

## Tips voor het studeren

Bij het studeren houden we eerst en vooral rekening met drie stappen.

Wat kan beter?

Hoe los ik het op?

Los ik het op?

### 1. Het belang van de goede houding.

Wat kan beter?

Bij het vioolspelen (of sporten, of op je stoel in de klas zitten, of in de zetel liggen, of slapen ) Is de houding van fundamenteel belang. Zoeken naar een goede houding begint bij het ontdekken dat je lichaam niet altijd helpt om viool te spelen ( bv: je bewegingen storen het vioolspelen )

Hoe los ik het op?

Goed rechtstaan, rechte rug, bekken gekanteld, losse knieën. Zo voel je dat je voeten zich vastzetten in de grond: voel de zwaartekracht van je hele lichaam in je voeten. Aansluitend gaan we dan de viool aanpassen aan die goede houding. Dus passen we de houding niet aan onze viool aan, maar andersom: we passen de viool aan ons lichaam aan.

Zo kan je ontdekken

- waar de viool mooi op je ontspannen schouder geplaatst wordt. Er is maar één goede plaats mogelijk
- Hoe je je vioolhand plaatst, zodat je de zwaartekracht van je arm en je ontspannen schouder voelt. Er is maar één goede manier mogelijk.
- Hoe je je strijkstok op de snaar zet, zodat je de zwaartekracht van je arm op de snaar en je ontspannen schouder voelt. Er is maar één goede manier mogelijk

Die ene goede plaats is uiteraard voor iedere leerling anders, maar is voor iedereen wel op dezelfde manier te ontdekken.

Los ik het op?

Dit is de moeilijkste stap. Als je al weet wat je beter kan en hoe je op kan lossen ben je eigenlijk al zeer ver. Stap drie is dan ook: Het willen veranderen, de tijd ervoor nemen en de tijd goed gebruiken.

Het resultaat is groter dan de inspanning: als we vertrekken van een goede houding wordt het volledige vioolspel beter:

Intonatie, toon, muzikaliteit, boogsnelheid, enz. worden niet langer gestoord door

Verkeerde houding

Verkeerde bewegingen

### 2. Innerlijk musiceren.

Wat kan beter?

De moeilijkheden die we kennen bij het inoefenen van een stuk, heeft veel te maken met de voorstelling die we ons van dit stuk eigen maken. We spelen altijd mooier als, de leraar of de ouder meezingt, maar als die extra steun wegvalt moeten we dit stuk zelf in het hoofd meezingen.

Hoe los ik het op?

Innerlijke voorstelling van hoe je zelf dit stuk hoort/wil horen. Luisteren naar opnamen en de muziek in je opnemen is hierbij al een belangrijk gegeven. Niet wachten tot je informatie krijgt van leraar/ouder. *Zelf weten wat je wil horen.*

Steeds de muziek die je brengt meezingen. Hierbij is de belangrijkste stap op dit moment. De muziek leren zingen met noten, niet met vingers.

*Notennamen!!!!!!!!!!!!!!!*

Los ik het op?

Ook dit is de moeilijkste stap en is het resultaat groter dan de inspanning. Wie zelf leert nadenken over de muziek, zelf zingt heeft de oplossing gevonden.

Een leerling kan tweehonderd keer proberen te doen, wat ouder/leraar zegt/voorzingt. De ene keer dat hij/zij er zelf aan denkt lukt het.

**1 + 2 = 3. Goede studiemethode: herhaling**

**Houding en innerlijk musieren is opgelost?**

**Nu is stap drie zeer belangrijk om tot een verbeterd resultaat te komen.**

**BELANG VAN DE HERHALING:  $20 + 1 - 20 = 1$**

Om tot een goed resultaat te komen is het *herhalen van het goede* zeer belangrijk. De studie die we allemaal meestal vergeten.

Het ontdekken van iets dat beter kan, de oorzaak vinden + oplossing en het dan ook oplossen. Hebben we gehad. En vat ik samen als

Stap 1: Oefenen tot je iets beter kan.

Deze stap kan lang duren en is het resultaat van het zoeken naar en vinden van

Goede houding

Innerlijk musiceren.

Zoals hierboven uitgelegd. Soms oefenen we iets wel 20 keer tot het gelukt is. Fantastisch dat we de oplossing vonden.

Nu is het 'herhalen van het goede noodzakelijk' Want in stap 1 oefenden we vooral TOT het goed was. Meestal worden stap 2 en 3 vergeten.

Stap 2: De goede oplossing onmiddellijk opnieuw goed spelen.

Stap 3: Stap 2 herhalen, net zoveel als we in stap 1 nodig hadden om tot een goed resultaat te komen.

Als stap 2 of 3 in eerste instantie mislukken, geen probleem. We starten wel terug in stap 1. Zo leren we om sneller tot goed resultaat te komen. Stap 1 zal steeds minder en minder tijd vragen.

Dit is **herhalen  $20 + 1 - 20 = 1$**  Een positief resultaat ( stap 2 ) / Stap 1 en 3 heffen zich op. Als we stap 2 en 3 vergeten, zijn we wel tot een goed resultaat gekomen, maar hebben onze handen vooral het 'zoeken naar' geoefend.

Succes

Wilfried Van Gorp

Oktober 2004