

# Æfingarpyttir sem forðast skyldi að detta í!

(fengið frá Helen Brunner, Kristinn Örn þýddi og staðfærði)

## Höggva skóginn með skeið

Sá siður að fylgja slæmum æfingavenjum. Sumir nemendur spila í gegn lögin sín á hverjum degi, en eru ekki að fylgja þeirra æfingatækni sem þeim hefur verið kennd, til dæmis rétttri handstöðu, rétttri notkun fingranna, rétttri fingrasetningu, taka tiltekna búta, æfa hægt, æfa sitt hvora hendi o.s.frv. Nemendur verða að skilja að það verður að fylgja fyrirmælum kennarans! Annað er afleitur galli sem verður að laga!

## Þeir sem fara úr einu í annað – flautabyrlar!

Flautabyrlar æfa erfiða staðinn sinn þangað til þeir byrja að finna fyrir framförum og komast þá að þeirra niðurstöðu, alt of snemma, að þeir séu búnir að ná honum og fara að gera eitthvað annað! Þeir gætu gert þetta alveg án þess að átta sig á hvernig þeir eiga að gera staðinn rétt í næsta tíma. „En þetta tókst miklu betur heima!“ Það er örugglega alveg rétt, en þetta er gallinn við þennan æfingaóvana! Það þurfti að endurtaka staðinn oft rétt heima til að geta örugglega gert hann rétt í spilatímanum!

## Hlaupagikkir, þeir sem elska að spila hratt!

Í einföldu máli, hlaupagikkirnir æfa sig of hratt, of oft. Þeir byrja að bruna í gegnum lagið á fullri ferð löngu áður en þeir kunna lagið nægilega vel, og þeim tekst ekki að leggja þann tæknilega grunn sem er nauðsynlegur til að valda músíkölskum flutningi lagsins í framtíðinni á réttum hraða. Æfið í þeim hraða sem dugar til að koma í veg fyrir öll mistök. Þegar nóturnar fljúga of hratt hjá, getur verið nærri ómögulegt að greina mistökin, sem gefur nemandanum þá fölsku tilfinningu að engar villur séu til staðar.

## Átvögl

Átvögl eru nemendur sem reyna að háma í sig allt of mikið magn í einu þegar þeir æfa, frekar en að ráðast á minni búta, hæfilega munnbíta. Í stað þess að æfa eitt eða tvö ákveðin atriði í tónlistinni, sem kennarinn hefur sett þeim fyrir, reyna þeir að laga alla hluti samtímis. Það sem vakir fyrir þeim er að læra allt verkið á sem allra stystum tíma, en oftast verður það á kostnað þeirrar vandvirkni sem áskilin er.

## Alltaf frá byrjun

Nemendur sem hafa þennan galla æfa alltaf frá byrjun lagsins, alveg óháð því hvar skóinn krepur í laginu, hvar erfiðleikarnir liggja. Þetta leiðir ekki aðeins til að byrjunin fær of mikla athygli, heldur líka til þess að síðari hluti lagsins verður útundan, þar sem æfingarnar ná oft ekki alla leið til enda lagsins!

## Skoða ekki kortið

Þessir nemendur æfa sig stundum af miklu kappi, en gera það án þess að fara eftir nótonum, eða eftir leiðbeiningunum sem kennarinn gaf í tímanum. Þess vegna tekst þeim ekki að vinna á þeim vandamálum er þegar eru augljós. Stundum bæta þeir líka við nýjum klaufavillum sökum kæruleysis

sem vel hefði verið hægt að forðast með því að skoða nóturnar. Venjulega eru þessir nemendur fljótir að læra utan að og forðast að fara eftir nóttunum líka í tímum, nema þeim sé sérstaklega bent á það.

### **Þeir sem fara yfir á rauðu ljósi**

Enn og aftur, þessir nemendur eru líklegir til að æfa sig af kappi, en þeir eru alveg ónægir fyrir villum sem þeir gera og erfiðleikum sem þeir lenda í. Þeir keyra beint í gegn á rauðu ljósi í lögunum þegar þeir æfa sig, rétt eins og ekkert sé að. Til að fylgja leiðbeiningum kennarans þurfa þeir iðulega að læra hvenær þeir þurfa að stoppa á rauðu ljósi, bíða og skoða nóturnar, til að sjá hvað og hvernig þarf að æfa, áður en haldið er áfram.

### **HLUSTUN**

Og að sjálfsögðu, látið ykkur ekki einu sinni detta í hug að æfa fyrr en þið hafið hlustað nóg. Það tekur alveg frá 40 upp í 10.000 skipti fyrir líkamann að tileinka sér allar laglínurnar, nóturnar, taktinn, styrkleikabreytingarnar, tjáninguna, hendingamótunina og hljómana í smáatriðum. Þegar þið þekkið tónlistina út og inn, getið þið byrjað að æfa hana. Munið að í Suzuki aðferðinni er hlustunin innbyggð villuvörn!

## **OG HVAÐ GETA ÞESSAR LÝSINGAR KENNT OKKUR Í SAMBANDI VIÐ ÁRANGURSRÍKAR ÆFINGAR?**

1. Fylgið fyrirmælum kennarans!
2. Þegar erfiðum stað er náð einu sinni, endurtakið hann a.m.k. fimm sinum rétt i röð!
3. Æfið lögin nægilega hægt til að geta forðast mistök, eða í það minnsta taka eftir þeim og læra af þeim!
4. Æfið stutta búta vel og vandlega!
5. Byrjið inni í miðju á verkunum, út við enda, og vinnið þau aftan frá !
6. Skoðið nóturnar, farið eftir þeim og skrifuðum leiðbeiningum kennarans!
7. Ekki gleyma að stoppa og undirbúa, stansið líka á milli endurtekninga, til að meta árangur og undirbúa næstu tilraun!