

JOUSISOITTIMET

HARJOITTELUOHJE

Opettaja antaa tehtävät, opettaa uudet asiat ja neuvoo miten harjoitellaan kotona uusi asia siten, että se todella on opittu. Tunnilla oivalletaan, mutta vasta kotona toistojen kautta opitaan.

Pieni lapsi ei pysty itse muistamaan ohjeita, eikä kontrolloimaan vaativia soittoasentoja ja muuta uutta opittavaa. Vanhempien tulee säännöllisesti auttaa harjoittelussa, jotta vältetään ”virheiden harjoittelulta”.

Edistyminen nopeutuu, kun harjoittelu tehdään oikein, ja nopea eteneminen taas pitää motivaation korkealla.

Vanhempien on hyvä tulla mukaan tunneille ainakin aluksi, ja reissuvihkoon kirjoitetut ohjeet on otettava käyttöön kotona!

Harjoittelurytmin luominen on perheen tehtävä – soittohetki olkoon lapsen ja aikuisen yhteistä laatuaikaa! Hyvänä apuna voi käyttää harjoituspäiväkirjaa, jonka ahkeran täyttymisen pohjalta soittaja palkitaan tarralla tms. pienellä mukavalla jutulla

Pitemmällä olevien soittajien kohdalla on myös huolehdittava siitä, että aikaa harjoitteluun jää riittävästi – on siis harkittava muiden sitovien harrastusten määrää niin, ettei viikko-ohjelma ole liian stressaava. Myös jousisoittajille tärkeän yhteissoiton on mahdollista viikkojärjestykseen.

Usein eli säännöllisesti harjoittelemalla edistyy nopeasti - aluksi voi riittää 10 minuuttia kerrallaan, ja harrastuksen edetessä puhutaan jo 1-2 tunnin harjoitteluajoista. Itsenäisesti harjoittelevan nuoren kannattaa muistaa ainakin seuraavat asiat (samat perusasiat koskevat kaikenikäisiä harjoittelijoita!):

Harjoittele pian oppitunnin jälkeen, että muistat miten piti soittaa, ja pidä vaikka omaa soittopäiväkirjaa muistin tukena.

Keskity tekemään asiat mahdollisimman oikein – älä toista omia virheitäsi. Soita aina **ensin hitaasti**, ja opettele lyhyinä pätkinä **toistaen vaikealta tuntuvat kohdat** monta kertaa.

Soittoasennon jatkuva kontrollointi on tärkeää paitsi soittimen hallinnan vuoksi, myös jottei tule turhia rasisvammoja ja esimerkiksi ongelmia selän terveyden kanssa.

Pyri harjoittelemaan joka päivä ainakin vähän – ei se tuntimäärä, vaan laatu ratkaisee harjoittelussakin!