**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА**

**«ПОСТАНОВКА РУК, КАК ОСНОВНОЙ ФАКТОР РАЗВИТИЯ ТЕХНИКИ ДОМРИСТА»**

Преподаватель по классу домры

МБУДО «ДМШ № 6 им. Э.З.Бакирова» г.Казани

Елена Николаевна Разрывина

г.Казань

2024 г.

Содержание

1. Введение.

2. Постановка исполнительского аппарата.

* а)Подготовительные упражнения
* б) Посадка ученика и положение инструмента
* в) Постановка правой руки
* г) Функции пальцев и постановка левой руки

3. Развитие техники

4. Заключение

5. Список используемой литературы.

**Введение.**

Домра - старинный русский инструмент. В истории её много невосполнимых пятен. Несмотря на репрессии, которым подвергалась домра, массовые сжигания, - она не канула в лету, а возродилась. И существует по сей день. Это говорит о её слитности с русским народом, яркой индивидуальности.

Древнерусская домра существовала в 16-17 столетиях. Этот инструмент был чрезвычайно популярен, народные исполнители музицировали на домрах, изготовлявшихся профессиональными мастерами. Существовали мастера высокого класса, которые могли изготовить домры, которые имеют и по сей день огромную художественную ценность. И вот, с искоренением скоморошества в 17 веке, профессиональное исполнительство музыкантов исчезает. Прекращается производство домр, так как даже за их хранение грозила смертная казнь.

Лишь с появлением имени Семёна Ивановича Налимова, который в период с 1852 по 1916 годы при тесном сотрудничестве и поддержке Василия Васильевича Андреева изготавливал струнные русские народные инструменты, в том числе и домры, можно говорить не только о появлении инструментов, сделанных высокопрофессионально, но и о новом рождении домры.

Сегодняшняя домра, хотя и имеет глубокие национальные и исторические корни, - очень молодой инструмент. Несмотря на свою молодость, домровое исполнительство шагнуло далеко вперёд. Домристы заняли почётное место в ряду музыкантов других специальностей. Произошёл заметный сдвиг в создании оригинального репертуара. Значительную роль в этом сыграли и продолжают играть концерты для домры Н.Будашкина, Ю.Зарицкого, Ю.Шишакова, обработки народных песен В.Городовской.

Большой популярностью пользуются сочинения лауреата Международных и Всероссийских конкурсов домриста А.Цыганкова. Заметный вклад в репертуар домристов внёс карельский композитор В.Кончаков.

Но, пожалуй, главную роль в развитии домры как солирующего инструмента играет музыкальное образование во всех его звеньях.

На современном этапе развития инструмента необходимо создание новых форм и методов обучения на домре. Пересматривать уже устоявшиеся положения, такие как постановка исполнительского аппарата, работа над звуком, различными видами техники, приёмами игры и так далее.

Одной из важнейших современных задач является развитие инициативы и заинтересованности педагогов ДМШ в привлечении учащихся на струнные народные инструменты.

**ПОСТАНОВКА ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО АППАРАТА.**

**Подготовительные упражнения.**

Развитие художественного мышления ученика можно рассматривать как главную цель работы педагога-музыканта, а решение узкоспециальных задач является средством достижения этой цели.

На постановку исполнительского аппарата учащегося следует обращать особое внимание, так как от этого во многом будет зависеть дальнейшее развитие техники ученика. Следует с самого начала вырабатывать у ученика чувство естественной посадки, свободного положения рук.

Прежде чем преступить к обучению игре на домре, необходимо изучить комплекс подготовительных упражнений.

Цель этих упражнений заключается в том, чтобы научить учащегося сознательно руководить своими движениями и контролировать состояние мышц. При переходе из пассивного состояния в активное, следует зафиксировать работу мышц, которые участвуют в игре, проконтролировать полное их расслабление. Надо следить за тем, чтобы не возникало излишнего напряжения.

Очень важно, чтобы первые упражнения вызывали интерес у учащегося. Упражнения должны иметь названия, чтобы вызывать в воображении ученика близкие ему ассоциации.

**В качестве подготовительных упражнений**

**можно использовать следующие:**

1. «*Полоскание»*- согнутся в поясе, руки свободно висят, двигать руками, имитируя полоскание. Внимание следует направить на освобождение мышц плеча, шеи, рук.

2. *«Листики»* - поднять руки вверх и раскачивать в разные стороны, изображая, как колышутся листики на деревьях. Внимание надо направить на свободные запястья и кисти рук.

3. *«Робот»* - надо предложить ученику расслабить плечи, затем их поднять и напрячь весь корпус, представив себя роботом, затем - полностью расслабиться. Ученик должен прочувствовать степень напряжения мышц и ощущение лёгкости после их расслабления.

**Существуют отдельные упражнения для расслабления рук в локтях:**

1. *«Плавание»* - развести руки в стороны, на счёт «раз, два» надо согнуть их в локтях. На счёт «три, четыре» разогнуть. Следить за мягкостью движений предплечий и за свободными кистями рук.

2. *«Руки устали»* - на счёт «раз, два» руки плавно согнуть в локтях. На счёт «три, четыре» опустить руки вниз, как будто руки устали. Внимание направить на ощущение резкого расслабления мышц.

3. *«Красим стенку»* - надо поднять руки до уровня груди и медленными движениями «красить стенку». Правая рука имитирует удержание медиатора. Внимание обратить на работу предплечья и ощущение свободы в запястье.

4. *«Ветерок»* - обмахиваем лицо, при этом локти согнуты, кисти на уровне лица.

5*. Заключительное упражнение*: Нужно поднять руки вверх и постепенно освобождать кисть, запястья, локоть и плечо. Рука при этом свободно падает вниз. Рука должна свободно раскачиваться.

Также хорошие упражнения можно найти в пособиях: А. Д. Артоболевская «Первая встреча с музыкой», С. Шальман «Я буду скрипачом».

**Посадка ученика и положение инструмента.**

Посадка должна быть удобной для исполнителя, внешне собранной и подтянутой. Сидеть надо примерно на половинке стула, слегка наклонив корпус вперёд. Левая нога становится под прямым углом к полу, правая нога закидывается на левую. Наиболее приемлем вариант посадки с использованием специальной подставки под правую ногу. Это помогает избежать профессиональных заболеваний.

Правая нога может ложиться на голень в эпизодах, требующих предельной собранности и наибольшей свободы исполнительского аппарата. Или можно класть колено правой ноги на бедро левой. Такие варианты посадки встречаются у зрелых домристов.

Инструмент кладётся на бедро правой ноги и прижимается корпусом исполнителя. Чтобы инструмент был лучше закреплён, на бедро правой ноги кладут поролон или резиновую основу.

Головка грифа находится примерно на уровне левого плеча.

Правая рука располагается серединой предплечья на край корпуса инструмента, чуть-чуть выше кнопок, на которые крепятся струны. Угол наклона деки примерно 35-45 градусов. Исполнитель должен видеть все три струны.

**Существуют 5 основных точек опоры:**

1. Нижняя часть корпуса инструмента, которая опирается в бедро правой ноги.

2. Верхняя часть инструмента, прижимаемая корпусом исполнителя.

3. Предплечье правой руки.

4. Мизинец правой руки.

5. Кисть левой руки.

Если педагог уверен, что посадка и положение инструмента естественные, можно переходить к постановке рук.

**Постановка правой руки.**

Прежде чем переходить к постановке правой руки, необходимо выполнить следующий цикл подготовительных упражнений, задача которых подготовить руки к положению на инструменте.

1. *«Градусник»* - для отработки удара вниз. Пальцы правой руки собрать, как будто держим медиатор. Делаем свободное движение, как будто встряхиваем градусник. Ученик должен ощутить тяжесть кисти и точку в конце броска. Правую руку можно ронять на колено, фиксируя внимание на тяжести кисти.

2. *«Который час»* - упражнение для правильного подъёма, округления и освобождения кисти. Нужно поднять правую руку, как будто смотрим на часы. Кисть должна свисать, а запястье оставаться свободным.

3. *«Привет»* - упражнение для отработки кистевых движений. Нужно поднять руку и помахать кистью в разные стороны, как будто приветствуя кого-то. Внимание нужно направить на свободное и ровное движение кисти. Затем это движение нужно делать на столе, собрав пальцы правой руки, как будто держим медиатор.

Потом это движение переносим на картон, который прижат к груди. Далее это же движение выполняем на панцире домры (без медиатора).

Шитенков И.И. в своей работе «Специфика звукоизвлечения на домре» пишет: «При постановке правой руки для большей наглядности, особенно с начинающими учениками, нужно проделать следующее. Поставить на стол вертикально согнутую в локте правую руку, опустить кисть, расслабив пальцы, собрать все пальцы в кулак (при этом кисть несколько выпрямится). Зафиксировав это положение, разгибаем руку в локте до тех пор, пока пальцы, согнутые в кулак (ладонью вниз), не приблизятся к столу. Теперь разгибаем четыре пальца до того момента, когда первая фаланга указательного пальца сравняется с первой фалангой большого пальца, и ногти всех четырёх пальцев будут касаться стола. Это расположение пальцев, а также величина изгиба кисти и будут исходными для правой руки. (Индивидуальные особенности в строении руки могут вызвать коррективы величины угла изгиба кисти.)».

При постановке правой руки не нужно спешить. С самого начала можно играть pizz.  большим пальцем, т.е. не использовать медиатор.

Н.Т.Лысенко в работе «Методика обучения игре на домре» пишет: «Начиная с рizziсаtо, ученик должен осваивать один из важнейших моментов постановки правой руки для игры медиатором, а именно - положение правой руки и кисти. Главное же при этом заключается в том, что рizziсаtо большим пальцем гарантирует извлечение качественного звука уже с первых уроков. Очень важно, что впоследствии, пользуясь медиатором, ученик, сравнивая качество щипкового звука со звуком медиатора, сможет включиться в слуховой самоконтроль качества звучания».

Включение медиатора в работу должно проходить вне инструмента. На середину третьей (ногтевой) фаланги указательного пальца накладывается перпендикулярно медиатор, кончик которого выпускается не более чем на 3-4 мм. Медиатор прижимается второй (ногтевой) фалангой большого пальца.

Кисть должна иметь округлую форму. Некоторые педагоги сравнивают кисть правой руки с куполом, шариком и так далее.

Ногти должны быть выстроены в одну линию, мизинчик немного приподнят и выдвинут. Это необходимо для его скольжения по панцирю инструмента.

Педагог должен проследить, чтобы ученик не напрягался при удержании медиатора.

Первые движения руки на инструменте и ощущения ученик запомнит надолго. Важно, чтобы медиатор проходил струну легко и свободно, не застревая на ней. Первые движения производятся кистью от себя и к себе. Движение должно быть естественным, без участия предплечья. Лучше начинать освоение движений правой руки со струны «ля».

Движение вниз - это естественное природное движение, а вот «движение вверх...целая наука! Р.В.Белов предлагает естественную «подвеску» кисти правой руки на предплечье с полной свободой запястья. Обратный щипок совершается подцепляющим движением запястья, причём движение запястья первично, а сам щипок (после предварительного нажатия на струну) вторичен» (Цыганков А. «Золотой звук Рудольфа Белова»).

Между звуками должны быть паузы, длящиеся столько, сколько нужно, чтобы успеть сбросить напряжение с руки. В дальнейшем такие паузы будут короче. Это необходимо для того, чтобы научиться давать отдых руке во время игры. Нужно следить, чтобы звучание инструмента было нежным, мягким, певучим. Сначала можно отдельно поработать над движениями вниз, затем над движениями вверх и соединить их. При работе над этими движениями можно одновременно изучать и приёмы игры, виды туше (бросок, толчок, нажим).

Кисть правой руки должна опираться на ноготь мизинца. Мизинец не должен отрываться от панциря инструмента.

В мышцах рук не должно быть напряжения. Для выработки свободных кистевых движений Н.Ф.Олейников в разработке «О правой руке домриста» предлагает цикл упражнений. Он рекомендует сначала на столе, а потом на панцире инструмента выполнять полукруговые движения. Полезно также вращать кисть в воздухе, описывая цифры 3, 6, 8, 9, 0. Эти упражнения нужно выполнять с медиатором, заниматься регулярно по 5-7 минут.

Изучение приёма тремоло также надо начинать вне инструмента (на столе, на картоне). Тремоло бывает трёх видов: кистью, кистью с предплечьем и всей рукой. В зависимости от характера исполняемой музыки нужно выбирать вид тремоло.

**Функции пальцев и постановка левой руки.**

Постановка левой руки должна обеспечивать свободу движения пальцев и лёгкость перемещения всей кисти по грифу инструмента при смене позиций.

При постановке левой руки необходимо изучить предварительные упражнения без инструмента, которые направлены на освобождение мышц руки от излишнего напряжения.

1*. «Зеркальце»* - нужно свободно поднять левую руку с разворотом кисти к себе. Пальцы при этом полусогнуты, большой палец немного в стороне. Чтобы ученики не прижимали ладонь к грифу можно сказать, что в руке лежит зеркальце и, чтобы его не раздавить, ладонь к грифу прижимать нельзя.

2. *«Колечки»*- левую руку ученик ставит на стол на уровне глаз и из пальцев составляет «подзорную трубу», соединяя по очереди 1, 2, 3, 4 пальцы с большим пальцем.

3. *«Дай, дай»*- кисть развернуть к себе и свободно сгибать и разгибать пальцы, как будто что-то прося.

4. *«Иди сюда»* - нужно согнуть руку в локте и поманить к себе каждым пальчиком. При движении одного пальца другие пальцы не должны сгибаться. Движения делать на четыре счёта каждым пальцем.

Положение левой руки на инструменте следующее: ладонь не касается грифа, гриф слегка должен поддерживаться большим пальцем и основанием первого пальца. Рука должна быть почти перпендикулярна по отношению к грифу. Локоть должен находиться в естественном положении и не должен прижиматься к туловищу.

И.И.Шитенков в своей работе «Специфика звукоизвлечения на домре» предлагает определить положение грифа следующим образом: «Установить инструмент, согнуть левую руку в локте и положить гриф у верхнего порожка во впадину между большим и указательным пальцами. Переместить кисть, скользя по грифу до основания корпуса. Если ничто не мешает грифу свободно двигаться, он отклонится. Закрепив инструмент в этом положении, вернём кисть обратно. При этом гриф окажется приближен к основанию указательного пальца. Зафиксированное положение и является наиболее удобным для данного исполнителя».

«У разных детей руки различны: большие, маленькие, пальцы длинные, средние, короткие и т.д. Но при любом строении руки, функции пальцев остаются одинаковыми» (Н. Ф. Олейников «Вопросы совершенствования техники левой руки домриста»).

Большой палец выполняет следующие функции: поддерживает гриф домры, участвует в исполнении аккордов, противопоставляет своё давление снизу-вверх при нажатии струн пальцами на гриф, облегчает перемещение руки по грифу при смене позиций.

Необходимо следить за тем, чтобы большой палец сильно не прижимался к грифу. Это приводит к скованности левой руки и затрудняет смену позиций. Указательный палец более развит и выполняет различные движения и функции. Средний палец и безымянный в основном повторяют функции указательного пальца. А вот мизинец - это самый слабый палец и с трудом поддаётся развитию. Его следует постоянно укреплять и развивать.

Основа развития всей техники левой руки заключается в рациональности движений пальцев. Нужно следить за собранностью пальцев, они как бы «молоточками» должны ставиться на струну ближе к порожкам. Важно, чтобы пальцы прижимали струну не чрезмерно, т.к. это ведёт к искажению звука и излишнему напряжению.

Известны три способа первоначальной организации движений пальцев левой руки. Один из них предполагает следующий порядок включения в игру пальцев: 1,2,3,4 (Н.Ф.Олейников «Вопросы совершенствования техники левой руки домриста»), а другой - в обратном порядке: 4,3,2,1 (И.Фоченко «Об организации двигательного аппарата домриста»). Третий способ предлагает В. Рябов в своей работе «Формирование основ двигательной техники левой руки у учащихся в классе домры»: 2,3,4,1.

Последний способ является более прогрессивным методом постановки левой руки. Он заключается в том, чтобы начинать расстановку пальцев на грифе следует со второго, а затем включать в работу третий палец. Второй и третий пальцы обладают наименьшей боковой растяжкой, поэтому нужно именно им придавать самое выгодное центральное положение, которое бы обеспечивало их свободное поднятие и опускание. При постановке пальцев от 1 к 4, 3 и 4 пальцы нередко висят в воздухе или проваливаются под гриф. А метод Рябова помогает с самого начала обеспечить правильное расположение всех четырёх пальцев над грифом, что создаёт предпосылки для наиболее рациональной постановки.

Что касается метода И.Фоченко (от 4 к 1), то такая постановка обеспечивает хорошую растяжку, что очень важно при исполнении на домре широких интервалов - секст, октав.

Профессор РАМ В.Чунин рекомендовал своим ученикам играть мелкотехнические этюды без правой руки, но каждая нота должна быть слышна. Это становится возможным лишь при правильном падении пальцев на лады. Эту же мысль поддерживает и продолжает Т.И.Вольская: «Каждый палец активен в падении только в момент игры, при работе любого другого из пальцев он не реагирует на активность, сохраняя лёгкость».

**Развитие техники.**

Техника - это сформировавшееся исполнительское умение, основу которого составляет совершенная координация движений.

Техника - это способность передавать средствами своего инструмента художественное содержание воплощаемого произведения.

Беглость пальцев левой руки - одна из основных технических трудностей при игре на домре. Беглость пальцев левой руки необходимо развивать с самого начала обучения игре на инструменте. Очень важным условием успешной работы над развитием техники является одновременная работа над разными её видами.

Ежедневный тренировочный материал, основанный на использовании упражнений, гамм, этюдов, фрагментов из оркестровых партий, занимает значительное место в совершенствовании технического мастерства домриста.

М.А.Ижболдин в своём учебно-методическом пособии предлагает в качестве ежедневного тренировочного материала упражнения, специально написанные для домры.

Сборник упражнений состоит из двух частей:

1 часть – 50 одноголосных упражнений (два раздела);

2 часть – 50 двухголосных упражнений (два раздела).

Упражнения первой части направлены на:

1. Закрепление основ постановки исполнительского аппарата;

2. Совершенствование пальцевой техники;

3. Воспитание силы и выносливости;

4. Изучение техники смены позиций (полупозиций);

5. Умение формирования качественного звука;

6. Использование тембровых возможностей домры;

7. Улучшение координации игровых движений;

8. Изучение исполнительских приёмов и штрихов;

9. Изучение ритмических вариантов;

10. Решение определённых музыкальных задач.

Упражнения второй части рекомендуются для наиболее продвинутых учеников, они связаны с изучением игры терциями и секстами. Аппликатура упражнений второго разделы (секст) основана на чередовании 3, 1 и 4, 2 пальцев.

Все упражнения построены на секвенционных оборотах и легко запоминаются. Их особенностью является постоянное использование открытой струны, что даёт возможность небольшого отдыха пальцам левой руки и время для подготовки следующего движения, связанного со сменой позиции.

Также в работе можно использовать упражнения В.Рябова, И.Фоченко.

Педагоги по классу домры очень часто используют в своей работе упражнения для скрипки Г.Шрадика, в основном 25 упражнений из первой части. Здесь можно решать такие задачи:

- отработку координации движений;

- закрепление основ постановки;

- отработку различной атаки звука (бросок, толчок, нажим);

- воспитание силы и выносливости.

Работу над любыми упражнениями надо начинать обязательно с медленного темпа, а затем очень постепенно доводить его до нужного темпа. А также до необходимой свободы исполнения.

Нужно упражняться с полным вниманием, при отсутствии усталости. Необходимо контролировать состояние игрового аппарата, качество звукоизвлечения. Лучше играть короткие упражнения, чем длинные. Обязательно располагать задания в последовательности от простого к сложному. Стараться, чтобы в каждом упражнении содержался элемент из средств выразительности (динамика, тембр, артикуляция, темп).

При работе с начинающими домристами могут быть использованы упражнения М.А.Ижболдина, 3.Ставицкого, В.Рябова, О.Шевчика, Г.Шрадика и другие.

 Педагог, привнося элемент творчества на урок, может сам изобретать упражнения и рекомендовать их ученикам.

**Заключение.**

Рост и созревание ученика связано с расширением представлений, углублением ощущений, с активным стремлением ярче выразить характер и содержание музыки. Технический аппарат при этом следует развивать так, чтобы он был в полном контакте с растущими задачами, помогал их выполнять и умел подчиняться всем проявлениям музыкальной воли.

Список используемой литературы:

* Шитенков И.И. «Специфика звукоизвлечения на домре»
* Цыганков А.А. «Золотой звук Р.Белова»
* Фоченко И. «О организации двигательного аппарата домриста»
* Рябов В. «Формирование основ двигательной техники левой руки у учащихся в классе домры»
* Лысенко Н.Т. «Методика обучения игры на домре»
* Олейников Н.Ф. «О правой руке домриста».