148 с.
6. Алексеев А. История фортепианного искусства / А.Алексеев – Москва: Музыка, 1962. – Ч.1. – 207 с.
7. Ананьев Б.Г. Психология чувственного познания / Б.Г.Ананьев – Москва: Изд-во АПН РСФСР, 1960. – 486 с.
8. Андреев И.Д. Диалектическая логика / И.Д.Андреев – Москва: Высшая школа, 1985. – 367 с.
9. Анохин П.К. Философские аспекты теории функциональной системы /П.К.Анохин. – Москва: Наука, 1979. – 455 с.
10. Артемьева Т.И. Методологический аспект проблемы способностей / Т.И.Артемьева – Москва: Наука, 1977. – 184 с.
11. Асафьев Б.В. Избранные труды / Б.В.Асафьев – Изд-во АН СССР. – Москва, 1957. – 388 с. – (Избранные труды: в 5 т. / Б.В.Асафьев; т.5).
12. Асафьев Б.В. О музыкальном просвещении и образовании / Б.В.Асафьев [Под ред Е.М. Орловой]. – Ленинград: Музыка, 1973 – 143 с.
13. Ауэр Л.С. Моя школа игры на скрипке / Л.С.Ауэр. – Москва: Музыка, 1965. – 272 с.

14. Бай Ю.Н. Теоретические основы совершенствования внутренней структуры музыкально–игровых движений баяниста: Дис. ... канд. искусств. наук: 17.00.02. – Вильнюс, 1986. – 182 с.
15. Баренбойм. Л.А. Музыкальная педагогика и исполнительство / Л.А.Баренбойм. – Ленинград: Музгиз, 1974. – 336 с.
16. Баренбойм Л.А. Путь к музицированию / Л.А.Баренбойм. – Ленинград: Музгиз, 1979. – 348 с.
17. Бернштейн Н. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.Бернштейн. – Москва: Медицина, 1966. – 349 с.
18. Библер В.С. Мышление как творчество /В.С.Библер. – Москва: Политиздат, 1975. – 339 с.
19. Бирмак А.В. О художественной технике пианиста / А.В.Бирмак. – Москва: Музыка, 1973. – 140 с.
20. Блинова М.П. Музыкальное творчество и закономерности высшей нервной деятельности / М.П.Блинова. – Ленинград: Музыка, 1974– 144 с.
21. Борисьяк А. Метод органического развития технических приемов игры на виолончели / А.Борисьяк. – 2–е изд. – Москва – Ленинград: Госмузиздат, 1947. – 87 с.
22. Бочкарев Л.Л. Психологические основы музыкального обучения / Л.Л.Бочкарев. – Киев: Методкабинет Министерства культуры УССР, 1979. – 39 с.
23. Браудо И. Артикуляция. / И.Браудо. – Ленинград: Музгиз, 1973 – 196 с.
24. Браудо И. Об изучении клавирных сочинений Баха в музыкальной школе / И.Браудо. – Москва – Ленинград: Музгиз, 1965. – 80 с.
25. Брейтгаупт Р. Основы фортепианной техники / Р.Брейтгаупт. – Москва: Музыка, 1928. – 96 с.
26. Васильев И.А. К анализу условий возникновения интеллектуальных эмоций / И.А.Васильев // Психологические исследования интеллектуальной деятельности /Под ред. О.К. Тихомирова. – Москва: Изд–во МГУ, 1979. – С. 55–61.

27. Вицинский А.В. Психологический анализ процесса работы пианиста над музыкальным произведением / А.В.Вицинский. – Вып. 25. – Москва: Известия АПН РСФСР, 1956. – 217 с.
28. Власов В.П. Методика работы баяниста над полифоническими произведениями / В.П.Власов. [уч. пособие для муз. вузов и уч-щ]. – Москва: РАМ им. Гнесиных, 2004. – 104 с., нот. ил.
29. Волков С. О формировании представлений в образно-художественном мышлении музыканта-исполнителя / С.Волков // Вопросы теории и эстетики музыки. – Вып. 11. – Москва – Ленинград: Музыка, 1972. – С. 184–200.
30. Вопросы методологии теоретического музыкознания: Сб. статей. – Вып. 7. / Сост. А. Яковлева. – Москва: Музыка, 1984. – 214 с.
31. Вопросы методики и теории исполнительства на народных инструментах / Сост., общ. ред. Л.Г. Бендерского. – Свердловск: Сред. – Урал кн. изд-во, 1986. – 176 с.
32. Вопросы методологии теоретического музыкознания: Сб. статей. – Вып. 7 / Сост. А.Яковлева. – Москва: Музыка, 1984. – 214 с.
33. Вопросы муз.педагогтики. Составитель В.Руденко. М., 1986.– 160 с.
34. Восприятие музыки: Сб. статей / Ред.–сост. В.Н.Максимов. – Москва: Музыка, 1980. – 256 с.
35. Выготский Л.С. Психология искусства / Под ред М.Т. Ярошевского. – Москва: Педагогика, 1987. – 344 с.
36. Гарбузов Н. Зонная природа динамического слуха / Н.Гарбузов. – Москва: Музгиз, 1955. – 144 с.
37. Гаспаров Б. О некоторых принципах структурного анализа музыки / Б.Гаспаров // Проблемы музыкального мышления. – Москва: Музыка, 1974. – С. 129–152.
38. Гвоздев П. Работа баяниста над развитием техники / П.Гвоздев // Баян и баянисты. – Москва: Сов. композитор, 1970. – С. 24–76.
39. Гинзбург Г. Заметки о мастерстве / Г.Гинзбург // Вопросы фортепианного исполнительства. – Вып. 2. – Москва: Музыка, 1968. – С. 51–54.
40. Гинзбург Г. О работе над музыкальным произведением / Г.Гинзбург. – Москва: Музыка, 1968. – 112 с.

41. Горенко Л. Робота баяніста над музичним твором / Л.Горенко. – Київ: Музична Україна, 1982. – 39 с.
42. Григорян К.К. Некоторые особенности процесса образного мышления: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – Владимир, 1971. – 136 с.
43. Губанов Я.И. Архитектоника и процессуальность гармонии Д.Д. Шостаковича: Дис. канд. искусств. наук: 17.00.03. – Киев, 1982. – 147 с.
44. Гуренко Е.Г. Исполнительское искусство: методологические проблемы / Е.Г.Гуренко. – Новосибирск, 1985. – 87 с.
45. Давидов М.А. Історія виконавства на народних інструментах (Українська академічна школа): підруч. [для студ. вищ. та серед. муз. навч. закл.] / М.А.Давидов. – Київ: НМАУ ім. П.І. Чайковського, 2005. – 420 с.
46. Давыдов Н.А. Методика переложений инструментальных произведений для баяна. – Москва: Музыка, 1982. – 209 с.
47. Давидов М.А. Основи формування виконавської майстерності баяніста / М.А.Давидов. – Київ: Муз. Україна, 1983. – 72 с.
48. Давидов М.А. Теоретичні основи формування виконавської майстерності баяніста / М.А.Давидов.– Київ: Музична Україна, 1983– 72 с.
49. Давидов М.А. Школа виконавської майстерності баяніста (акордеоніста): посібн. [для студ. та педагог. вищ. та серед. навч. закл.] / М.А.Давидов. – Київ.: Видавництво імені Олени Теліги, 1998. – 112 с.
50. Давидов М.А. Теоретичні основи формування виконавської майстерності баяніста (акордеоніста): підруч. [для вищ. та серед. муз. навч. закл.] / М.А.Давидов. – Київ.: Музична Україна, 2004. – 240 с.
51. Зейгарник Б.В. Мотивы мышления // Психологические исследования интеллектуальной деятельности / Под ред. О.К. Тихомирова. – Москва: Изд-во МГУ, 1979. – С. 34–38.
52. Зелинский А.Б. Диагностика индивидуальных особенностей музыкальной памяти: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – Киев, 1986. – 16 с.
53. Интонация и музыкальный образ / Под ред. Б.М. Ярустовского. – Москва: Музыка, 1965. – 353 с.

54. Камилларов Е. О технике левой руки скрипача / Под ред. Л.Н. Раабена. – Ленинград: Музгиз, 1961. – 63 с.
55. Кан–Калик В.А. Педагогическая деятельность как творческий процесс: Автореф. дис. ... д-ра педагог. наук. – Л., 1985. – 36 с.
56. Климов Е.А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимости от типологических свойств нервной системы / Е.А.Климов. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1969. – 277 с.
57. Клюкин Ю.П. К вопросу об использовании классического репертуара в исполнительской практике баяниста / Ю.П.Клюкин // Вопросы методики и теории исполнительства на народных инструментах. – Свердловск: Сред.-Урал. кн. изд-во, 1986. – С. 152–168.
58. Коган Г.М. У врат мастерства / Г.М.Коган. – Москва: Сов. композитор, 1977. – 176 с.
59. Колесов Л. Содержание и форма работы баяниста над музыкальным произведением / Л.Колесов // Баян и баянисты. – Вып. 4. – Москва: Сов. композитор, 1978. – С. 13–32.
60. Корто А. О фортепианном искусстве. / Пер. с франц. Вступ. Статья и прим. К.Х. Аджемова. – Москва: Музыка, 1965. – 354 с.
61. Корыхалова Н.П. Интерпретация музыки / Н.П.Корыхалова. – Ленинград: Музыка, 1979. – 207 с.
62. Костюк А.Г. Восприятие мелодии / Отв. ред. А.И. Муха. – Киев: Наукова думка, 1986. – 190 с.
63. Костюк Г.С. Вопросы психологии мышления / Г.С.Костюк // Психологическая наука в СССР. – Москва: Изд-во АПН РСФСР, 1959. – Т. 1. – С. 357–440.
64. Костюк О.Г. Сприймання музики і художня культура слухача / О.Г.Костюк. – Київ: Наукова думка, 1965. – 122 с.
65. Котляревський І.А. Діатоніка і хроматика як категорії музичного мислення / І.А.Котляревський. – Київ: Музична Україна, 1971. – 153 с.
66. Красный В. Технические возможности русской семиструнной гитары. – Москва, 1963.– 212 с.

67. Кременштейн Б.Л. Педагогика Г.Г.Нейгауза. – Москва: Музыка, 1984. – 89 с.
68. Кременштейн Б.Л. Педагогические аспекты воспитания музыкального мышления в исполнительском классе / Б.Л.Кременштейн // Вопросы воспитания музыканта–исполнителя / Отв. Ред Кременштейн Б.Л. – Вып. – Москва: Изд–во ГМПИ им. Гнесиных, 1983. – С. 63–88.
69. Кремлев Ю.А. Интонация и образ в музыке // Интонация и музыкальный образ / Под ред. Б.М. Ярустовского. – Москва: Музыка, 1965. – С. 54–72.
70. Кулоткин Ю.Н. Рефлексивная регуляция мыслительных действий // Психологические исследования интеллектуальной деятельности / Под ред. О.К. Тихомирова. – Москва: Изд–во МГУ, 1979. – С. 23–28.
71. Лесман И.А. Очерки по методике обучения игре на скрипке / И.А.Лесман. – Москва: Музгиз, 1964. – 271 с.
72. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Отв. Ред. Ю.М.Забродин, Е.В.Шорохова. – Москва: Наука, 1984. – 444 с.
73. Лук А.Н. Мышление и творчество. – Москва: Политиздат, 1976 – 144 с.
73. Ляшенко І.Ф. Музика в системі естетичного виховання. – Київ.: Вид–во тов–ва „Знання” УССР, 1975. – 48 с.
74. Мазель Л.А. Строение музыкальных произведений: Учебное пособие / Л.А.Мазель. – 2–е изд. доп. и перераб. – Москва: Музыка, 1979. – 536 с.
75. Мазель Л.А., Цуккерман В. Анализ музыкальных произведений / Л.А.Мазель, В.Цуккерман. – Москва: Музыка, 1967. – 752 с.
76. Максимов В.Н. Анализ ситуации художественного восприятия / В.Н.Максимов // Восприятие музыки / Ред.–сост. В.Н. Максимов. – Москва: Музыка, 1980. – С. – 54–90.
77. Малинковская А. Специфика исполнительского анализа музыкального произведения / А.Малиновская // Вопросы воспитания музыканта–исполнителя. – Вып. 68. – Москва: Музыка. 1983. – С. 88–103.
78. Мартынов И. Мануэль де Фалья / И.Мартынов.– Москва, 1986.– 190 с.
79. Мартынов И. Музыка Испании / И.Мартынов. – Москва, 1977.–188 с.
80. Мартинсен А. Несколько слов о гитаре / А.Мартинсен. – Москва, 1927.– 86 с.

81. Мартинсен К. Индивидуальная фортепианная техника / К.Мартинсен. – Москва: Музыка, 1966. – 229 с.
82. Медушевский В.В. Двойственность музыкальной формы и восприятия музыки // Восприятие музыки / Ред.–сост. В.Н. Максимов. – Москва: Музыка, 1980. – С. 178–195.
83. Медушевский В.В. О динамическом контрасте в музыке // Эстетические очерки. – Вып. 2 / Под ред. С.Х. Раппопорта /. – Москва: Музыка, 1967. – С. 212–244.
84. Мейлах Б.С. Психология художественного творчества: предмет и пути исследования // Психология процессов художественного творчества / Отв. ред. Б.С. Мейлах и Н.А. Хренов. – Ленинград: Наука, 1980. – С.5–23.
85. Миракян А.И. Константность и функциональная гибкость восприятия / А.И.Миракян // Вопросы психологии. – Вып. 4, 1983. – С. 104–110.
86. Мирошников Ю.И. Познавательная сущность эмоциональных состояний: Дис. ... канд. философ. наук. – Свердловск, 1975. – 167 с.
87. Михайленко Н. Методика преподавания игры на шестиструнной гитаре / Н.Михайленко. – Киев, 2003, 248 с.
88. Михеев В.Ф. Наследственная обусловленность некоторых индивидуальных особенностей памяти человека / В.Ф.Михеев // Проблема генетической психофизиологии. – Москва: Наука, 1983. – С. 254–262.
89. Мострас К. Динамика в скрипичном искусстве / К.Мострас. – Москва: Музгиз, 1957. – 53 с.
90. Мострас К. Интонация на скрипке. Методический очерк. Материалы по вопросу скрипичной интонации / К.Мострас. – Москва: Музгиз, 1962. – 155 с.
91. Музыка и психология: Рекомендательный указатель литературы / Московский гос. Пед–кий ин–т им. В.И. Ленина. Фундаментальная библиотека. – Москва: Научно–библиографический отдел, 1978. – 54 с.
92. Музыкальное искусство и формирование нового человека: Сб. ст. / Сост. А.Г. Костюк. – Киев: Музична Україна, 1982. – 238 с.
93. Музыкальная педагогика и исполнительство на русских народных инструментах / Под ред. Имханицкого М.Й., Кузовлева В.П. – Москва: Изд–во ГМПИ им. Гнесиных, 1984. – 152 с.

94. Музыкально–литературный ежемесячный журнал «Аккорд».– Тюмень, 1913; 1914; 1918.
95. Музыкально–литературный ежемесячный журнал «Гитарист». – Москва, 1904–1906.
96. Музыкально–литературный ежемесячный журнал «Музыка гитариста». – Тюмень 1907–1910.
97. Муха А.І. Принципи програмності в музиці / А.І.Муха. – Київ: Наукова думка, 1966. – 161 с.
98. Назайкинский Е.В. Логика музыкальной композиции / Е.В.Назайкинский. – Москва: Музыка, 1982. –319 с.
99. Назаров И.Т. Основы музыкально–исполнительской техники и метод ее совершенствования / И.Т.Назаров. – Москва: Музыка, 1969. – 134 с.
100. Небылицын В.Д. Основные свойства нервной системы человека / В.Д.Небылицын. – Москва: Просвещение, 1966. – 383 с.
101. Нейгауз Г.Г. Об искусстве фортепианной игры: [записки педагога] / Г.Г.Нейгауз. Москва: Музыка, 1988.– 5–е изд.– 240 с.
102. Николаев А.А. Некоторые вопросы развития фортепианной техники / А.А.Николаев // Очерки по методике обучения игре на фортепиано. – Вып.2. – Москва: Музыка, 1965. – С. 235–265.
103. Нипрокин В. Этюды о гитаре / В.Нипрокин. – Одесса, 2004.– 88 с.
104. Озеров В.Ю. Теория музыкального мышления и проблемы изучения целостности в музыке // Методологические вопросы теоретического музыкознания. – Вып. 22 / Ред.–сост. С.Я. Матвеева. – Москва: Изд–во ГМПИ им. Гнесиных, 1975. – С. 173–231.
105. Оборин Л. Композитор–исполнитель / Л.Оборин // Вопросы фортепианного исполнительства. Вып. 3. – Москва: Музыка, 1973. – С. 138–141.
106. Оборин Л. О некоторых принципах фортепианной техники / Л.Оборин // Вопросы фортепианного исполнительства. Вып. 2. – Москва: Музыка, 1968. – С. 71–80.
107. Оськина С.Е. Основные свойства внутреннего музыкального слуха и принципы его совершенствования: Автореф. дис. ... канд. искусств. наук, спец.: 17. 00. 02. – Москва, 1984. – 22 с.

108. Павлов В.С. Формирование творческого воображения учащихся в обучении: Автореф. дис. ... канд. педагог. наук. – Киев, 1973. – 24 с.
109. Палшков Б. Особливості звуковидобування та інтонування на альті / Б.Пашков. – Київ: Музична Україна, 1982. – 92 с.
110. Паньков О.С. О работе баяниста над ритмом/ О.С.Паньков. – Москва: Музыка, 1986. – 62 с.
111. Переверзев Н. Проблемы музыкального интонирования. / Под ред. Ю. Рагса. – Москва: Музыка, 1966. – 224 с.
112. Персон Р. Мышцы–антагонисты в движениях человека. – Москва: Наука, 1965. – 115 с.
113. Пономарев Я.А. Психология в системе комплексных исследований творчества // Психология процессов художественного творчества / Отв. Ред. Мейлах В.С. и Хренов Н.А. – Ленинград: Наука, 1980. – С. 24–32.
114. Пономарев Я.А. Психология творчества / Я.А.Пономарев – Москва: Наука, 1976. – 300 с.
115. Проблемы музыкального стиля: Сб. науч. Тр. / Отв. Ред. С.С. Григорьев.– Москва: Изд–во МГК им. П.И. Чайковского, 1982. – 157 с.
116. Проблемы научного творчества в современной психологии / Под ред. М.Г. Ярошевского. – Москва: Наука, 1971. – 333 с.
117. Прокофьев Г.П. Формирование музыканта–исполнителя–пианиста / Под ред. Г.М. Теплова. – Москва: Изд–во АПН РСФСР, 1956. – 480 с.
118. Протопопов В. Принципы музыкальной формы И.С. Баха / В.Протопопов. – Москва: Музыка, 1981. – 347 с.
119. Психология процессов художественного творчества / Под ред. Б.С. Мейлаха и Н.А. Хренова. – Ленинград: Наука, 1980. – 284 с.
120. Психология формирования и развития личности / Под ред. Л.И. Анциферовой. – Москва: Наука, 1981. – 364 с.
121. Пуриц И. Специфика развития музыкального слуха у баяниста / И.Пуриц // Проблемы педагогики и исполнительства на русских народных инструментах. – Вып. 95. – Москва: ГМПИ им. Гнесиных, 1987.– С. 58–74.
122. Пухальский Я.Г. Методика обучения игре на бандуре / Я.Г.пухальский. – Киев: Изд–во КГК им. П.И. Чайковского, 1978. – 98 с.

123. Пясковский И.Б. Логика музыкального мышления / И.Б.Пясковский. – Киев: Муз. Украина, 1986. – 180 с.
124. Рабинович Д.А. Исполнитель и стиль / Д.А.Рабинович. – Вып. 1. – Москва: Советский композитор, 1979. – 320 с.
125. Раппопорт С.Х. Искусство и эмоции / С.Х.Раппопорт. – Москва: Музыка, 1968. – 160 с.
126. Роль художественного воображения в раскрытии содержания музыкального произведения: Метод. рекоменд. для студентов / Сост. Л.М.Горенко. – Харьков: Изд-во ХИИ им. И.П. Котляревского, 1983.– 20 с.
127. Рубинштейн С.Л. Принципы и пути развития психологии / С.Л.Рубинштейн. – Москва: Изд-во АН СССР, 1959. – 354 с.
128. Рувинский Л.И. Самовоспитание чувств, интеллекта, воли / Л.И.Рувинский. – Москва: Знание, 1983. – 158 с.
129. Сайгушина О.П. Художественный образ в творчестве музыканта–исполнителя: Автореф. дис.канд. искусств.наук:17.00. 02.– Л.,1980.– 23 с.
130. Самітов В.З. Виконавська інтерпретація як втілення художнього задуму композитора (загально–філософський аспект) // Педагогічна взаємодія в умовах реформування освіти: Зб. Наук. Праць / За заг. Ред. Г.Є. Гребенюка; Мін-во мистецтва і туризму України, Луганськ. держ. інст. культури і мистецтв, Обл. Метод. Кабінет учб. Закладів мистецтва та культури. – Харків: Стиль Іздат, 2006. – С. 294–306. (Проблеми сучасності: культура, мистецтво, педагогіка).
131. Самітов В.З. Психотехніка як джерело нових емоцій / В.З.Самітов // Музичне мистецтво і культура. Науковий вісник Одеської державної музичної академії імені А.В. Нежданової. Випуск 6. / Гол. Редактор О.В. Сокол. – Одеса: Друкарський дім, 2005. – С. 305–314. Укр. та рос. Мовами.
132. Самітов В.З. Специфіка мислення музиканта–виконавця / В.З.Самітов // Проблеми сучасності: культура, мистецтво, педагогіка: Збірник наукових праць – Харків–Луганськ: Стиль Іздат, 2006. – С. 134.
133. Самітов В.З. Теоретичні основи музично–виконавської естетики / В.З.Самітов // Музикознавчі студії. Наукові збірки Львівської державної музичної академії імені Миколи Лисенка: Збірка статей – Вип. 11. / Редактори–упорядники: А. Душний, С. Карась, Б. Пиц – Вінниця: НОВА КНИГА, 2006. – С. 59–68.

134. Семененко Е.И. Регулирующая роль внимания в процессе деятельности: Дис. канд. психол. наук: 19. 00. 01. – М., 1975. – 189 с.
135. Семенов В.А. Формирование технического мастерства исполнителя на готово–выборном баяне / В.А.Семенов // Баян и баянисты. – Вып. 4. – Москва: Сов. Композитор, 1978. – С. 54–78.
136. Семенов И.Н. Системное исследование мышления в решении творческих задач: Дис. канд. психол. наук: 19. 00. 01. – М., 1980. – 216 с.
137. Сеченов И.М. Элементы мысли / И.М.Сеченов. – Сб. избр. Ст. – М. – Ленинград: Изд–во АН СССР, 1943. – 221 с.
138. Сокол А.В. Исполнительские ремарки, образ и музыкальный стиль / А.В.Сокол. – Одесса: Моряк, 2007. – 276 с.
139. Соколов О.В. О принципах структурного мышления в музыке / О.В.Соколов // Проблемы музыкального мышления. – Москва: Музыка, 1974. – С. 153–176.
140. Сраджев В.П. Взаимодействие слуховой и двигательной сфер в процессе формирования исполнительской техники пианиста: Автореф. дис. канд. искусств. наук: 17. 00. 02. – Л., 1984. – 21 с.
141. Стеценко В. Закономірності інтонування на скрипці / В.Стеценко. – К.: Музична Україна, 1977. – 52 с.
142. Суворов Н.Н. Воображение в художественном творчестве: Дис. ... канд. философ. наук. – Л., 1980. – 147 с.
143. Судариков А.Ф. Исполнительская техника баяниста / А.Ф.Судариков. – Москва: Сов. Композитор, 1986. – 52 с.
144. Тихомиров О.К. «Искусственный интеллект» и теоретические вопросы психологии / О.К.Тихомиров // Психологические исследования интеллектуальной деятельности / Под ред. О.К. Тихомирова. – Москва: Изд–во МГУ, 1979. – С. 5–15.
145. Ушинский К.Д. Избранные педагогические сочинения: в 4 т. – Москва: Книга, 1954. – Т. 2. – 732 с.
146. Фейнберг Е.Л. Кибернетика, логика, искусство / Е.Л.Фейнберг. – Москва: Радио и связь, 1981. – 144 с.

147. Фейнберг С. Путь к мастерству / С.Фейнберг // Вопросы фортепианного исполнительства. – Вып. 1. – Москва, 1965. – С. 78–127.
148. Флеш К. Искусство скрипичной игры: Пер. с нем. основной части Р.Ф. Валашека, раздел „Основные упражнения” дан в пер. И.В. Сафонова / Вст. ст., ред., коммент. и доп. К.А. Фортунатова. – Москва: Музыка, 1964. – 269 с.
148. Хитрук А.Ф. Проблемы взаимодействия композиторского и исполнительского творчества: Автореф. Дис. канд. искусств. наук. – Ленинград, 1987. – 24 с.
149. Цагарелли Ю.А. Исследование некоторых индивидуальных особенностей студентов в процессе воспитания музыканта // Вопросы профессионального воспитания баяниста. – Вып. 48 / Отв. ред. Б.М. Егоров. – Москва: Изд-во ГМПИ им. Гнесиных, 1980. – С. 3–19.
150. Цагарелли Ю.А. Психология музыкально–исполнительской деятельности: Автореф. дис. д-ра психол. наук. – Л., 1989. – 31 с.
151. Чайченко Г.М. Физиология высшей нервной деятельности / Г.М.Чайченко, П.Д.Харченко. – Киев: Вища школа, 1981. – 296 с.
152. Чиняков А. Преодоление технических трудностей на баяне / А.Чиняков. – Москва: Музыка, 1982. – 51 с.
153. Шамажян М.Е. Музыкальный образ, его исполнительская интерпретация и воспитание: Автореф. дис. канд. искусств. наук: 17. 00. 02. – М., 1988. – 23 с.
154. Шадрин В.М. Психологические основы формирования двигательных навыков. – Казань: Изд-во КГУ, 1978. – 176 с.
155. Шахов Г. Развитие слуховой активности учащихся баянистов музыкальных кружков и студий художественной самодеятельности / Г.Шахов. – Москва: Изд-во МГИК, 1981. – 80 с.
156. Шахов Г. Игра по слуху, чтение с листа и транспонирование в классе баяна / Г.Шахов. – Москва: Музыка, 1987. – 181 с.
157. Шульпяков О.Ф. Техническое развитие музыканта–исполнителя / О.Ф.Шульпяков. – Ленинград: Музыка, 1973. – 103 с.
158. Шульпяков О.Ф. Музыкально–исполнительская техника и художественный образ: Автореф. дис. ... д-ра искусств. наук. – Москва, 1986. – 39 с.

159. Шульпяков О.Ф. Фактор обобщения в процессе формирования исполнительского мастерства / О.Ф.Шульпяков // Вопросы воспитания музыканта–исполнителя. – Вып. 68. – Москва: Музыка, 1983. – С. 42–62.

160.Щапов А. Некоторые вопросы фортепианной техники / А.Щапов. – Москва: Музыка, 1968. – 148 с.

161. Юрьев О. Виразальні можливості скрипкових штрихів / О.Юрьев. – Київ: Музична Україна, 1974. – 112 с.

162. Якубовская В.А. Слухомоторный синтез формирования музыканта–исполнителя: Автореф. дис. канд. искусств. наук.– Ленинград, 1985– 24 с.

163. Янкелевич Ю.И. Смена позиций в связи с задачами художественного исполнения на скрипке: Автореф. дис. ... канд. искусств. наук. – Москва, 1955. – 16 с.

164. Ямпольский И. Никколо Паганини / И.Ямпольский. – Москва, 1961, 286 с.

Зміст

Про книгу	3
РОЗДІЛ I. Еволюція становлення української домрової школи.....	5
1.1. Передумови рухових прийомів домриста	5
1.2. Методи профілактики перевтоми та захворювання рук	11
1.3. Основи художньої техніки домриста.....	22
РОЗДІЛ II. Психофізіологічна домінантність виконавського стану домриста	25
2.1. Уявлення	25
2.2. Мислення, пам'ять, увага та воля	26
2.3. Воля та її функції.....	33
РОЗДІЛ III. Виконавська технологія домрового мистецтва	36
3.1. Постановка виконавського апарату	36
3.2. Положення й робота правої руки домриста	39
3.3. Положення і робота лівої руки.....	40
3.4. Роль медіатора в органіці домрового звуку	44
3.5. Прийоми гри на домрі.....	46
3.6. Класифікація та характеристика домрових штрихів.....	51
Розділ IV. Координація музично-ігрових рухів у штриховій техніці домриста	54
4.1. Музично-ігрові рухи правої руки	54
4.2. Музично-ігрові навички лівої руки	60
4.3. Розвиток пасажної техніки	73
4.4. Аплікатура.....	78
4.5. Координація та рухова синхронність	83
4.6. Техніка виконання мелізмів	85
Розділ V. Виконавська творчість	95
5.1. Виховання навичок виконавської творчості	95
5.2. Робота над музичним твором	97
РОЗДІЛ VI. Ансамбль, як невід'ємна складова домрового виконавства	101
6.1. Ансамблеве виконавство в Україні.....	101
6.2. Особливості та принципи перекладення музичних творів для ансамблю домрового складу.....	103
6.3. Функції керівника ансамблю.....	106
6.4. Функції учасників ансамблю.....	108
Список використаної літератури	111

