

**Praticar: coisas a se considerar**

- Você tem um plano? Você define metas?
  - Suas metas são atingíveis? Realistas?
  - Você acha que está exagerando na quantidade de metas?
- O que você faz quando não está praticando?
  - Como você se inspira?
- O que é mais eficaz para você?
  - Você já praticou, mas não obteve grandes resultados?
- Por quanto tempo?
  - Existe uma quantidade ideal?
  - Você gosta de praticar por longos períodos de uma só vez – de 2 horas ou mais?
  - Você gosta de dividir o tempo da prática em períodos mais curtos – 30 minutos à uma hora?
  - Você deixa o estudo fluir sem se preocupar com o tempo?
  - Você pratica melhor de manhã, à tarde, à noite?
- Rotina
  - Você aquece ou apenas começa a tocar?
  - Você tem uma lista de tarefas / atividades?
  - Você repete as tarefas / atividades regularmente?
- O que contemplar dentro da prática?
  - Desafios no instrumento
  - Som / timbre
    - Notas longas
    - Intonação / Afinação
    - Tocar
  - Técnica
  - Leitura
  - Escalas / Acordes
  - Padrões / Idéias
  - Tunes / Músicas
    - Blues
    - Rhythm Changes / Ritmo Mudanças
    - Standards / Padrões
    - Baladas
    - Bebop
    - Latino / Brazilian estilos / Em linha reta oitava nota
    - Contemporânea
  - Improvisação
  - Transcrições dos mestres
- Praticando – longe de seu instrumento / sem o instrumento
  - Ouvir um material variado
  - Escuta focada do material que você está procurando aprender
  - Exercícios mentais contemplando harmonia, escalas / acordes, ritmo, etc.
  - Visualizando / Solando em sua cabeça
- Avaliação
  - Você estabeleceu metas práticas? Se sim, você as alcançou?
  - Você avalia seu tempo de prática? Se sim, como?
  - Como você incorpora o trabalho em suas áreas desafiadoras?
  - Você é muito crítico de si mesmo? Muito complacente?