



CET ÉTÉ BOOSTEZ VOTRE NIVEAU !

**Прокачайте свой уровень этим летом*

От автора

Для тех из вас кто хочет «прокачать» свой гитарные навыки, редакция журнала решила приготовить расписание постоянных занятий на следующие два летних месяца. Вполне вероятно, что для многих из вас это один из самых благоприятных моментов для занятий, поэтому, в перерывах между пляжем, сном, футболом и едой, постарайтесь найти время для усердных занятий с вашим инструментом. Будьте методичны и настойчивы, и вы увидите, что к концу лета ваш уровень владения инструментом заметно повысится и вы сделаете еще один шаг к вашей цели. Прошу заметить, что данная статья ориентирована на то, чтобы дать вам несколько полезных советов и быть методическим пособием, а не сборником упражнений. Желаю вам прекрасно провести это лето, и пусть оно вам запомнится долгими часами магии игры на гитаре!

Арно Лепретр

От переводчика

Мои комментарии в скобках и курсиве. Все остальное – от автора. Личные вопросы либо по адресу usedforleft@gmail.com или в личку сайта forum.guitarplayer.ru. Комментарии и остальные вопросы в топике [Расписание занятий от Guitarist Magazine](#). Буду благодарен за замечания и дополнения. Для новичков в приложении бонус.

RGamza

Вступление.

Гитара, как и многие другие музыкальные инструменты, нелегка в освоении, и, чтобы освоить минимум основных техник исполнения, нужно много заниматься. Логично сделать вывод, что для тех из вас, кто хочет достичь высокого (тем более очень высокого) уровня мастерства, данная цель потребует **много ~~железных~~ часов усердных занятий и максимальной концентрации на их организованности и эффективности**. Для этого необходимо заниматься в течение определенного минимума часов каждый день, стараясь при этом создать такое расписание, в которое будут включены все основные элементы требующие отработки. **Расписание, предложенное мною в данной статье, было задумано и разработано для каждодневных трехчасовых занятий**. Знайте, что для того, чтобы достичь профессионального уровня, если только вы не гений или высокоодаренный человек, время занятий придется удвоить, или даже утроить, и так в течение многих лет.

Часть 1. Методология и практические советы

Для начала следует задуматься о самых важных аспектах, над которыми необходимо работать. Я считаю, что таковыми являются теория, сольфеджио, техника, работа над ритмом, знание и отработка аккордов, знание и отработка основных гамм, импровизация и солирование (что само собой подразумевает работу над бендами, слайдами, вибрато и фразировкой), работа (разучивание и репетиции – *прим. от переводчика*) над любимыми песнями или отрывками и, для тех кому это интересно, работа над сочинением и записью собственного материала. Все это я и попытался включить в данное расписание.

Однако стоит обратить внимание на один очень важный момент: при каждодневных занятиях на гитаре, т.е при серьезном и методичном следовании расписанию и плану занятий, вы рискуете ~~задрочиться до смерти~~ быть запертыми в вашей комнате и никогда не играть с другими людьми. Этого следует избегать, поэтому старайтесь, время от времени, поджемить в свое удовольствие с друзьями, так как игра в живом коллективе также поможет вам в развитии и сделает вашу игру более зрелой.

Во время каждодневных занятий, независимо идут они час, три или все восемь, **необходимо выделять несколько минут для отдыха**, чтобы «проветрить мозги» , немного походить, выпить стакан ~~вики~~ воды. Будьте максимально расслаблены во время игры на инструменте.

Также очень важно заниматься в **спокойном и удобном месте**, без отвлекающих посторонних шумов. Сделайте себе маленький уголок для занятий, в котором все будет в пределах доступности вытянутой руки и уже подключено, ибо если вам придется каждый день все подготавливать заново, это может отбить всякую охоту заниматься.

Я настоятельно советую как можно больше заниматься под метроном или драм машину, так как, если вы хотите прогрессировать, жизненно необходимо иметь хорошее чувство ритма. Также очень полезно как можно больше записывать и слушать свою игру, анализируя и выявляя,



таким образом, аспекты игры, которые стоит улучшить. Ну и наконец, очень важно играть на хорошо настроенном и отрегулированном инструменте.

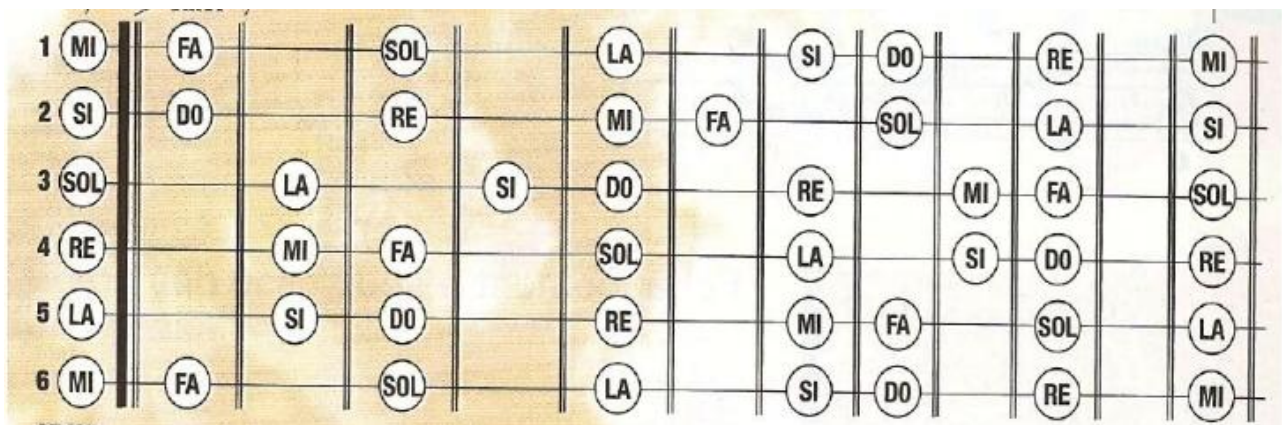
А теперь приступим к основной теме нашего разговора...

Часть 2. Подробный разбор тем и дисциплин указанных в расписании

Знание грифа

Полезно знать расположение нот на шести струнах и всех ладах. (Здесь автор не углубляется в объяснения, почему это полезно, но я думаю что это и так ясно, и ссылается на сайт журнала, где можно найти способы быстрого изучения этих нот. Учитывая, что там все на французском, отправляю вас к С.Б. Попову и его всем известному произведению, где все разжевано. - прим. переводчика.)

Гитарный гриф:



Теория и гармония

Важно знать как минимум основы теории, чтобы лучше понимать, что играет и расширить свои знания.

Этими основами являются: знание интервалов, строение аккордов, строение основных гамм, знаки при ключе для натуральных мажорных и минорных гамм / тональностей, принцип параллельных тональностей и гамм, принцип гармонизации гамм.

Сольфеджио и чтение с листа

Умение читать музыку — вещь первостепенная. Значит, необходимо уметь свободно читать ноты с листа, и знать основные ритмические фигуры (включая паузы). Запаситесь разными учебниками по данной теме и отрабатывайте упражнения под метроном при разных темпах. При этом старайтесь отрабатывать часть на гитаре и часть собственным голосом.

Основные моменты:

- чтение и распознавание нот с листа
- работа над ритмом

Пример ритмической записи:



Пример нотной записи:



Разогрев и гибкость пальцев

Перед тем, как начать играть, я советую разогреть и размять пальцы несколькими маленькими упражнениями. *(Далее идет ссылка на сайт, где лежит видео, но я думаю, что Петруччи по сабжу давно все грамотно разложил — прим. переводчика)*

Работа над техникой

Для того, чтобы хорошо играть, нужно иметь хорошую технику, и, поэтому, каждодневная отработка занятий направленных на ее улучшение необходима для развития **точности и легкости** игры, **синхронизации** обеих рук и, в случае необходимости, **увеличения скорости фраз**. Для этого вы можете либо разработать собственные упражнения, либо обратиться к специализированной литературе. Работа над техникой под метроном — основа основ, и интересно и полезно отрабатывать упражнения под разные ритмические фигуры (четвертые, восьмые, триоли четвертыми, шестнадцатые и т.д.). На всякий случай напомню, что не стоит забывать про риск тендинита *(и других болезней, естественно— прим. переводчика)*, начинайте с простых упражнений, играя их в первые минуты очень медленно. Разогревайте руки осторожно и постепенно.

Пример упражнения на технику:

The image shows a musical score for guitar, consisting of a treble clef staff and three bass clef staves labeled T, A, and B. The treble staff contains a melodic line with various intervals and a 'simile' marking. The bass staves contain rhythmic patterns and fingerings, with 'simile' markings and specific fingering sequences like '1-2-3-4', '4-3-2-1', and '1-2-3-4-5-4-3-2'. The score is set against a background of a sunset or sunrise over a body of water.

Знание аккордов

Знание множества различных аккордов позволит вам играть в большем количестве стилей музыки и иметь более богатую и разнообразную игру. Для каждого типа аккордов важно знать различные позиции и аппликатуры, а знание их обращений увеличит ваши возможности еще больше. Для этого советуем вам обзавестись сборником аккордов.

В нашем расписании, я разделил аккорды на различные группы (6 в общем количестве, что позволит каждый день работать над одной из них, и к концу недели отработать их всех):

Мажорные аккорды: Maj, aug, add2, Maj7, Maj6, Maj9, 6/9

Минорные аккорды: min, min7, min6, min7/9, min7/11, min7/13, minMaj7, min7b5

Доминантсептаккорды: 7, 7/9, 7/13

Альтерированные доминантсептаккорды: 7/5b (называемый также 7/11#), 7/5# (называемый также 7/13b), 7/9b, 7/9#

Аккорды с задержанием: sus2, sus4, 7sus4

Другие типы аккордов: dim, dim7, power chords, aug, aug7 etc

Работа над ритмом и риффами

Нет ничего лучше для отработки выученных аккордов и для установления хорошего чувства ритма, чем разучивание аккордовых или риффовых последовательностей, которые могут быть либо позаимствованы из уже существующих произведений, либо вашего собственного сочинения. Как бы то ни было, я вам советую для этого **заниматься под метроном**, а потом и под драм машину, начиная с маленького темпа, с постепенным его увеличением. Игра под аккомпанемент (здесь речь идет о минусовках — прим. переводчика) баса и ударных также будет очень полезна.

Знание основных гамм

Существует большое количество гамм, но, в зависимости от стиля музыки который вы играете, у вас скорее всего не появится необходимости знать их всех. Если вы играете в таких стилях как поп, рок, блюз, хард рок / метал, фанк и регги, то вам в особенности пригодятся следующие гаммы: мажорная гамма, мажорная и минорная пентатоники, натуральный и гармонический миноры и блюзовая пентатоника. Если вы играет джаз, вам придется также выучить мелодический минор, уменьшенные и увеличенные гаммы. Знание модальных

ладов (*ионийский, дорийский, фригийский и т.д — прим. переводчика*) также пригодится для большинства стилей и тоже обогатит вашу игру.

Таким образом, полезно знать теоретическую структуру каждой гаммы, ее аппликатуру на грифе и все это во всех тональностях. **Эти гаммы вам пригодятся, в том числе и для импровизации и создания собственных соло**, то есть поможет вам найти свое собственное чувство импровизации, обогатит вашу игру и запас «слов», отшлифовать фразировку и экспрессию и улучшить импровизацию под аккомпанемент или минус..

В предложенном мною расписании, основные гаммы (мажорная гамма, мажорная и минорная пентатоники, натуральный и гармонический миноры и блюзовая пентатоника) разбиты на шесть дней недели, и, для работы над импровизацией, на 12 мажорных и минорных тональностей, которые, в свою очередь, разбиты на 12 дней (т.е 2 недели), чтобы суметь отработать все к концу двухнедельного цикла. Стоит уточнить, что на каждый я день я вам назначаю одну мажорную тональность и параллельную ей минорную (напр. C / Am)

Работа над любимыми произведениями

Сделайте себе приятное - займитесь вашими любимыми произведениями и отработывайте их до тех пор, пока они не зазвучат в совершенстве. Для сложных партий возьмите в привычку не спешить и начинайте очень медленно, ускоряясь постепенно. Если под данные композиции у вас есть минуса, ни в коем случае не упускайте возможность их использовать, так как во-первых это весело, во-вторых это поставит вас в контекст игры в реальной группе и, как вы уже успели догадаться, еще больше повысит ваш уровень.

Создание собственного материала и запись

Независимо от вашего любимого музыкального направления или того, что вы играете, имеет смысл создавать свои собственные произведения или отдельные его части. В начале это будет даваться с трудом, но не забывайте, что **идеи приходят во время сочинения**, и, чем больше вы сочиняете, тем интереснее станут ваши идеи и сложнее станут композиции. Начните с простых риффов или ритмических рисунков, а затем попробуйте создать полное произведение (вступление, куплет, припев, соло, бридж и конец).

Подборка Must-Have материала для изучения *(от Переводчика)*

« Я вообще ничего не знаю и не умею, SOS! »

- Д. Агеев – Гитара. Уроки мастера для начинающих
- Гитара/ Рок-гитара для «чайников»

Постановка, начальная техника:

- П.Забуруев – Электрогитара: Механика Взаимодействия
- J.Andreas - The Principles Of Correct Practice For Guitar

Разминка, растяжка:

- J.Petrucci - Rock Discipline

Переменный штрих:

- P.Gilbert – Intense Rock 1&2

«Теория»:

- С.Попов - Аппликатурное мышление гитариста
- Теория музыки для чайников
- В.Манилов - Учись аккомпанировать на гитаре

Лады:

- F.Gambale – Modes :No More Mysteries
- Lick Library - Essential Guitar - The Modes

«Что делать с рычагом»

- M.L. Firkins Mastering Lead Guitar
- Lick Library - Ultimate Guitar Techniques - Tremelo Bar Techniques

Расписание занятий

(3 часа в день)

Разбивка на 6 дней, в течение 2х недель (повторять каждые 2 недели)

Прошу заметить, что некоторые предметы, например сольфеджио или техника, повторяются каждый день и вы сами определяете какими именно упражнениями вы будете заниматься. Другие предметы, такие как аккорды, гаммы и импровизация, меняются день от дня, согласно разработанной мною программе.

Неделя 1

 ПОНЕДЕЛЬНИК	 ВТОРНИК	 СРЕДА
<p>Знание грифа: 5 мин Теория и гармония: теория мажорной гаммы: 5 мин Сольфеджио и ритм: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 30 мин Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин Техника: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 60 мин Аккорды: теория и аппликатура мажорных аккордов: 10 мин Ритмика и риффы: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 1 ч 30 мин Гаммы: аппликатура мажорной гаммы: 10 мин Солирование и импровизация: тональность C: 10 мин Солирование и импровизация: тональность Am: 10 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 05 мин Отработка произведения На выбор: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 30 мин Сочинение и запись: 30 мин Общее время: 3 ч</p>	<p>Знание грифа: 5 мин Теория и гармония: теория гаммы натурального минора: 5 мин Сольфеджио и ритм: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 30 мин Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин Техника: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 60 мин Аккорды: теория и аппликатура минорных аккордов: 10 мин Ритмика и риффы: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 1 ч 30 мин Гаммы: аппликатура натурального минора 10 мин Солирование и импровизация: тональность D: 10 мин Солирование и импровизация: тональность Bm: 10 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 05 мин Отработка произведения На выбор: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 30 мин Сочинение и запись: 30 мин Общее время: 3 ч</p>	<p>Знание грифа: 5 мин Теория и гармония: теория мажорной пентатоники: 5 мин Сольфеджио и ритм: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 30 мин Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин Техника: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 60 мин Аккорды: теория и аппликатура доминантсептаккордов: 10 мин Ритмика и риффы: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 1 ч 30 мин Гаммы: аппликатура мажорной пентатоники 10 мин Солирование и импровизация: тональность E: 10 мин Солирование и импровизация: тональность C#m: 10 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 05 мин Отработка произведения На выбор: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 30 мин Сочинение и запись: 30 мин Общее время: 3 ч</p>
 ЧЕТВЕРГ	 ПЯТНИЦА	 СУББОТА
<p>Знание грифа: 5 мин Теория и гармония: теория минорной пентатоники: 5 мин Сольфеджио и ритм: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 30 мин Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин Техника: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 60 мин Аккорды: теория и аппликатура альт-х доминантсептаккордов : 10 мин Ритмика и риффы: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 1 ч 30 мин Гаммы: аппликатура минорной пентатоники: 10 мин Солирование и импровизация: тональность F: 10 мин Солирование и импровизация: тональность Dm: 10 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 05 мин Отработка произведения На выбор: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 30 мин Сочинение и запись: 30 мин Общее время: 3 ч</p>	<p>Знание грифа: 5 мин Теория и гармония: теория блюзового минора: 5 мин Сольфеджио и ритм: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 30 мин Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин Техника: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 60 мин Аккорды: теория и аппликатура аккордов с задержанием: 10 мин Ритмика и риффы: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 1 ч 30 мин Гаммы: аппликатура блюзового минора: 10 мин Солирование и импровизация: тональность G: 10 мин Солирование и импровизация: тональность Em: 10 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 05 мин Отработка произведения На выбор: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 30 мин Сочинение и запись: 30 мин Общее время: 3 ч</p>	<p>Знание грифа: 5 мин Теория и гармония: теория гармонического минора: 5 мин Сольфеджио и ритм: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 30 мин Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин Техника: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 60 мин Аккорды: теория и аппликатура оставшихся аккордов (dim, aug, power chords): 10 мин Ритмика и риффы: 15 мин Отдых: 5 мин Общее время: 1 ч 30 мин Гаммы: аппликатура гармонического минора: 10 мин Солирование и импровизация: тональность A: 10 мин Солирование и импровизация: тональность F#m: 10 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 05 мин Отработка произведения На выбор: 20 мин Отдых: 5 мин Общее время: 2 ч 30 мин Сочинение и запись: 30 мин Общее время: 3 ч</p>

Неделя 2



ПОНЕДЕЛЬНИК

Знание грифа: 5 мин
Теория и гармония: повторить знаки при ключе для мажорных тональностей и гамм: 5 мин
Сольфеджио и ритм: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 30 мин
Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин
Техника: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 60 мин
Аккорды: теория и аппликатура мажорных аккордов: 10 мин
Ритмика и риффы: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 1 ч 30 мин
Гаммы: аппликатура мажорной гаммы: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность В: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность G#m: 10 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 05 мин
Отработка произведения
На выбор: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 30 мин
Сочинение и запись: 30 мин
Общее время: 3 ч



ВТОРНИК

Знание грифа: 5 мин
Теория и гармония: повторить знаки при ключе для минорных тональностей и гамм: 5 мин
Сольфеджио и ритм: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 30 мин
Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин
Техника: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 60 мин
Аккорды: теория и аппликатура минорных аккордов: 10 мин
Ритмика и риффы: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 1 ч 30 мин
Гаммы: аппликатура натурального минора 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Db: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Bbm: 10 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 05 мин
Отработка произведения
На выбор: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 30 мин
Сочинение и запись: 30 мин
Общее время: 3 ч



СРЕДА

Знание грифа: 5 мин
Теория и гармония: теория параллельных тональностей и гамм: 5 мин
Сольфеджио и ритм: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 30 мин
Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин
Техника: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 60 мин
Аккорды: теория и аппликатура доминантсептаккордов: 10 мин
Ритмика и риффы: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 1 ч 30 мин
Гаммы: аппликатура мажорной пентатоники 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Eb: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Cm: 10 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 05 мин
Отработка произведения
На выбор: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 30 мин
Сочинение и запись: 30 мин
Общее время: 3 ч



ЧЕТВЕРГ

Знание грифа: 5 мин
Теория и гармония: гармонизация мажорной гаммы трезвучиями и аккордами в 4 ноты: 5 мин
Сольфеджио и ритм: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 30 мин
Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин
Техника: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 60 мин
Аккорды: теория и аппликатура альт-х доминантсептаккордов: 10 мин
Ритмика и риффы: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 1 ч 30 мин
Гаммы: аппликатура минорной пентатоники: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Gb: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Ebm: 10 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 05 мин
Отработка произведения
На выбор: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 30 мин
Сочинение и запись: 30 мин
Общее время: 3 ч



ПЯТНИЦА

Знание грифа: 5 мин
Теория и гармония: гармонизация натурального минора трезвучиями и аккордами в 4 ноты: 5 мин
Сольфеджио и ритм: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 30 мин
Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин
Техника: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 60 мин
Аккорды: теория и аппликатура аккордов с задержанием: 10 мин
Ритмика и риффы: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 1 ч 30 мин
Гаммы: аппликатура блюзового минора: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Ab: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Fm: 10 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 05 мин
Отработка произведения
На выбор: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 30 мин
Сочинение и запись: 30 мин
Общее время: 3 ч



СУББОТА

Знание грифа: 5 мин
Теория и гармония: гармонизация гармонического минора трезвучиями и аккордами в 4 ноты: 5 мин
Сольфеджио и ритм: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 30 мин
Разогрев и гибкость пальцев: 5 мин
Техника: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 60 мин
Аккорды: теория и аппликатура оставшихся аккордов (dim, aug, power chords): 10 мин
Ритмика и риффы: 15 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 1 ч 30 мин
Гаммы: аппликатура гармонического минора: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Bb: 10 мин
Солирование и импровизация: тональность Gm: 10 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 05 мин
Отработка произведения
На выбор: 20 мин
Отдых: 5 мин
Общее время: 2 ч 30 мин
Сочинение и запись: 30 мин
Общее время: 3 ч