

Внимание и его действие обученному музыканту и оценка воспроизводимости тренировок

Комил Бурунович Холиков
Туркистанский инновационный университет

Аннотация: Тренировка (тренинг) музыканта - «обучать, воспитывать, метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков, а также социальных установок. В области музыки это - регулярные музыкальные упражнения гаммы, арпеджио и т.п. с целью повышения работоспособности или поддержания музыкальных результатов на основе процессов роста. Тренировки в соревновательных видах музыки существенно отличаются от тренировок в обычное время. Выдающиеся мастера своего дела по сравнению с рядовыми музыкантами отличаются не только более высоким уровнем развития музыкальных способностей, таких, как слух, память, воображение, но и более высоким уровнем развития у них внимания.

Ключевые слова: тренировки, упражнения, внимания, упражнение гаммы, арпеджио, музыкальная деятельность, результат

Attention and its action to a trained musician and evaluation of training reproducibility

Komil Buronovich Kholikov
Turkistan Innovative University

Abstract: Training (training) of a musician is “to teach, educate, an active learning method aimed at developing knowledge, skills, and social attitudes. In the field of music, this is the regular musical exercise of scales, arpeggios, and the like. in order to increase performance or maintain musical results based on growth processes. Competitive music training is very different from regular training. Outstanding masters of their craft, compared with ordinary musicians, are distinguished not only by a higher level of development of musical abilities, such as hearing, memory, imagination, but also by a higher level of development of their attention.

Keywords: training, exercises, attention, scale exercise, arpeggio, musical activity, result

Изучение психологии творчества музыкантов самых разных профилей наглядно показывает и доказывает, что выдающиеся мастера своего дела по

сравнению с рядовыми музыкантами отличаются не только более высоким уровнем развития музыкальных способностей, таких, как слух, память, воображение, но и более высоким уровнем развития у них внимания. Более того, часто именно способность к сильной концентрации внимания на музыкальной деятельности в конечном счете обеспечивает впечатляющие художественные результаты.

Различные параметры внимания, как- то: устойчивость, переключаемость, распределение, тесно связаны с индивидуальными особенностями нервной системы, способностями человека, опытом работы, тренированностью в данном виде деятельности. Лица с сильной нервной системой, обладающие выносливостью нервных клеток, имеют способность длительно удерживать интенсивное внимание. Те, кто обладает подвижностью нервных процессов, без труда переключают свое внимание с одних объектов на другие. Побочные раздражители для лиц с сильной нервной системой являются стимулирующим фактором для повышения внимания к основному виду деятельности. Для лиц со слабой нервной системой воздействие отвлекающих раздражителей ведет к ухудшению показателей выполняемой работы.

Внимание человека связано также с такими индивидуально-типологическими особенностями, как интроверсия (обращенность вовнутрь, к своим собственным переживаниям) и экстраверсия (обращенность вовне, к явлениям внешнего мира). При выполнении какой- либо работы экстраверты, в силу их большей подвижности, делают чаще установку на скорость выполнения. Это отрицательно сказывается на точности выполняемой деятельности. Интровертам более свойственна установка на точность выполнения задания. Различна и переключаемость внимания у интровертов и экстравертов. Она более легко дается экстравертам и затруднена у интровертов. Легкость переключения связана у них с предрасположенностью реагирования на внешние обстоятельства, что напоминает произвольное изменение направленности внимания. Интроверту бывает трудно переключать внимание с одного предмета на другой, но зато его внимание отбирает наиболее существенные и важные моменты для выполняемой деятельности.

Напряженное концентрированное внимание представляет собой тяжелый умственный труд, истощающий нервные клетки головного мозга, ведущие в данный момент работу, в результате чего в них возникают тормозные процессы и процесс возбуждения переходит на другие участки мозга. Для того, чтобы этого не происходило, рекомендуется ограничивать время занятий четырьмя часами, с необходимыми промежутками для отдыха. На вопрос о том, будет ли музыкант продвигаться быстрее, работая восемь часов вместо четырех, И. Гофман отвечал: «Слишком долгая игра в один день оказывает отрицательное

влияние на успехи в занятиях, потому что, в конце концов работа плодотворна только тогда, когда выполняется с полной умственной сосредоточенностью, а последняя может поддерживаться лишь в течение определенного времени... Помните, что в занятиях сторона количественная имеет значение лишь в сочетании с качественной.» Гофман рекомендовал через каждые полчаса делать паузу и никогда не заниматься больше одного часа подряд или, самое большее, двух часов с перерывом.

Музыкальная память - это способность человека к запоминанию, сохранению в сознании и последующему воспроизведению музыкального материала. Музыкальная память включает в себя два аспекта: знание (узнавание) музыки и умение её воспроизвести голосом или на музыкальном инструменте.

Музыкальная память включает в себя два аспекта: знание (узнавание) музыки и умение её воспроизвести голосом или на музыкальном инструменте. Таким образом, музыкальная память делится на опознающую - слушательскую (низший уровень) и на воспроизводящую - исполнительскую (высший уровень). Оба уровня находятся во взаимосвязи. Теоретики музыкального исполнительства пришли к единому мнению, согласно которому музыкальная память соединяет различные виды памяти. Для исполнителя нужны слуховая, зрительная, тактильная, мускульная или моторная». Слуховая и зрительная относятся к образному, картинному содержанию мышления, поэтому они объединяются в психологии под термином «образная память». И поскольку музыка это - искусство слуховых впечатлений и восприятий, то музыкальная память представляет собой, прежде всего, слуховую. Зрительная память сказывается в способности запоминать как нотный текст, так и пианистические движения, поскольку они связаны с представлением клавиатурного пространства. Исследования, проводимые психологами, выявили и подтвердили прямую зависимость между качеством музыкальной памяти и уровнем сформированности слуха и ритма. Чем больше они развиты, тем эффективнее действуют механизмы музыкальной памяти и наоборот.

Тактильная память (память прикосновения) лучше всего развивается в процессе игры на музыкальном инструменте: с закрытыми глазами или в темноте. Это приучает исполнителя более внимательно слушать себя и контролировать ощущения кончиков пальцев. Мускульная (или моторная) - память на игровые движения и действия. Этот вид памяти должен быть хорошо развит, так как без мгновенной нервной реакции на прикосновение, техника невозможна. Движения не должны быть механическими, - они должны стать автоматическими (подсознательными). Только научившись играть не глядя, можно достаточно ясно представить себе, как надёжна бывает моторная память. Произвольная логическая память. «Музыка - прежде всего логика. Как бы мы не

определяли музыку, мы всегда найдём в ней последовательность глубоко обусловленных звучаний, и эта обусловленность родственна той деятельности сознания, которую мы называем логикой». В книге «Психологическая коррекция музыкально - педагогической деятельности» выделяются три основных направления логического запоминания: смысловая разбивка, выявление опорных пунктов-ориентиров и смысловое сопоставление. Первое направление связано с анализом музыкальной формы. Процесс осмысленного запоминания должен двигаться от частного к целому, объединяя мелкие структурные составные во всё более крупные. Второе - это выявление ориентиров с последующим движением от одного к другому. Далее сознание должно переключаться на более крупные построения вплоть до целостного художественного образа. Третье направление включает в себя сопоставление тонального и гармонического планов, линии фактуры, особенностей голосоведения.

Музыкальная память должна характеризоваться достаточной ёмкостью и быстротой запоминания, оперативностью и точностью воспроизведения произведений, даже спустя длительное время. Запоминание - начальный, многокомпонентный и своеобразный процесс выделения, анализа, отбора и синтеза отдельных сторон звучания и законченных его отрывков. Он начинается вместе с восприятием музыки и сопровождает его, принимая различные формы, в зависимости от цели музыкальной деятельности. В процессе увлечённого слушания музыка непроизвольно запоминается как бы сама по себе. Отсюда более естественным и распространённым является непроизвольная музыкальная память. Большое значение для запоминания музыки имеет эмоциональное отношение. Важную роль эмоциональных факторов для высокой эффективности запоминания отмечал Г.М.Коган «Та музыка, которая вас потрясёт, тронет, взволнует до глубины души, запомнится, ... ибо трудно и мало эффективно учить на память "холодным способом". Одно из замечательных достояний человека - это эмоциональная память, память на пережитые чувства и эмоции. Она является основой ладового чувства и музыкальности, без неё невозможно исполнительское и композиторское творчество. В структуре эмоциональной памяти можно выделить три основных уровня. Высший из них занимает память на представления эмоционального мира музыкально - художественных образов. На среднем уровне находится память на представление эмоционального содержания музыки. Низший уровень занимают представления эмоциональных настроений музыки.

Эмоциональная память - основа сопереживания, как в музыке, так и в других видах искусства. Благодаря ей, человек может глубже прочувствовать содержание музыкального произведения. Сохранение запечатлённого материала

- следующая важная функция памяти. Это процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала, овладения им. Хорошо осмысленный материал запоминается лучше. Прочность сохранения обеспечивается повторением, которое служит подкреплением и предохраняет от забывания. Повторение должно быть разнообразным и проводиться в разных формах: факты необходимо сравнивать, сопоставлять, приводить в систему. При однообразном повторении отсутствует мыслительная активность, снижается интерес к заучиванию, а поэтому и не создается условий для прочного сохранения. Если сохраняемый материал долгое время не извлекается из памяти, то он претерпевает изменения, всё более обобщается, многие детали выпадают, остаётся самое важное и существенное. Поэтому одно и то же, но запечатлённое ранее существенно отличается от вновь выученного. Процесс воспроизведения включает в себя припоминание, которое направлено на использование запомнившегося материала на исполнительскую деятельность. Воспроизведение может быть произвольным и произвольным. Произвольное - это ненамеренное воспроизведение, без цели вспомнить, когда образы всплывают сами собой, чаще всего по ассоциации. Произвольное воспроизведение - целенаправленный процесс восстановления в сознании прошлых мыслей, чувств, стремлений, действий. Иногда произвольное воспроизведение происходит легко, иногда требует усилий. Сознательное воспроизведение, связанное с преодолением известных затруднений, требующее волевых усилий, называется припоминанием. Качества памяти наиболее отчетливо обнаруживаются при воспроизведении. Оно является результатом и запоминания, и сохранения. Судить о запоминании и сохранении мы можем только по воспроизведению. Воспроизведение - не простое механическое повторение запечатленного. Происходит мыслительная переработка материала: изменяется план изложения, выделяется главное, вставляется дополнительный материал, известный из других источников. Процесс забывания - естественный процесс. Многое из того, что закреплено в памяти, со временем забывается. А это, в первую очередь то, что не применяется, не повторяется, к чему нет интереса, что перестаёт быть для человека существенным. Детали забываются скорее, обычно дольше сохраняются в памяти выводы, общие положения. Забывание протекает неравномерно во времени. Наибольшая потеря материала происходит сразу же после его восприятия, а в дальнейшем забывание идёт медленнее.

Ученик, обладающий хорошей памятью, быстрее разучивает произведения и накапливает музыкальные впечатления - это дает ему возможность интенсивнее продвигаться вперед. Хорошая память помогает ему уверенно чувствовать себя на сцене и ярче проявить себя во время публичного исполнения

произведения. Если ученик обладает неплохой памятью, то часто, разбирая, он многое уже запоминает. Правильно разобранный произведение надо тотчас же доучить, а не ждать, пока оно само запомнится. В иных случаях произведение следует специально учить на память. Механическое заучивание, достигаемое путём лишь многократного и часто формального, бездумного проигрывания произведения, основано главным образом, на моторной памяти. Она может изменить исполнителю при волнении; к тому же подобный метод работы лишён почти всякого музыкального смысла и при этом требует затраты относительно длительного времени. Повторения - важный и необходимый этап успешного усвоения фортепианного произведения, но продуктивными они могут быть тогда, когда учащийся умеет рационально их организовать, разумно распределить в течение своего рабочего времени. Наиболее эффективно протекают такие повторения, в основе которых лежит осмысленная деятельность ученика. Каждое повторение музыкального отрывка обязательно должно быть сознательным, преследовать определенную цель, сопровождаться решением какой-либо новой задачи, поставленной учащимся самому себе. Г.М.Коган говорит, что «повторять пьесу - значит вновь работать над ней».

Моторная память необходима, но как фактор, дополняющий активное запоминание, которое неразрывно связано с вслушиванием в музыку в мелодию, сопровождение, гармонические обороты. Необходимо также осознать логику в последовательности разделов произведения (вообще его форму), в строении того или иного эпизода, представлять гармонический план, рисунок фигурации, характерные особенности. Когда ученик усвоит последовательность гармоний, он дополнит её соответствующим мелодическим рисунком. Всегда надо также понять структуру того или иного пассажа, уловить принцип его построения, переходя к последующему и т.д. Важнейшими приемами осмысленного анализа и запоминания музыкального материала являются: 1) Смысловая группировка изучаемой пьесы, т.е. разделение её на части, каждая из которых представляет собой определенный смысловой, логически завершённый элемент музыкального материала; 2) Смысловое соотношение частей, эпизодов музыкального произведения, сопровождаемое установлением и осознанием сходства и различия между ними; сравнение, сопоставление элементов фактуры, голосоведения, мелодии и аккомпанемента; осмысление характерных особенностей полифонии, тонального плана, гармонического языка. Чрезвычайно важно, чтобы ученик всегда слышал, видел в нотах, где ошибается, знал, в чём суть данной неточности или затруднения в запоминании, умел в них разбираться, найти те или иные детали в тексте, облегчающие запоминание. Выучивание на память следует вести сначала по отдельным большим или меньшим разделам, построениям, в медленном темпе; затем переходить к

соединению их в более крупные части и далее к медленному же проигрыванию всего произведения с тщательным вслушиванием и детальным осознанием текста. Такое исполнение должно быть хорошо освоено учеником и прочно закреплено в памяти. Попытки преждевременного перехода к подвижным темпам обычно плохо влияют на качество игры, так как учащийся не может сохранить при этом музыкальную осмыслённость исполнения.

Надёжными являются повторы через короткие промежутки времени после первоначального заучивания. Но работа по нотам должна постоянно чередоваться с проигрыванием фрагментов наизусть. Выученное произведение полезно просматривать по нотному тексту, выискивая в нём всё новые смысловые связи, детали, уточняя возникшие в памяти пробелы, освежая музыкальные представления. Полная исполнительская свобода наступает, когда музыкант в состоянии восстановить произведение во всех деталях мысленно, не глядя в ноты и не прибегая к инструменту. Такая способность развивается постепенно и чем раньше, тем лучше. Внутренний слух позволяет исполнителю ещё до воспроизведения самого первого звука чувствовать произведение в виде общего комплекса. Чтобы выученное произведение надолго и прочно сохранилось в памяти, надо уметь играть его без нот, начиная с любого места, по требованию педагога, а также исполнять его в замедленном темпе и также проигрывать его мысленно. Техническая отделка произведения, усвоение его содержания и выучивание наизусть происходят почти одновременно.

Игра наизусть является необходимым условием для творческой свободы исполнителя. Основная задача педагога заключается в том, чтобы с первых уроков приучать ребёнка к осмысленной работе, построенной на анализе нотного текста. Осознание того, что хотел выразить в своей музыке композитор, позволит юному музыканту организовывать свою самостоятельную работу, экономить время, а эмоциональный подход к занятиям избавит от механической зубрёжки. Правильно организованные и продуманные домашние занятия укрепят веру в свои силы, которая так необходима исполнителю на сцене. А тщательно проработанное музыкальное произведение позволит сконцентрировать внимание не на нотном тексте, а на своём отношении к исполняемой музыке. И только тогда исполнитель забудет о страхе и станет получать удовольствие от общения со слушателями.

Использованная литература

1. К.Б. Холиков. О соответствующих последовательности трех аккордов - тоники, субдоминанты и доминанты. *Scientific progress*. 2 (№ 3), pp. 1068-1073.
2. К.Б. Холиков. Краткая характеристика месторождения хора. *Scientific progress*. 2 (№ 3), pp. 1074-1079.

3. К.Б. Холиков. «Колесо навыков» как универсальный инструмент помощи соискателям для подготовки к управлению хором. *Scientific progress*. 2 (№ 3), pp. 1080-1086.

4. К.Б. Холиков. Краткая характеристика хорового коллектива. *Scientific progress*. 2 (№3), pp. 710-714.

5. К.Б. Холиков. Преобразования в музыкальной деятельности Узбекистана по сфере хорового искусство. *Scientific progress*. 2 (№3), pp. 722-727.

6. К.Б. Холиков. Многоголосные формы музыки на основе традиционных принципов организации. *Scientific progress* 2 (4), 375-379.

7. К.Б. Холиков. Манеры пения хорового коллектива и анализ произведения музыки с подвижной структурой и комбинируемым материалом. *Scientific progress* 2 (4), 550-556.

8. К.Б. Холиков. Проблемы автоматизированного сбора информации по анализу музыки, гармонию, контрапункта и совокупность аккордов. *Scientific progress* 2 (4), 361-369.

9. К.Б. Холиков. Тенденции строгой и детальной фиксации в музыке. *Scientific progress* 2 (4), 380-385.

10. К.Б. Холиков. Новые языковые тенденции музыкального образование ввремя пении хорового коллектива. *Scientific progress*. 2 (№3), pp. 1025-1031.

11. К.Б. Холиков. Специальный барьер для заключительного этапа каденции как процесс музыкально-технической обработки произведения. *Science and Education* 2 (12), 710-717.

12. К.Б. Холиков. Природа отношений, регулируемых инструментом возбуждения музыкальных эмоций при коллективном пении. *Scientific progress*. 2 (№ 3), pp. 1032-1037.

13. К.Б. Холиков. Структура физических упражнений на уроках музыки. *Scientific progress*. 2 (№ 3), pp. 1060-1067.

14. К.Б. Холиков. Некоторые задачи, сводимые к вокальным управлениям голоса, при кантрапунктной музыки. *Scientific progress*. 2 (№3), pp. 697-704.

15. К.Б. Холиков. Обучение хоровому пению в рамках кружковой деятельности. *Scientific progress*. 2 (№3), pp. 715-721.

16. К.Б. Холиков. Актуальные задачи высшего профессионального образования и стратегии обучения по направлениям музыки и музыкальное образование. *Science and Education* 2 (11), 1039-1045.

17. К.Б. Холиков. Обширные знания в области музыкальных наук Узбекистана и порядка функционального взаимодействия в сфере музыки. *Scientific progress* 2 (6), 940-945.

18. К.Б. Холиков. Воспитание эстетического вкуса, исполнительской и слушательской культуры. *Science and Education* 3 (2), 1181-1187.

19. К.Б. Холиков. Пение по нотам с сопровождением и без него по классу сольфеджио в высших учебных заведениях. *Science and Education* 3 (5), 1326-1331.

20. К.Б. Холиков. Строительство уникальных знаний и сооружений по музыке в высшей, учебных заведениях. *Scientific progress* 2 (6), 958-963.

21. К.Б. Холиков. Отличие музыкальной культуры от музыкального искусства в контексте эстетика. *Science and Education* 3 (5), 1562-1569.

22. К.Б. Холиков. Место творческой составляющей личности преподавателя музыки и её роль в обучении детей общеобразовательной школе. *Science and education* 3 (8), 145-150.

23. К.Б. Холиков. Диезли мажор ва минор тоналлигини аниқлашнинг оптимал усуллари. *Science and Education* 3 (9), 416-421.

24. К.Б. Холиков. Проблема бытия традиционной музыки Узбекистана. *Science and Education* 3 (5), 1570-1576.

25. К.Б. Холиков. Проблематика музыкальной эстетики как фактическая сторона повествования. *Science and Education* 3 (5), 1556-1561.

26. К.Б. Холиков. Бемолли мажор ва минор тоналлигини аниқлашнинг оптимал усуллари ва креативлиги. *Science and Education* 3 (10), 533-539.

27. К.Б. Холиков. Теоретические основы определения механических свойств музыкальных и шумовых звуков при динамических воздействиях. *Science and Education* 3 (4), 453-458.

28. К.Б. Холиков. Детальный анализ музыкального произведения. *Science and Education* 4 (2), 1069-1075.

29. К.Б. Холиков. Локально-одномерные размеры, основа динамично развитого произведения музыки. *Science and Education* 3 (11), 1007-1014.

30. К.Б. Холиков. Перенос энергии основного голоса к другим голосам многоголосной музыки. *Science and Education* 3 (12), 607-612.