



TIPS OM

ØVING





Øvelse gjør mester! Å spille et instrument krever **hjemmeøving** mellom spille-timene for å utvikle seg. Da får man god **progresjon** og det blir **gøy** å spille!

Det er **foresattes ansvar** at barnet øver hjemme. Lag en **avtale** med barnet ditt om fast daglig øvetid. Sørg for at barnet ditt kommer **presist og forberedt** til undervisningen ved kulturskolen. Vær **positiv og støttende**! Spør om hva barnet har fått i lekse etter spilletimen. La instrumentet **stå framme** og notestativet oppslått. Vær **til stede** når barnet øver. Øv **samme dag** som spilletimen. Da er det enklere å huske hva læreren har sagt.

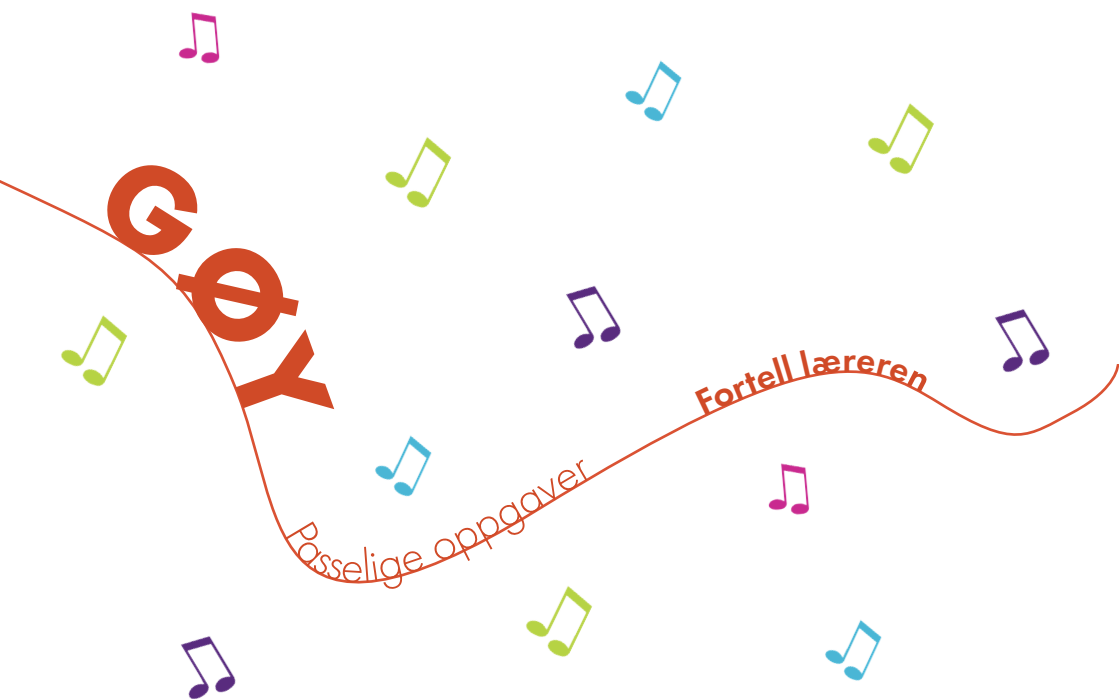
Mestring og motivasjon henger sammen. Lag gjerne avtaler med ytre motivasjon som belønninger, øveskjema, klistremerker osv. Den **indre motivasjonen** kommer når man mestrer instrumentet eller oppgaven. Det at barnet selv ikke tar initiativ til øving, trenger ikke bety at de ikke er interessert! De er **ikke modne nok** for ansvaret. Vi kan ikke forvente at barn under 15-16 år klarer å øve uten **støtte** hjemmefra.

Tenåringer trenger fremdeles støtte og **oppmuntring** til å øve, men sørg for **ro** til å øve alene og uforstyrret.

Hvor mye skal barnet øve?

Øv litt **hver eneste dag**. Sett av tid til det, slik at det blir en rutine. Når man får **rutiner** og øver hver dag er det enklere å få barnet til å øve. Øvemengde er svært individuelt, men **20 minutter** per dag er en god tommelfingerregel.

Øvingen kan også **deles opp** i to små økter for de yngste barna (f. eks 5 + 5 min eller 10 + 10). Nybegynnere trenger mye **repetisjon** (f. eks spille gjennom leksen flere ganger etter hverandre). **Lek gjerne konsert** hjemme som en del av øvingen. 9-12 år er den **motoriske gullalderen**. Barn i denne aldersgruppen elsker repetisjon og liker å jobbe og øve på instrumentet når det blir **lagt til rette** for det. Det er lurt å øve litt selv om det er feriel!



Hva gjør du når barnet **ikke vil** øve?
Det er **naturlig** at motivasjonen for hjemmeøving vil gå **opp og ned**.

Begynn med å si at barnet trenger kun å spille **5-10 minutter** og starte med det som er **mest gøy** å øve på. Er det for mange som hører på, kommenter eller **forstyrrer** øvingen? Barnet bør få **passelige oppgaver** til sitt **nivå og alder**, samt være med på å velge litt selv. Ta kontakt med **spillelæreren**. Er stykkene for **vanskelige**, for **lette** eller for uengasjerende? Det er lurt å **fortelle læreren** at barnet er umotivert for å øve hjemme.