

Wie geht eigentlich dieses "Üben"?

Nach dem Buch "Einfach üben" von Gerhard Mantel

Die in dem o.g. Buch aufgeführten Ideen dienen dazu, das eigene Üben zu überdenken und soll Anregungen geben, auf neue Arten zu üben.

Im folgenden werden einige dieser Überezepte vorgestellt und sind für alle Instrumente gültig. Ich habe diejenigen Überezepte herausgefiltert, die ohne Hintergrundwissen durchführbar sind, daher sind die Rezeptnummern nicht einer Reihenfolge entsprechend.

Rezept 2: Nach dem Prinzip "Problemlösung" üben

- Was ist eigentlich genau mein Problem?
- Was genau steht meiner Lösung des Problems im Weg?

Rezept 3: Konkrete Ziele und Erfolgskontrolle

Was will ich heute lernen? --> Was habe ich heute gelernt?
Kleine Ziele stecken: Bsp.: -Eine Zeile, nur eine Hand, nur die Noten notieren

Rezept 8: Rotierende Aufmerksamkeit

Nur auf einen Parameter konzentrieren: Diese Können sein:

- Notentext
- Rhythmus
- Fingersatz
- Gleichmäßiges Spielen
- Körperhaltung
- Lockerheit beim Spielen

Rezept 10: Analyse

Wie ist die Melodie aufgebaut? Höchster Ton, tiefster Ton? Tonwiederholungen, Intervalle, Wiederholen sich ganze Takte?
Wann spielen die Hände jeweils alleine, wann zusammen?

Rezept 18: Zuhören und Voraushören

Spieler so langsam, dass du in der Lage wärest, die Töne einer kurzen Melodie mitzusingen. Versuche, beim nächsten Durchgang, diese Melodie vorauszuhören (mit dem inneren Ohr). Wenn du in der Lage bist, Töne vorausszuhören, werden deine Finger automatisch auf die Suche nach den richtigen Tönen gehen! Übe nie ohne genau Hinzuhören!

Rezept 26: Noten "lesen", nicht buchstabieren

Nicht in Einzeltönen denken, sondern in Tonketten. Genauso wie beim Lesen eines Buches nicht jeder Buchstabe erfasst wird, sondern zunächst jede Silbe, später jedes Wort als Ganzes.

Rezept 27: Mit Emotionen üben

Auch beim Üben den Notentext mit Gefühl verbinden. Jedes Intervall (Tonabstand) hat seine eigene Wirkung. Jeder Akkord klingt unterschiedlich und ruft ein Gefühl hervor.

Tipp: Notizen zu den Emotionen machen! Was klingt für mich wie?

Rezept 30: Mit vielen Sinnen üben

Übe mit

-Tastsinn (wie fühlt sich die Ton, das Intervall, der Akkord, die Tonleiter an?)

-Sehsinn (wie sieht das aus, was ich spiele? Wo sind schwarze Tasten, wo weiße?)

-Hörsinn (wie klingt das Gespielte)

-Emotion (was löst das Gespielte in mir aus?)

Rezept 34: Wiederholungen

Mindestens 5 (fehlerfreie) Wiederholungen benötigt man in der Regel, damit man eine neue Einheit spielen kann. Mehr Wiederholungen tragen dazu bei, dass der Notentext längerfristig gespeichert wird.

Nimm dir für jeden Übetag eines oder mehrere Rezepte vor und übe nach diesen!