

Was solltest du als Nächstes üben?

Fünf kurze Tests. Ein klarer 14-Tage-Plan.

In etwa 15 Minuten prüfst du fünf musikalische Grundlagen und wählst anschließend den Übeplan, der zu deinem aktuell schwächsten Feld passt.

1

Grundpuls

2

Akkordwechsel

3

Koordination

4

Zielton

5

Phrasierung

Was du mit diesem Spielcheck herausfindest

Die Zahl gesammelter Tabs sagt wenig darüber aus, was du als Nächstes üben solltest. Fünf kurze Aufgaben zeigen mehr: Bleibt dein Puls stabil? Stehen die Akkorde rechtzeitig? Arbeiten beide Hände zusammen? Trifft ein Bending den Zielton? Hat eine Phrase einen klaren Anfang und ein klares Ende?

Der Spielcheck dauert etwa 15 Minuten. Danach vergleichst du fünf Ergebnisse und wählst den Übeplan, der zu deinem aktuell schwächsten Feld passt.

Das ist keine Prüfung und keine Einstufung in Anfänger oder Fortgeschrittene. Es ist eine Momentaufnahme mit konkreten Kriterien.

Du brauchst

- deine Gitarre in Standardstimmung: E A D G H E
- die drei MP3-Dateien aus diesem Paket
- ein Metronom oder die vorgegebenen Übetracks
- ein Smartphone für eine kurze Aufnahme
- einen Stift für das Auswertungsblatt

So gehst du vor

1. Lies die Aufgabe vollständig.
2. Probiere sie kurz ohne Aufnahme.
3. Nimm genau einen bewerteten Durchlauf auf.
4. Vergib 0, 1 oder 2 Punkte anhand der genannten Kriterien.
5. Wähle am Ende deinen 14-Tage-Plan.

Wichtig: Spiele locker und ohne Kraftkampf. Wenn etwas schmerzt, brich die Aufgabe ab.

Test 1: Grundpuls

Aufgabe

Spieler acht Takte gleichmäßige Achtelnoten auf abgedämpften Saiten. Betone die Zählzeiten 2 und 4 leicht. Das Tempo beträgt 60 BPM.

Audiodatei: 01_Grundpuls_60_BPM.mp3

Vorbereitung

1. Lege die Greifhand locker über die Saiten, ohne einen Ton zu greifen.
2. Schläge mit der Anschlagshand abwechselnd ab und auf.
3. Zähle einen Takt lang laut: 1 und 2 und 3 und 4 und .
4. Starte nach dem Einzähler und spiele acht Takte durch.

Darauf hörst du

- Die Achtel bleiben gleichmäßig.
- Die Betonungen auf 2 und 4 sind hörbar, aber nicht hart.
- Du hörst nicht vorzeitig auf und fügst keinen zusätzlichen Schlag ein.

Wertung

2 Punkte: Alle acht Takte bleiben im Puls. Die Betonungen auf 2 und 4 sind klar und die Wechselschläge laufen durch.

1 Punkt: Der Ablauf bleibt erkennbar, aber der Puls schwankt deutlich oder einzelne Wechselschläge und Betonungen gehen verloren.

0 Punkte: Ein durchgehender Ablauf über acht Takte gelingt heute noch nicht.

Mein Ergebnis: ____ von 2 Punkten

Kurze Notiz: _____

Test 2: Akkordwechsel im Takt

Aufgabe

Spiele die Folge A | D | A | E zweimal. Jeder Akkord dauert einen Takt. Spiele auf jeder Zählzeit einen Abschlag. Das Tempo beträgt 60 BPM.

Audiodatei: 01_Grundpuls_60_BPM.mp3

Vorbereitung

1. Prüfe die vier Akkorde einzeln.
2. Setze die Finger für den nächsten Akkord während der letzten Zählzeit gedanklich voraus.
3. Beginne nach dem Einzähler.
4. Wechsle so, dass der neue Akkord genau auf Zählzeit 1 steht.

Darauf hörst du

- Jeder neue Akkord beginnt auf Zählzeit 1.
- Der Anschlag läuft auch während der Wechsel gleichmäßig weiter.
- Mindestens drei Saiten pro Akkord klingen klar und ohne deutliches Schnarren.

Wertung

2 Punkte: Beide Durchgänge bleiben im Puls. Alle sieben Wechsel stehen auf Zählzeit 1 und die Akkorde sind klar erkennbar.

1 Punkt: Die Folge bleibt erkennbar, aber mindestens ein Wechsel kommt zu spät oder ein Akkord klingt deutlich unklar.

0 Punkte: Die Folge lässt sich heute noch nicht durchgehend im vorgegebenen Puls spielen.

Mein Ergebnis: ____ von 2 Punkten

Kurze Notiz: _____

Test 3: Koordination beider Hände

Aufgabe

Spiele die Bünde 5, 6, 7 und 8 zuerst auf der hohen E-Saite, dann auf der H-Saite. Kehre anschließend um: 8, 7, 6 und 5 auf der H-Saite, dann auf der hohen E-Saite. Jeder Ton ist eine Achtelnote. Verwende durchgehend Wechselschlag. Das Tempo beträgt 80 BPM.

Audiodatei: 02_Achtel_Backbeat_80_BPM.mp3

Fingersatz

	Bund	Greifhand
	5	Zeigefinger
	6	Mittelfinger
	7	Ringfinger
	8	kleiner Finger

Ablauf

```
hohe E-Saite: 5 6 7 8
H-Saite:      5 6 7 8
H-Saite:      8 7 6 5
hohe E-Saite: 8 7 6 5
```

Spiele diesen Ablauf viermal ohne Pause.

Darauf hörst und achtest du

- Ab- und Aufschläge wechseln lückenlos.
- Jeder Ton beginnt genau mit dem Anschlag.
- Nicht gespielte Saiten bleiben möglichst ruhig.
- Die Greiffinger bleiben nah am Griffbrett.

Wertung

2 Punkte: Vier vollständige Abläufe im Puls, durchgehender Wechselschlag und höchstens zwei deutlich unsaubere Töne.

1 Punkt: Der Ablauf bleibt erkennbar, aber Anschlag und Greifhand treffen mehrfach nicht gleichzeitig oder der Wechselschlag bricht ab.

0 Punkte: Vier zusammenhängende Abläufe sind heute noch nicht möglich.

Mein Ergebnis: ____ von 2 Punkten

Kurze Notiz: _____

Test 4: Zielton und Vibrato

Teil A: Ganzton-Bending

Spiele zuerst den Zielton G am 8. Bund der H-Saite. Spiele danach den Ton F am 6. Bund derselben Saite und ziehe ihn um einen Ganzton bis zum zuvor gehörten G.

Zielton: H-Saite, 8. Bund
Ausgangston: H-Saite, 6. Bund
Bending: vom F zum G

Vergleiche dreimal. Ein Stimmgerät darf zur Kontrolle mitlaufen.

Teil B: Kontrolliertes Vibrato

Greife wieder den 8. Bund der H-Saite. Halte den Ton etwa vier Sekunden und bewege ihn mit kleinen, gleichmäßigen Tonhöhenschwankungen. Die Bewegung kommt kontrolliert aus Hand und Unterarm, nicht aus einem hektischen Fingerzittern.

Darauf hörst du

- Das Bending endet hörbar auf derselben Tonhöhe wie der Zielton.
- Der Zielton wird nicht sofort überschritten.
- Das Vibrato beginnt erst, nachdem der Ton sauber steht.
- Die Schwingungen sind gleichmäßig und bewusst begrenzt.

Wertung

2 Punkte: Mindestens zwei von drei Bendings treffen den Zielton hörbar. Das Vibrato bleibt etwa vier Sekunden gleichmäßig und kontrolliert.

1 Punkt: Der Zielton wird einmal getroffen oder das Vibrato ist erkennbar, aber noch ungleichmäßig.

0 Punkte: Zielton und kontrollierte Schwingung sind heute noch nicht reproduzierbar.

Mein Ergebnis: ____ von 2 Punkten

Kurze Notiz: _____

Test 5: Phrase und Landung

Aufgabe

Spiele über den Übetrack kurze eigene Phrasen aus der A-Moll-Pentatonik in der 5. Lage. Lass zwischen den Phrasen bewusst Platz. Beende die letzte Phrase vor Zählzeit 4 und lande auf der nächsten Zählzeit 1 auf dem Ton A am 7. Bund der D-Saite.

Audiodatei: 03_Phrasierung_A_Blues_90_BPM.mp3

Tonvorrat

```
e|--5-----8--|
H|--5-----8--|
G|--5--7-----|
D|--5--7-----| Zielton A: D-Saite, 7. Bund
A|--5--7-----|
E|--5-----8--|
```

Ablauf

1. Höre den Einzähler und den ersten Durchgang nur mit.
2. Spiele im zweiten Durchgang kurze Motive aus zwei bis fünf Tönen.
3. Lass nach jedem Motiv mindestens eine Achtelnote frei.
4. Beende deine letzte Phrase vor Zählzeit 4.
5. Spiele das A am 7. Bund der D-Saite genau auf der nächsten Zählzeit 1.

Darauf hörst du

- Die Phrasen haben hörbare Pausen.
- Die Motive beginnen und enden bewusst.
- Der Zielton A fällt genau mit Zählzeit 1 zusammen.
- Der letzte Ton wird nicht durch weitere Töne verdeckt.

Wertung

2 Punkte: Mindestens drei klar getrennte Phrasen sind zu hören. Die letzte Phrase lässt Platz und der Zielton A sitzt auf Zählzeit 1.

1 Punkt: Die Tonfolge bleibt im musikalischen Zusammenhang, aber die Pausen sind knapp oder die Landung liegt hörbar vor oder hinter Zählzeit 1.

0 Punkte: Phrasen und Zielzeitpunkt lassen sich heute noch nicht als zusammenhängender Ablauf spielen.

Mein Ergebnis: ____ von 2 Punkten

Kurze Notiz: _____

Auswertung

Trage deine Punkte ein. Entscheidend ist nicht die Gesamtsumme, sondern das Feld mit dem niedrigsten Wert.

Test	Punkte
1. Grundpuls	___ / 2
2. Akkordwechsel	___ / 2
3. Koordination	___ / 2
4. Zielton und Vibrato	___ / 2
5. Phrase und Landung	___ / 2

Drei Vergleichswerte

Rhythmus und Timing: $(\text{Test 1} + \text{Test 2}) \div 2 = \underline{\hspace{2cm}}$

Koordination: $\text{Test 3} = \underline{\hspace{2cm}}$

Ton und Phrasierung: $(\text{Test 4} + \text{Test 5}) \div 2 = \underline{\hspace{2cm}}$

Der niedrigste Wert bestimmt deinen ersten 14-Tage-Plan:

- niedrigster Wert bei Rhythmus und Timing: **Plan A**
- niedrigster Wert bei Koordination: **Plan B**
- niedrigster Wert bei Ton und Phrasierung: **Plan C**
- bei Gleichstand beginnst du mit **Plan A**

Mein Plan:

Mein Startdatum:

Plan A: Rhythmus und Timing

Ziel

Nach 14 Tagen laufen Achtelbewegung und Akkordwechsel in einem stabilen Puls. Du übst täglich 12 bis 18 Minuten.

Tag	Aufgabe
1	Test 1 bei 60 BPM: viermal vier Takte. Danach Aufnahme anhören und eine konkrete Beobachtung notieren.
2	Achtel auf abgedämpften Saiten: je zwei Takte leise und zwei Takte deutlich, ohne Tempoänderung. Acht Minuten.
3	A, D und E ohne Track: jeden Wechsel zehnmal langsam vorbereiten. Danach vier Takte pro Akkord bei 60 BPM.
4	Test 2 bei 60 BPM: drei Durchgänge. Nur die Wechsel auf Zählzeit 1 bewerten.
5	Achtelbewegung durchlaufen lassen, aber nur auf 2 und 4 die Saiten hörbar anschlagen. Acht Minuten.
6	Akkordfolge `A
7	Kurzkontrolle: Test 1 und Test 2 je einmal aufnehmen. Noch keine Punkte erzwingen, nur vergleichen.
8	Tempo auf 64 BPM erhöhen, wenn beide Kurzkontrollen stabil waren. Sonst bei 60 BPM bleiben.
9	Acht Takte spielen, vier Takte pausieren, wieder exakt einsetzen. Vier Wiederholungen.
10	Akkordwechsel zunächst ohne Anschlag setzen. Danach dieselben Wechsel mit vier Abschlügen pro Takt.
11	Dynamik: einen Durchgang leise, einen mittel, einen kräftig. Der Puls bleibt in allen drei Durchgängen gleich.
12	Test 1 und Test 2 bei deinem Arbeitstempo. Je zwei Durchgänge, den zweiten aufnehmen.
13	Nur die auffälligste Stelle aus der Aufnahme fünf Minuten langsam wiederholen. Danach ein kompletter Durchgang.
14	Test 1 und Test 2 unter den ursprünglichen Bedingungen wiederholen und neu bewerten.

Nach 14 Tagen notiere ich: _____

Plan B: Koordination beider Hände

Ziel

Nach 14 Tagen beginnen Anschlag und gegriffener Ton zuverlässiger gleichzeitig. Der Wechselschlag bleibt auch beim Saitenwechsel erhalten. Du übst täglich 12 bis 18 Minuten.

Tag	Aufgabe
1	Test 3 ohne Track sehr langsam spielen. Anschlagsrichtung über jedem Ton laut benennen: ab, auf, ab, auf.
2	Nur hohe E-Saite, Bünde 5 bis 8 und zurück. Acht langsame Durchgänge mit kleinen Fingerbewegungen.
3	Nur der Wechsel von hoher E-Saite zur H-Saite. Vier Töne je Saite, sechs Wiederholungen.
4	Test 3 bei 70 BPM. Vier Durchgänge, den letzten aufnehmen.
5	Rhythmusvariation: jeden Viererblock einmal als gleichmäßige Achtel und einmal als lang-kurz spielen.
6	Rückwärtsfolge 8, 7, 6, 5 auf beiden Saiten. Acht saubere Wiederholungen, Pausen erlaubt.
7	Kurzkontrolle: Test 3 bei 80 BPM einmal aufnehmen. Anzahl deutlich unsauberer Töne notieren.
8	Den auffälligsten Saitenwechsel isolieren. Zwei Minuten spielen, eine Minute Pause, dreimal.
9	Testfolge auf G- und D-Saite übertragen. Vier langsame Durchgänge.
10	Akzente verschieben: immer den ersten, dann den zweiten, dritten und vierten Ton eines Viererblocks betonen.
11	Arbeitstempo um 4 BPM erhöhen, wenn der Ablauf sauber bleibt. Sonst das aktuelle Tempo beibehalten.
12	Drei vollständige Durchgänge. Zwischen den Durchgängen Hände lockern und eine konkrete Korrektur wählen.
13	Aufnahme mit Blick auf drei Punkte: Wechselschlag, Gleichzeitigkeit, Saitengeräusche. Nur einen Punkt nacharbeiten.
14	Test 3 unter den ursprünglichen Bedingungen wiederholen und neu bewerten.

Nach 14 Tagen notiere ich: _____

Plan C: Ton und Phrasierung

Ziel

Nach 14 Tagen triffst du Zielton und Einsatz bewusster. Bendings, Vibrato, Pausen und Landungen werden hörbar kontrolliert. Du übst täglich 12 bis 18 Minuten.

Tag	Aufgabe
1	Zielton G am 8. Bund hören, dann vom 6. Bund benden. Fünf ruhige Vergleiche, keine Serienwiederholung ohne Hinhören.
2	Ton am 8. Bund vier Sekunden halten. Vibrato erst nach zwei Sekunden beginnen. Sechs Wiederholungen.
3	Über Track 3 ausschließlich Motive aus zwei Tönen spielen. Nach jedem Motiv mindestens eine Viertelnote Pause.
4	Fünf Bending-Versuche aufnehmen. Nur Startton, Zielton und Ende vergleichen.
5	Drei verschiedene kurze Motive aus der A-Moll-Pentatonik festlegen und mit klaren Pausen wiederholen.
6	Landung üben: auf Zählzeit 4 pausieren und das A am 7. Bund der D-Saite auf der nächsten 1 spielen. Zehnmal.
7	Kurzkontrolle: Test 4 und Test 5 je einmal aufnehmen. Eine hörbare Stärke und eine konkrete Aufgabe notieren.
8	Bending erst ohne, dann mit anschließendem Vibrato. Je fünf kontrollierte Versuche.
9	Ein Motiv dreimal spielen und nur den Rhythmus verändern. Die Tonfolge bleibt gleich.
10	Frage und Antwort: eine kurze Phrase, zwei Zählzeiten Pause, eine zweite Phrase. Acht Takte.
11	Zieltonübung mit Stimmgerät kontrollieren. Danach drei Versuche nur nach Gehör.
12	Track 3: zwei Durchgänge mit möglichst wenigen Tönen und klaren Enden. Den zweiten aufnehmen.
13	In der Aufnahme nur Pausen und letzte Töne markieren. Eine Phrase gezielt vereinfachen und wiederholen.
14	Test 4 und Test 5 unter den ursprünglichen Bedingungen wiederholen und neu bewerten.

Nach 14 Tagen notiere ich: _____

Wie es danach weitergeht

Wiederhole den vollständigen Spielcheck nach 14 Tagen. Wenn dein bisher schwächstes Feld stabiler geworden ist, nimm den nun niedrigsten Vergleichswert als nächsten Plan. Bleibt dasselbe Feld vorn, wiederhole nicht einfach dieselben 14 Tage. Senke das Tempo, verkleinere die Aufgabe und prüfe erneut, an welcher konkreten Stelle der Ablauf auseinanderfällt.

Passende kostenlose VIP-Guitar-Lektionen

- **Timing und Akkordwechsel:** <https://www.vip-guitar.de/gitarre-lernen-kapitel-3-rhythmusgitarre-was-ich-wirklich-wissen-muss/>
- **Blues-Vibrato:** <https://www.vip-guitar.de/taegliche-uebung-blues-vibrato/>
- **Newsletter und weitere Unterrichtsbriefe:** <https://www.vip-guitar.de/aktuelles/#abo>

Wenn du einen dauerhaften Unterrichtsweg möchtest

VIP-Guitar Start beginnt bei 5,90 Euro pro Monat. Du erhältst Zugriff auf alle geschützten Website-Lektionen und arbeitest in deinem eigenen Tempo.

Mehr erfahren: <https://www.vip-guitar.de/unterstuetzer/>

Dateien in diesem Paket

- VIP-Guitar_Spielcheck.pdf
- VIP-Guitar_Spielcheck.docx
- 01_Grundpuls_60_BPM.mp3
- 02_Achtel_Backbeat_80_BPM.mp3
- 03_Phrasierung_A_Blues_90_BPM.mp3

© 2026 Horst Keller, VIP-Guitar.de