

SOUND**UP**GRADE

ERWEITERE DEINE KLANGWELT



Warum Üben nicht doof ist...

Ein Übe-Handbuch
(ohne Garantie)

by Armin Bachmann

Üben wird oft als
anstrengend, schwierig,
lästig und langweilig
empfunden.

Nicht selten ist das
häusliche Üben ein
notwendiges Übel, das
man hinzunehmen hat,
bisweilen artet es in
Dramen aus und im
schlimmsten Fall scheitert
sogar das Musizieren
daran.

Hans Josef Ibler



Das muss aber nicht zwangsläufig so sein!

Es geht darum, eine Kultur des Übens zu entwickeln. Voraussetzung dafür ist jedoch, dass man viel über das Üben weiss, wie es funktioniert, welche Methoden es gibt und diese auch in der Praxis umzusetzen vermag.

Üben ist ein hilfreicher Vermittler zwischen Musiker und Musik.

Üben ist die zielorientierte
Beschäftigung mit Musik.

**Wichtig ist es, Übezeit
im Voraus einzuplanen!**

Nicht der Zufall, sondern
DU entscheidest über
üben oder nicht üben!

**Wie Übe ich am
sinnvollsten,
damit es sich
lohnt?**



Nimm Dir Zeit und lies die
folgenden Übe-Grundsätze
durch:

Es lohnt sich!

Übeplan

Plane und überlege, was notwendig ist zu üben.

Spiele Dich zuerst ein.
Einspielen und Aufwärmen
sind wichtig und
beruhigen.

Atmungsübungen stimmen
ein und bringen weiter!

Starte dann mit leichten
Passagen, dann schwierige
Stellen und zum Schluss
wieder leicht verdauliche
Musik!

Erfolg

Ein grosser Teil des Übens muss zum Erfolg, zum Erlernen führen. Dies stärkt Deine Motivation und Leidenschaft für die Musik.

Das bedeutet, dass die Aufgabenstellungen lösbar sein sollten. Zeithorizonte hierfür sollen und können unterschiedlich sein. Langfristige und kurzfristige Zielsetzungen.

Übetempo

Grundsatz: Je langsamer man etwas übt, desto schneller kann man es.

Also übe Dich in Geduld und steigere das Tempo allmählich.



Repetition

Üben heißt wiederholen.
Übe vor allem Passagen
und Phrasen die Du nicht
beherrschst.

Repetiere in
unterschiedlichen Teilen,
einzelne Takte, ganze
Phrasen, nur Ausschnitte
davon, etc.

Mentale Arbeit

Stelle Dir die Passagen
zuerst vor wie Sie klingen
oder wie Sie technisch zu
bewältigen sind.

Du kannst sie auch im
Kopf singen und mit den
Fingern spielen.

Kontrast

Zeige Gegensätze in der
Dynamik klar übertrieben
hervor!

pp statt mp.

ff statt f.

Simplifikation

Üben heisst vereinfachen.
Singe und/oder klatsche
zuerst.

Übe die Technik zuerst
nur trocken am Instrument
(ohne Klang).

Spiel zuerst die Noten
ohne Rhythmus etc.

Technik

Anspruchsvolle Passagen, vereinfachen. Nur Teile von langen Passagen spielen, einzelne Gruppen/Töne isolieren und in Schritten wieder zusammenfügen.

Haltebögen und Bindebögen vorerst weglassen um die rhythmischen Strukturen zu erkennen.

Hilfsmittel

Regelmässiges Arbeiten mit Metronom und Stimmgerät ist äusserst sinnvoll.

Tonaufnahmen fördern den kreativen Prozess und die eigene Interpretation.

Kontrolle

Am Schluss der Übe-
Einheit kurz innehalten und
den Erfolg feiern :-)

Kurz checken ob die
Übeplanung erfolgreich
war.

Bei Unklarheiten: Mut
zum Nachfragen bei der
Lehrperson, Dirigent, etc.

Memorieren

Regelmässig kurze oder lange Passagen auswendig trainieren.

Gelerntes immer mal wiederholen.



Konzertieren

Konzertsituation zu Hause
mental vorstellen.

Passagen/Solis mit
nur einem Versuch
durchspielen.

Partner / Kinder und
Nachbarn für ein kurzes
Vorspiel einladen.

Spass

Üben heisst auch
musizieren.

Immer mal wieder
Lieblingsstücke/Passagen
spielen. JUST FOR FUN!

Alte «Renner» oder
aktuelle Hits «Stegreifeln»,
das tut gut und hebt die
Laune...!

Üben...

- ... trägt zur
Selbstsicherheit bei
- ... ist Respekt gegenüber
der Musik
- ... verhindert Nervosität
- ... macht Spass
- ... ist Therapie
- ... heisst Verantwortung
übernehmen
- ... bedeutet Vorbild sein
- ... fördert die Teamfähigkeit

Inputs:

Armin Bachmann
arminbachmann.ch

Umsetzung:

Mark Baumgartner