

”Øvelse gør mester”

Dovenskab har altid været menneskets største motivationsfaktor. Derfor har man opfundet opvaskemaskinen, kaffemaskinen, bilen, blenderen osv osv. Vi vil alle gerne ligge på sofaen og slappe af, men også gerne præstere max i øvelokalet og til koncerten. Derfor har jeg her samlet en masse tips og tricks til hvordan man arbejder mest effektivt og kommer hurtigere i mål med sin øvning. En ting er dog sikkert: **HVIS MAN IKKE ØVER SIG BLIVER MAN IKKE BEDRE.** Øvelse er gentagelse på gentagelse og øvelse gør mester! Denne skrivelse er blot nogle ideer og tanker og ikke ment som en ”banken oveni hovedet” så tag det du kan bruge.

Øverutine

Det er god idé at finde ud af hvad man vil opnå med at øve sig: Hvor meget tid man kan afsætte og med hvilken frekvens – altså om det er hver dag, hver anden eller to gange om ugen. En god ting er også at bestemme et fast tidspunkt på dagen. Plot evt. ind i din kalenderen hvornår du har tid en uge ad gangen.

Oftest deler man en øve-session op i opvarming, basics og repertoire: Opvarmning er for at få luften og artikulation til at køre. Basics er de basale ting – se fx emnerne i afsnittet længere nede. Repertoiret er det man øver på i orkestret eller fx skal spille i kirken næste søndag.

Hvis man nu siger man har tre timer (det kan også være 15 eller 30 min. – hver time kan så være være fx 5 eller 10 min.) på en dag, kan **time 1** gå med at bruge 6 minutter på hver af disse emner: Luft, artikulation, fleksibilitet, lyd, dynamik, teknik/skalaer, rytme, bladlæsning, register og transponering. **Time 2** med de emner man har sværest ved som fx bladspil, register eller transponering. **Time 3** bruger man så på repertoire. Man kan evt. også skrue timen ned til en halv time eller blot gennemgå halvdelen af emnerne i time 1.

Hukommelse

På en computer skal man blot trykke ”gem” én gang, men hjernen er lidt mere besværlig når der skal lagres i hukommelsen: For det første ved hjernen ikke hvad der er rigtigt og forkert, så derfor skal man altid spille rigtigt! Oftest så skal hjernen have det repeteret mellem 5 og 10 gange før det er lagret og for at få det ”mejslet” helt rigtigt ind er det en god idé at repetere et svært afsnit ca. 30-45 min efter man har øvet det første gang.

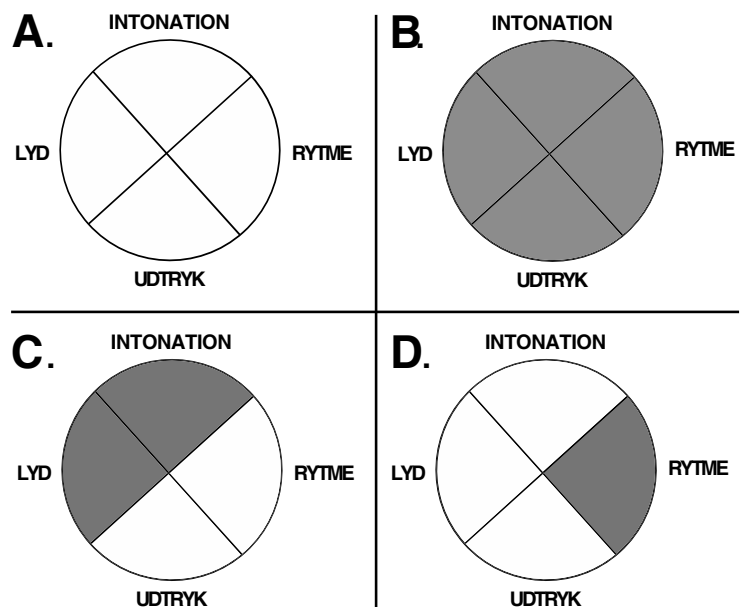
Øvetips

- Spot de svære steder første gang du ser en node og **ØV ALTID DET SVÆRESTE FØRST**: Det kan være løb, men også penible piano-steder eller soloer. Sæt evt. en ring om dem i noden eller skriv det bag på noden.
- **HVORDAN SPISER MAN EN ELEFANT?** Man tager et stykke ad gangen – det er samme er det ved et svært stykke eller fx 15 numre man skal nå at lære på en time: Find en strategi og øv på det sværeste først.
- **ØV LANGSOMT OG HELT UDEN FEJL**, sæt det først op i det rigtige tempo når du kan det 100%.
- **ØV MED METRONOM OG DYNAMIK DERHJEMME** og brug energien på sammenspil/blend, intonation og frasering til tuttiprøven.
- Stop altid med at øve mens det lyder godt og **SPIL DIG IKKE HELT NED**. Øv i stedet uden instrument – tryk fingre ned og syng samtidig eller pust luft igennem instrumentet og tryk fingre ned.
- Hav altid en plan med hvad du skal nå på din øve-session og slut af med at lave en plan for de næste sessions. **FIND NOGLE SMÅ OPNÅELIGE MÅL** og glæd dig over dem.

- **ØV UDEN LYD** Tryk fingre ned og syng eller blot pust igennem instrumentet og tryk fingre ned fx samtidig med at du har høretelefoner på med metronom-klik. Hvis du ikke kan øve indendørs så sæt dig ud i bilen eller kør et øde sted hen og øv uden dæmper.
- **ØV SPRING I NODE** fx D.C. al Coda og Dal Segno.
- **ØV DÆMPERSKIFT**, skriv ind i noden hvornår du skal have dæmperen i eller have den klar.
- Oftest stemmer bliver instrumentet højere i intonation når du sætter straight-mute eller harmon-mute i og lavere med en cup mute. Tjek altid afstanden på mute og klangstykke når du bruger cup-mute og tilnærm dig den samme lyd som din sidemand. Når du spiller med plunger eller der står H.O.B. (Hand-over-bell) i noden, luk da aldrig klangstykket helt til – det ændrer for meget ved intonationen.
- **OPTAG DIG SELV** når du øver enten med mobilen eller en mp3-optager.
- Vi er alle musikalske men instrumentet sætter ofte en dæmper på musikaliteten da instrumentet kræver en masse teknik at betjene. **SØG ALTID TILBAGE TIL SANGEN.**
- **ZOOM IND** på det svære og **ZOOM UD** spil det i helhed.
- **TIMING:** Reflekter over om du er lige på slaget, før eller efter. Vi har en tendens til at løbe på hurtige noder.
- På langsomme passager har man ofte tendens til at skøjte hen over noderne. Altså man spiller fx legato men toner bliver ikke holdt længe nok. Dette kan tjekkes ved at man optager sig selv. Fix det ved fx at **UNDERDELE** de lange toner.
- Det er hurtigere at få et svært løb ind i fingrene, hvis man ændrer rytmen:

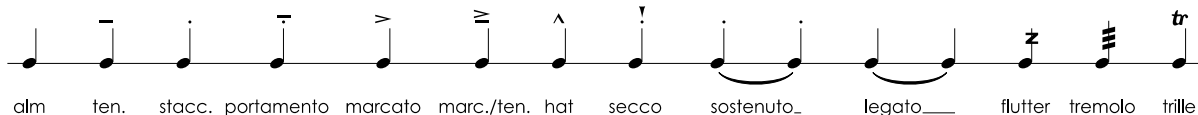


- **INTONATION, LYD, RYTME OG UDTRYK:** Der fire områder man kan observere på når man spiller: Intonation, lyd, rytme og udtryk. Hvis lyden er god er der oftest mange overtoner og sandsynligvis god intonation (figur C). Man kan også have god rytme men dårlig lyd osv. Man kan også ved en given frase/ afsnit notere ned hvilke af de fire emner der var bedst eller dårligst og så om man få alt med.



- **I KASSEN FØRSTE GANG:** Oftest skal man lige spille sig varm, men det kan man ikke til en koncert: Øv dig derfor på at spille rigtigt første gang. Tag fx et musikstykke, sæt optageren til og spil det fra enden til anden uden at stoppe – tæl også alle pauser. Skriv nu/reflektér over hvordan du klarede det og lyt dernæst til optagelsen og hør det som publikum og skriv/reflektér over din performance. Find ud af hvilken strategi du skal bruge for at spille rigtigt første gang.

- **TÅLMODIGHED:** Hvis du har fejlet tre gange i træk på et afsnit eller en frase så stop! Prøv en anden strategi for at løse problemet (luft, oktavér, øv fingre, syng), øv noget andet, find ud af det på orkesterprøven, spørg en ven eller øv øvelser der kan fikse det.
- **ARTIKULATION** Hver altid grundig med artikulationen. Messingblæsere har for vane oftest at spille alt legato, men så kan man jo pludselig kun legato og marcato og glemmer helt tenuto. Start med at sætte alle toner an når du spiller en koral – ikke en hård ansats men spil blot vel-artikuleret. I computer-noteret musik spilles noder uden artikulationstegn oftest bredt, da det er sådan komponisten eller arrangøren hører det. Reflektér også over hvilken stil musikken er: I marchmusik har fx alle 4.-dele en bestemt artikulation og længde selvom der ikke står noget. Man har oftest for vane at spille noder med staccato-prikker alt for korte – men staccato betyder adskilt. Man skal helt over i "secco" som betyder tørt for at spille ultrakort. Marcato – også kaldet en kile – er et slags diminuendo på hele noden, altså en artikulation der kun påvirker starten af uden ikke længden.



SIMPLIFICER: Øv langsomt, fjern rytme og øv kun toner, øv kun rytme, brug andre fingre/træk, øv på mindre repertoire, brug anden artikulation fx legato, syng frasen, tryk fingre ned, pust og koordinér med metronom, simplificér rytmen eller underdel lange toner ved fx at spille fire 8.-dele på en halvnode. Transponér en passage så den kommer til at ligge godt, spil passagen kraftigere eller svagere eller spil på mundstykke eller blæsestang.

- **INTONATION:** Jo bedre form man er i, des bedre stemmer det også. Intonation er en uhåndtérbar, men hvis man bare blæser fra læberne og synger i hjernen har man et godt udgangspunkt. Man kan aldrig stemme dårligt på en tone hvis man mener det 100%. Der skal to til at intonere dårligt, men et godt udgangspunkt er at man selv kender sit instrument og jævnlige tjekker med en tuner. I klassiske orkestre stemmer man oftest i 442 Hz og i rytmiske 440 Hz. Stem altid på et C midt i systemet også hvis du spiller et Eb-instrument da G'et midt i systemet oftest er for lavt. "Better be sharp, than out of tune" – hellere være for høj, end at det ikke stemmer. Det er faktisk bare mere træls at lytte på nogle der er for lave end for høje.

I øvelokalet

- Kom i god tid – 5 min før er for sent!
- Varm op – man kan altid høre at dem der varmer op, oftest øver sig mest derhjemme.
- Husk noder (tjek repertoire liste), blyant, nodestativ, dæmpere (også selvom du spiller lowbrass)
- Sid stille. Lad være med at larme ved bladskift eller ind- og udtagning af dæmpere og snak ikke med sidemanden efter der er blevet slået af.
- Skriv noter i din stemme, så en anden ville kunne overtage din stemme hvis du bliver syg.
- Lav en ekstra kopi af en side, hvis der er et dårligt sideskift.
- "Never practice, always perform". Spil altid det bedste du kan og spil som om det var sidste gang.
- Dynamik: Det er dig der bestemmer om det skal være forte eller piano.
- Lyt til sidemanden og blend ind (spil 5% svagere) eller "lead" hvis du spiller en solo stemme.
- Tænd for din indre radar og vær opmærksom på alt hvad der sker.
- Vær opmærksom på blend og intonation (især når du kommer over G over systemet).
- Hvis du keder dig under en prøve, dirigenten er træls eller de andre kan ikke deres stemme, så find en node frem med svær musik øv fingre, skriv noter eller øv rytmen i hovedet. Man kan også køre sine egne projekter mens man spiller fx optimere ens vejtrækning, ansats, timing osv.
- Bland dig ikke i hvordan andre grupper i bandet spiller. Hvis du vil henvende dig, gør det da til deres solospiller i en pause – ikke til prøven og slet ikke til dirigenten.

- Lad være med at undergrave dirigentens autoritet og stil ikke dumme spørgsmål eller spørg om der står piano et givent afsnit for at udstille dirigenten eller andre grupper. Aftal i stedet at i fælles respekterer dynamikker oa.
- Man kan også tage et billede af de noder man øver på for tiden, så kan man altid tjekke fingre ud når man sidder og venter på bussen eller der alligevel ikke sker noget på facebook.
- De fleste har to grunde til at spille - det musikalske og det sociale: Begge disse emner går hånd-i-hånd: Hvis man ikke har det godt sammen kan man ikke præstere, men omvendt hvis man ikke kan spille eller ikke har øvet sig kan det være at ens kollegaer kigger skævt til en: Så vær altid velforberedt til prøverne og socialisér dig i pausen eller efter prøven. Husk at rose din sidemand og andre i bandet når de spiller godt.
- Et band er et fællesskab og det er vigtigt at alle ofrer sig for det. Så mød op til alle prøver og koncerter, også selvom du skal til rund fødselsdag. Hvis du skal arbejde, så få byttet din vagt eller find en assistent der kan spille for dig i stedet. Bryllup og begravelse er undtaget.

Nerver

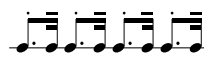
Hjernen frigiver en masse energi når den ved at den skal præstere: Denne energi kan bruges negativt eller positivt. Hvis man ikke er fokuseret tager adrenalinen over og gør én nervøs: Ergo man er ikke herre over situationen. Vær derfor fokuseret på det du skal. Visualisér det der skal til at ske og tænk at du skal i krig og ingen kan stoppe dig. Hvis du får tændt for kriger-instinktet er du herre over situationen og intet kan ramme dig. Tænk på musikken – fraserne, lyden og rytmer, men ikke på publikum eller i værste fald fodbold. Hvis du var linedanser så ville det du skulle gøre være nøjagtigt det samme som hvis linen hang 10 cm over jorden eller hele 3 meter – du skal blot gå frem og tilbage. Når du sidder til koncerten så tænk da over om du kan skrue op eller ned for "nerve-termostaten", hvis du kan det har du fuld kontrol over situationen. En anden måde at komme ned på er, at trække vejret langsomt ind og ud ad næsen i et meget langsomt tempo ind til du igen er rolig.

Koncerten

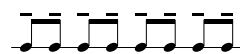
- Kom i god tid – 5 min før er for sent
- Husk noder (læg noder i rækkefølge), blyant, nodestativ, dæmpere (også selvom du spiller lowbrass)
- Hav det rigtige tøj med – tjek om det er hvid eller sort skjorte. Puds skoene, stryg skjorten og kør stilen – så lyder det meget bedre.
- Spil dig ikke flad til forprøven.
- Giv dig fuldt ud til koncerten og smil med øjnene mens du spiller. Hav øjenkontakt med publikum når overskuddet tillader det.
- Fejr din performance i orkestret efter koncerten. Evaluér over en kold pilsner.

Jazz-frasering

SWING Når klassiske musikere spiller swing hører man oftest frasering eller "Stavanger-jazz".

 . Et begreb man kalder japansk

Husk hele tiden at underdele til triolerne og spil bredere end du tror:



OG-SLAG 1- og 3-"og" kommer tidligt og 2- og 4-"og" kommer sent

1 2 3 4

FRASEAFSLUTNING Gå altid efter den sidste node i en frase



HURTIG TEMPO Pas med ikke at "over-swinge" og spil gerne 8-delene mere lige end swing.

GHOSTEDE NODER I jazz musik "snyder" man oftest og spiller ikke alle noderne lige-vægtede – dette kaldes at "ghoste" noderne og bruges oftest i hurtige numre eller hvis man spiller trombone. I dette eksempel er det "Donna Lee", hvor en jazz musiker oftest vil ghoste alle de noder hvor der ikke er en kile på.



ØVEPLAN, DAGLIG

Øve tid _____ timer _____ minutter		
Prioritet 1 _____ 2 _____ 3 _____		
Rækkefølge	Planlagt tid	Type af øvning og strategi
1.		
2.		
3.		
Osv.		

ØVE-DAGBOG

Eksempel på øve-dagbog: Afsnit kan være A-B eller nogle takter. Skriv dato og metronom tal i hver celle. OK betyder at man kan det og kun behøver at repetere det en gang i mellem. Man kan evt. skrive det bag på den noder man øver på.

AFSNIT	DATO + METRONOMTAL						
1-13	20/9, 116	21/9, 116	23/9, 120				
14-35	OK						
36-51	20/9, 60	22/9, 66					
52-91	20/9, 60						
92-124	18/8, 98	19/8, 104	20/6, 104				
125-131							
132-156	23/9, 120						



Apps til smartphone/tablet

PRO METRONOME kan indstilles til at øge tempoet gradvist, underdeling, polyrytmer

DRUM BEATS + har mange forskellige stilarter og det er bare sjovere at øve med rytmeboks

ITABLA er en forholdsvis dyr app, men her kan man øve med en drone (godt for intonation) og samtidig dyrke underdelinger.

MUSIC JOURNAL kan bruges som øve-dagbog og her kan man holde styr på tempo og målsætninger

EARBEATER er en hørelære-app. Kan både fås i en lite og pro udgave.

RIFFMASTER PRO kan sætte numre ned i fart, fx i halvt tempo. Man kan bruge filer fra Dropbox eller mail.

Udarbejdet af Henrik Lützen, 2016