

## **Эти рекомендации будут полезны тем родителям, у которых ребёнок начинает учиться играть на фортепиано.**

У Вас появился инструмент, и маленький музыкант уже старается выучить первые пьесы. Ваша задача на первом этапе – организовать возможность сделать оптимальной высоту стула, при необходимости – соорудить подставку для ног, проверить, достаточно ли места для того, чтобы стул стоял на некотором расстоянии от фортепиано.

1. Во-первых, стул должен устойчиво стоять на четырёх ножках. Запомните, на круглом, крутящемся стуле сложнее удерживать равновесие. Кроме этого, такие стулья обычно быстро разбалтываются и начинают шататься под действием веса тела. А это очень нежелательно, так как мешает ощущению устойчивой опоры во время игры.
2. Удобный прямоугольный стул с регулируемой высотой можно купить в магазине музыкальных инструментов.
3. Подойдёт и обычный устойчивый стул. При помощи подставки для стула надо отрегулировать его высоту. Она должна быть такой, чтобы локти ребёнка не оказались ниже клавиатуры. Они должны находиться на уровне клавиатуры, или даже чуть выше неё.

Вы можете помочь своему ребёнку, если будете напоминать ему правила посадки за инструментом. Посадка - это очень важный момент, и часто от правильной посадки зависит не только развитие хорошего игрового аппарата, правильная постановка рук, но и здоровье позвоночника ребёнка в будущем

Конечно, вашему ребёнку на уроке говорится о правильной посадке, но, как показывает практика, детям свойственно забывать такие моменты. Поэтому напоминать о том, как надо сесть за инструмент приходится не только ученикам первого класса.

**Итак, если ваш ребёнок садится дома за фортепиано, полезным было бы напомнить ему, что:**

1. Мы садимся не на всю площадь стула, а на краешек, на половину стула. Тогда мы делаем правильную и хорошую опору на пятки.



2. Кроме того, учёные утверждают, что наиболее благоприятна для позвоночника такая посадка, при которой бедро составляет с туловищем прямой угол.
3. Локти должны свободно свисать, а не торчать в стороны, как крылья у птицы.

### **Расстояние между клавиатурой и корпусом исполнителя.**

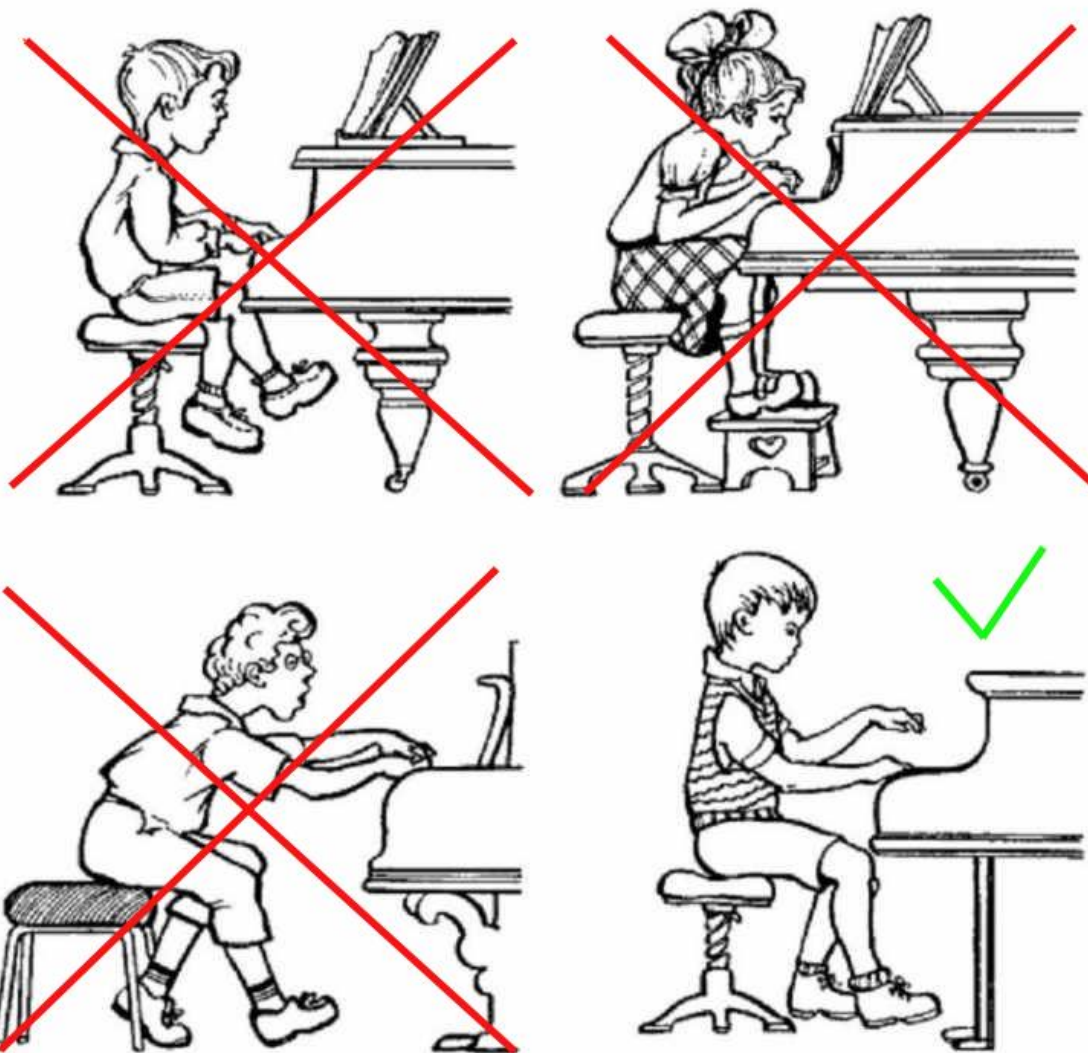
Для того, чтобы проверить правильность расстояния между клавиатурой и корпусом, достаточно вытянуть руки вперёд, ладонями вниз. Локти должны быть при этом прямыми, а кончики пальцев должны упираться в начало клавиш, в переднюю стенку рояля (пианино). Если при таком положении спина (позвоночник) перпендикулярна полу – значит всё в порядке!



### **Положение ног.**

1. Рекомендации относительно положения ног простые: угол в коленном суставе - 90 градусов, тогда в ногах будет достаточно опоры. Если же рост ребёнка не позволяет посадить его с соблюдением такого условия, то для исправления ситуации существуют специальные подставки для ног. При помощи них можно отрегулировать наиболее удобное положение для игры.

2. Осанка при игре не должна страдать. Очень важна не натянутая, прямая спина, свободные, опущенные вниз плечи, опущенные, висящие свободно локти, расслабленные кисти рук. При таком положении во всём теле будет ощущаться лёгкость, непринуждённость, активная готовность к любым действиям за роялем.



Начинающему музыканту интересно многое сыграть на инструменте, и он вряд ли будет вспоминать о правильной посадке за инструментом. Именно поэтому помощь родителей в данном вопросе будет весьма желательной и просто необходимой. Не пожалейте на это своего времени – и ваши усилия обязательно окупятся сторицей!