



**KORKUT ATA TÜRKİYAT ARAŞTIRMALARI DERGİSİ**  
*Uluslararası Türk Dili ve Edebiyatı Araştırmaları Dergisi*  
*The Journal of International Turkish Language & Literature Research*

|| Sayı/ Issue 12 (Eylül/ September 2023), s. 1482-1493.  
|| Geliş Tarihi-Received: 22.08.2023  
|| Kabul Tarihi-Accepted: 08.09.2023  
|| Araştırma Makalesi-Research Article  
|| ISSN: 2687-5675  
|| DOI: 10.51531/korkutataturkiyat.1348280

## **Klarnet Sanat Dalındaki İcraçılar İçin Isınma ve Kondisyon Egzersizleri Üzerine Bir İnceleme**

### *A Review of Warm-Up and Conditioning Exercises for Performers in the Clarinet Art*

**Kaya KILIÇ\***

#### **Öz**

Birçok enstrümanda olduğu gibi, fiziksel ısınmanın dışında klarnet sanat dalı alanındaki icracıların icra öncesi belirli ısınma hareketlerini yapmaları ve kaslarını gerekli aktivite için hazırlamaları önemlidir. Bu çalışmalar, fiziksel ve zihinsel kondisyonun yanı sıra kaliteli ton ve uzun süreli çalma yeteneklerini geliştirmeye de fayda sağlar. Isınma ve çalışma egzersizleri rutin bir şekilde uygulanır ise kondisyon ve beceri seviyesinde aynı oranda artacaktır. Bu araştırmanın konusu klarnet sanat dalındaki icracıların ısınma ve kondisyonu sağlamada hangi egzersiz çalışmalarını yapmaları gerekliliği üzerinedir. Bu amaçla araştırmada kondisyon sağlamak için kullanılan teknik çalışmalar ve metotlar üzerinde durulmuş ve icracılara öneriler sunulmuştur. "Isınma" kelimesi genelde sporcularla ilişkilendirilse de sadece sporcular için değil, enstrüman çalan sanatçılar için de rutinin önemli bir parçasıdır. Enstrüman icrası da aynı sporcular gibi kondisyon gerektirmektedir. Bu neden ile klarnet icracıları kaslarını ısıtmak, günlük rutin çalışmalarını ve egzersizlerini hem fiziksel hem de mental olarak yapmak durumundadırlar. Klarnet enstrümanının icrası sırasında birçok kas uyarılmaktadır. Bu sebep ile ısınmadan yapılan çalışmalar ileride yaşanabilecek sağlık problemleri veya icra sırasında oluşabilecek rahatsızlıkların yaşanması ile sonuçlanabilir. Klarnet icrası disiplin, odak ve sistematik çalışmayı zorunlu kılar. Makale içerisinde bu disiplin ve sistematik çalışmanın nasıl yapılması gerektiği anlatılmıştır. Bunun yanı sıra amatör veya profesyonel olarak klarnet çalmak isteyen icracıların kaslarını ısıtmak için hangi egzersizleri ve rutin çalışmalarını yapmaları gerektiği makalede detaylı şekilde verilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Isınma, klarnet, egzersiz, icra, kondisyon.

#### **Abstract**

As with many instruments, apart from physical warm-up, it is important for performers in the field of clarinet art to perform certain warm-up movements and prepare their muscles for the necessary activity. These exercises help improve physical and mental conditioning as well as quality tone and long-lasting playing abilities. If warm-up and working exercises are performed routinely, condition and skill level will increase at the same rate. The subject of this research is about which exercise exercises should be done by the performers in the clarinet art branch in order to warm up and provide conditioning. For this purpose, technical studies and methods used to provide conditioning in the research were emphasized and suggestions were presented to the performers. Although the word "warm-up" is often associated with athletes, it is an important part of the routine not only for athletes but also for musicians who play

instruments. Performing an instrument requires conditioning just like the athletes. For this reason, clarinet players have to warm up their muscles and do their daily routine work and exercises both physically and mentally. During the performance of the clarinet instrument, many muscles are stimulated. For this reason, work done without heating may result in future health problems or inconveniences that may occur during execution. Playing the clarinet requires discipline, focus and systematic work. In the article, it is explained how this discipline and systematic study should be done. In addition, the article explains in detail what exercises and routine exercises should be done by the performers who want to play the clarinet as an amateur or professional to warm up their muscles.

**Keywords:** Warm up, clarinet, exercise, perform, condition.

## Giriş

Klarnet sanat dalındaki amatör veya profesyonel icracıların parçalarını çalmaya başlamadan önce klarnet ile ısınmaları şarttır. Genellikle sadece enstrümanın ısıtılması gerektiği düşünülür ancak, klarneti çalmadan önce ellerin ve ağız çevresinde bulunan kaslarında ısıtılması önem taşır. Isınma ayrıca el koordinasyonu ve kondisyonun gelişimine de yardımcı olur.

Klarneti çalmaya başlamadan önce ısınmaya kademeli olarak başlanmalıdır. Önce büyük kas gruplarını ve ardından küçük kas gruplarını çalıştırmak kasların alışma süreci için mantıklı olacaktır. İracıların ısınmadan çalmak istedikleri eserlere doğrudan geçmesi ve hızlı bir şekilde çalmaya çalışmaları ileride yaşanabilecek sağlık sorunlarını beraberinde getirecektir (Burke, 1995, s. 18). Günümüzdeki hızlı tüketim toplumu, enstrüman çalan icracılar için de dezavantaj oluşturmaktadır. Çoğu klarnetçinin, klarneti alır almaz alır almaz çalmaya çalıştıkları, genellikle birkaç gam ve ardından yeterli ısınmayı sağladıklarını düşünüp hemen eserlerine geçtikleri görülmektedir. Oysaki icracıların çalışmalarına başlamadan önce günlük olarak yürütülen tutarlı çalış egzersizleri yapması, gelişim açısından çok önemlidir. Isınma zamanından en iyi şekilde yararlanmak için, icracıların günlük bir çalışma rutini olmalıdır. Isınma programı uzun sesler, gamlar, aralıklar ve arpejler gibi teknik çalışmalar içermelidir (Ployhar, 1999, s. 3).

Her klarnet icracısı kendisi için iyi olan bir rutin geliştirmelidir. Günlük yapılan bu rutin çalışmalar icracıya enstrümanında daha fazla kontrol ve kondisyon sağlamasında etkili olacaktır. Bu rutinlerin başında gelen en önemli egzersiz klarnetle yapılan uzun ses çalışmasıdır. Uzun sesler klarnette ısınmanın önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Uzun ses çalışması, herhangi bir notada yavaş bir tempoda nefesin yettiği kadar uzun şekilde üflenmesiyle yapılmalıdır. Bu durum klarnetin ısınması, ağız çevresinde bulunan kasların kuvvetlenmesi, entonasyonun doğru olması ve klarnetten çıkan tonun kontrol altında tutulmasına yardımcı olacaktır. Daha sonra uzun ses çalışmaları ve dinamik ses çalışmaları uygulanarak teknik egzersizlere geçilebilir. Bu teknik egzersizler gam çalışmaları, teknik pasajlar, dil ve artikülasyon çalışmalarıdır. Doğru akort yani entonasyon çalışması da yapılması gereken diğer önemli egzersizlerdendir. Yapılan bu egzersiz çalışmaları icracıların enstrümanlarında hâkimiyet sağlamasında yardımcı olur. Isınma egzersizleri ayrıca dudak kaslarının kuvvetlenmesinin yanı sıra parmakların hız kabiliyeti kazanmasına da izin verir (Coppenger, 2015, s. 67).

Klarnet enstrümanında ısınma ve kondisyon için yapılacak bileşenler şu şekilde sıralanabilir.

- \* Uzun ses çalışmaları
- \* Dinamik ses çalışmaları
- \* Entonasyon çalışmaları
- \* Gam çalışmaları

\* Teknik egzersizler

\* Dil çalışmaları

### Isınma ve Kondisyon için Uzun Ses Çalışma Örnekleri

Uzun sesler klarnet enstrümanında ısınma, ton kalitesi ve kondisyon için en önemli bileşenlerin başında gelmektedir. Bu egzersiz aynı zamanda ağızımızda bulunan kaslarında ısınması ve kondisyonumuzu arttırmak için önem teşkil eder. Uzun ses çalışmasında dikkat edilmesi gereken başka bir durum ise, tonlama ve çalınan notanın doğru entonasyonda olmasını dinlemektir. Ses dalgalanmamalı ve tondan çıkılmamaya özen gösterilmelidir. Doğru entonasyon ve tempoyu sağlamak için metronom ve bir akort aletinden yardım alınabilir. Klarnet icrası sırasında dudak kenarlarından hava çıkması veya dudak kaslarında yanma yorulmanın en önemli belirtisidir. Bu belirtiler oluştuğunda dudak kaslarının yorulduğu anlamına gelmekte olup, fiziksel bir yaralanma yaşanmaması için mutlaka kısa süreli aralar verilmesi gerekmektedir. Bunu sporcular örneği ile ifade etmek gerekir ise, sporcular esneme hareketlerini veya bedenlerini fiziksel taleplere uygun şekilde idman yapmadan müsabakalara hazırlanmazlar. Aynı şekilde klarnet enstrümanında da icracının uzun ses çalışması yapmadan çalmaya başlamaması gerekmektedir.

Günümüzde klarnet icracıları için birçok klarnet egzersiz metotları yazılmaktadır. Bu metotlar sayesinde icracılar kendilerine göre uzun ses çalışma yöntemlerini uygularlar. Bu yöntemler kendi içlerinde farklılık gösterse de mantık hemen hemen hepsinde aynıdır. Uzun ses çalışmasına bazı örnekler aşağıdaki şekilde verilmektedir.

### Clarinet Warm-Ups: Long Tones

Şekil 1. Uzun Ses Çalışması (Spring, 1995, s. 3).

Bu bölümde sunulan uzun ses çalma örnekleri, klarnet icracılarının kendi günlük rutinlerini geliştirmeleri için bir başlangıç noktası olarak hizmet etmeyi amaçlamaktadır.

Şekil 1 de verilen egzersiz çalışması Amerikalı Klarnet Profesörü Robert Spring tarafından derlenmiştir. Bu egzersizde metronomun temposu 60'a ayarlanmalı, kalın mi notasından çıkılabildiği kadar tiz notaya ve her bir nota 4 vuruş olacak şekilde çalınmalıdır. Temponun doğru, eşit ve özellikle çok hızlı olmadığından emin olmak için her zaman metronom kullanılmalıdır.

Klarnet enstrümanında uzun ses çalışmaları, tüm yüz kaslarını ısınmaya ve çalmaya hazır hale getirmenin mükemmel bir yolu olmasının yanı sıra, ses kontrolü, tonun kalitesi ve kondisyon sağlamak için de en önemli egzersizlerdendir.



Şekil 2. Uzun Ses Çalışması 2 (Burke, 1995, s. 21).

Şekil 2'de verilen uzun ses çalışması iki vuruşluk uzun seslerde vurgulanan notaları çok yavaş parmak hareketleriyle birleştirmek için önemli bir egzersizdir. Klarnete yeni başlayan icracılar notalar arası geçişlerde üfledikleri havanın kontrolünü sağlamada zorluk çektikleri için sesi titretirler (Burke, 1995, s. 21). Bu titremeyi ve notalar arası uzun ses geçişlerini kontrol altında tutabilmek için sunulan egzersizin faydalı olacağı düşünülmektedir. Klarnete yeni başlayan icracılar için günde 15-20 dakika uzun ses çalışması yapma ısınma ve kondisyon için yeterli olacaktır. Profesyonel icracılar için bu süre daha da uzayabilir.

### Dinamik Ses Çalışmaları

Dinamik, bir sesin veya notanın hacmini ifade etmektedir. Klarnet, müzik terminolojisinde çok hafif sesi ifade eden *pianissimo* "pp" 'den çok yüksek sesi ifade eden *fortissimo* "ff" 'ye kadar en geniş dinamik varyasyon aralığına sahip bir enstrümandır (Brendel, 2015, s. 289). Bu sayede icracı eserini çalarken bu dinamikler sayesinde müziğin iniş ve çıkışlarını belli edebilir. Yıllar boyunca, dinamiklerle ilgili olarak çeşitli tutumlar hakim olmuştur. On yedinci yüzyıldan önce, bu dinamikler pek belirtilmiyor ya da kullanılmıyor olsa da daha sonra, yüksek sesle ve kısık ses arasındaki notaya alınmış ayrımlar, kademeli olarak, belirtilmeye ve uygulanmaya başlandı. Bunun en iyi örneklerinden biri Tchaikovsky'nin Altıncı Senfonisindeki klarnet solosudur. Bu soloda Tchaikovsky 1. bölümün sonundaki klarnet partisine dört ve beş (pppp-ppppp) yani çok kısık ses dinamiği ekleyerek ses dinamiklerinin müzikteki önemini vurgulamıştır (Rehfeldt, 1994, s. 12). Dinamik ses çalışmalarına örnek şekil 3'de verilmektedir. Verilen çalışma örneğinde 90 metronomla başlayarak kısık ses olan p den yüksek sesi ifade eden f

ye hızlı bir şekilde çıkılmalı ve aynı şekilde ters orantı olarak f den p ye inilmelidir. Bu çalışmada odaklanması gereken diğer önemli bir konu, tonun bozulmaması ve hava akışının kontrollü bir biçimde sağlanmasıdır.



Şekil 3. Dinamik Ses Çalışması Örneği (Harris, 2022, s. 56)

### Gam Çalışmaları

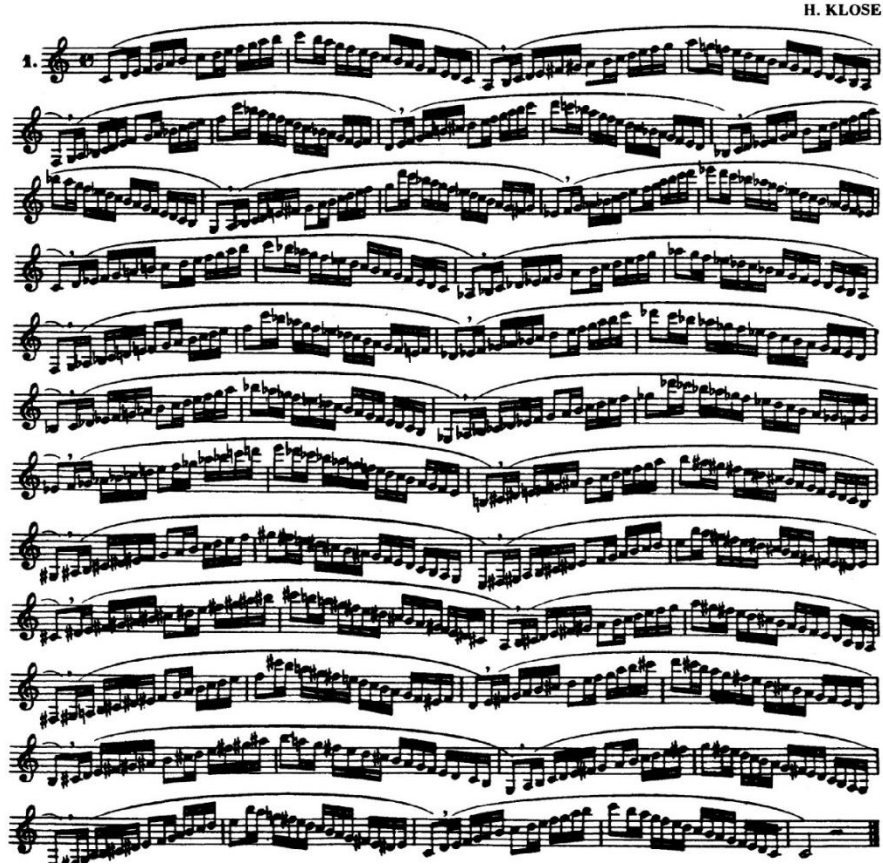
Gamlar sadece klarnet enstrümanı için değil tüm diğer enstrümanlar içinde vazgeçilmez bir alıştırmaya çeşididir. İcradaki tekniği geliştirmenin ve aynı zamanda enstrümanı ısıtmanın da en iyi yolu gamlar üzerinde pratik yapmaktır. Klarnet için yazılmış alıştırmaya metotlarında birçok farklı şekilde sunulmuş gam egzersizleri bulunmaktadır. Bu egzersizler rutin halinde her gün uygulandığında icracının parmaklarının hızlanması ve dudak kaslarının da kondisyona girmesini sağlar. Ayrıca ton çalışması içinde gamlar önemli bir yere sahiptir. Gam çalışmalarını sadece klarnete yeni başlayanlar değil, profesyonel olan icracılarda uygulamaktadır. Gam çalışmaları teknik problem olan birçok hatanın da giderilmesinde de yardımcı olacak egzersizlerdir.

Gamlar tekniğin yapı taşlarıdır ve icracının gelişmesinde en büyük rolü oynayan etkenidir (Gingras, 2011, s. 1). Majör ve minörlerden oluşan müzik dizisi olan gamlar düzenli ve disiplinli çalışma yapılırsa daha uzun süre çalmayı da belirgin seviyede arttıracaktır. Isınma rutininde günlük olarak 3 veya 4 gam çalmak dudak kasları ve parmaklarımızın ısınmasına yeterli olacaktır. Gam çalışmaları aşağıdaki şekil 4 ve 5'teki örneklerde verilmektedir. Bu egzersizlerin düzenli olarak farklı çeşitlendirmelerle uygulanması, icracının sıkılmadan çalışmasına da fayda sağlayacaktır. Ayrıca bu egzersizleri yaparken ağız pozisyonunun korunmasına ve parmak hareketlerinin bütünlüğüne odaklanması dikkat edilmesi gereken önemli noktalardır.



Şekil 4. Gam Çalışması 1 (Baermann, 1918, s. 1).





Şekil 5. Gam Çalışması 2 (Klosé, 2015, s. 1).

### Klarnette Entonasyon Çalışmaları

Klarnet genelde ağaçtan yapılan bir enstrüman olduğu için doğru entonasyon yani doğru akortla çalınması ortamın sıcaklığı ve soğukluğuna göre değişiklik göstermektedir. Yapılacak olan bu entonasyon çalışması klarnet ve icracının ısınmasını sağlarken hem kondisyon sağlamada hem de klarnet üzerinde doğru akort yapabilme becerisini de icracıya katacaktır. Doğru akordu yapabilmek için önce icracının enstrümanı ısıtması gereklidir. Enstrüman gerekli ısıya ulaştıktan sonra akort yapılması daha doğru olacaktır. Klarnetin içine hava üflendiği sırada içindeki hava sıcak havaya dönüşmektedir. Bu sıcak havanın entonasyona büyük etkisi vardır. Enstrüman ne kadar ısınırsa akordu o kadar tizleşecektir (Harris, 2022, s. 100). Benzer şekilde eğer hava soğuk ya da klarneti ısıtmadan çalınmaya başlanırsa entonasyon pes olacaktır. Bu bilgi klarnet icracıları için önem teşkil etmektedir çünkü bir orkestrada ya da başka enstrümanlar ile birlikte çalınma sırasında doğru entonasyon sağlanamaz ise yanlış tınlar ortaya çıkacaktır.

Entonasyon çalışması için yapılması gereken en önemli metot Tuner denilen akort cihazlarından veya akıllı telefonlardaki akort uygulamalarından yararlanmaktır. Şekil 6'da Tuner cihazına ait bir görsel verilmiştir. Bu cihazlar istenilen akort frekansı ve ölçeğinde ölçüm yapabilmektedir. Tuner ile entonasyon çalışması yapmadan önce klarnetin 10 dakika ısıtılıp daha sonra akort için kontrol edilmesi doğru akordun sağlanması için önemlidir.



Şekil 6. Tuner (Akort Cihazı) (Kişisel arşiv, 2022).

Entonasyon çalışması, klarnetin alt oktavlarından başlayarak akort cihazı yardımıyla üst oktavlara doğru uzun ses üfleyerek kontrol edilmelidir. Dikkat edilmesi gereken nokta üflenilen notanın akort cihazında istenilen frekansta gösterilmesidir. Genelde 442hz frekansı baz alınmalıdır.

Klarnette doğru akort, klarnetin üst gövdesi ve barilin birleşimi olan kısımdan barili yukarı ve aşağı doğru çekme ve itme hareketi ile hareket ettirerek yapılmalıdır. Baril üst gövdeden yukarı doğru çekilirse klarnetin boyu daha da uzayacağı için pesleşecektir. Tam ters hareket olarak aşağı doğru itilirse de klarnet tizleşecektir. Ancak bunu yaparken eğer baril kısmı fazla açılırsa orta oktavdaki notaların entonasyonu bozulacaktır. Şekil 7' deki görselde verildiği gibi barilin çok fazla açmadan 0,5mm ya da 1cm açılması yeterli olacaktır (Gibson, 2006, s. 7).



Şekil 7. Klarnet ile Baril Arasındaki Açma Seviyesi (Kişisel arşiv, 2022).

### Teknik Egzersizler

Teknik egzersizler icracıların ısınmaları ve tekniklerini geliştirmek için sunulan çalışmalardır. Bu çalışmalar sayesinde icracılar teknik olarak adlandırılan hız, kontrol, ton ve parmakların ısınması gibi acelite gerektiren performanslarını geliştirmektedirler.

Teknik egzersizler; gamlar, uzun sesler, parmak egzersizleri ve dil artikülasyonlu parçaları içerir.

Klarneti profesyonel olarak çalabilmek için sağlam bir teknik temel şarttır. Doğal olarak, icracıları zinde tutmak ve onlara ısınma yapacakları materyali vermek için parmak egzersizleri ve çalışmaları gereklidir (Orkin, 2019, s. 35). Teknik egzersizlerde uygulanması gereken önemli materyaller arasında metot kitapları gelmektedir. Bu kitaplarda gamlar, dil çalışma egzersizleri, atlamalı nota çalışmaları, arpejler ve teknik kabiliyeti geliştiren etütler yer alır. İcracı bu metot kitapları sayesinde günlük rutin olarak çalışmalarını yapmalıdır. Şekil 8’de teknik egzersizler için yapılması önerilen majör ve minör üçlü gam çalışmaları verilmektedir.

126 SCALES IN THIRDS, MAJOR AND MINOR

Considerable time should be devoted to this exercise; the author considers it to be one of the most important studies.

C Major

A Minor

F Major

D Min.

B<sup>b</sup> Major

G Minor

E<sup>b</sup> Maj

C Minor

A<sup>b</sup> Major

F Minor

D<sup>#</sup> Major

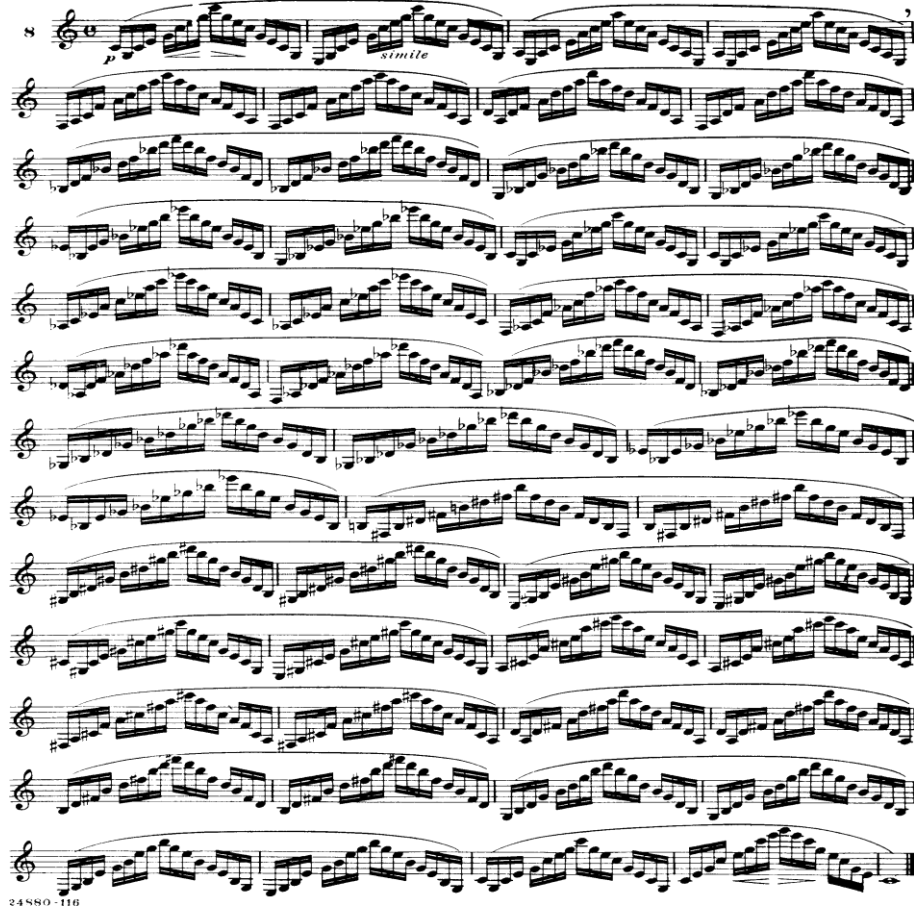
B<sup>b</sup> Minor

G<sup>b</sup> Major

Şekil 8. Teknik Egzersiz Çalışması Örneği 1 (Klose, 2015, s. 126).

Şekil 8’de verildiği üzere egzersizde tüm gamlar üçlüler şeklinde yapılmalıdır. İcracı metronomu da kullanarak do majör gamından başlayıp, diğer tüm gamlar içerisinde 3’lü notalar halinde iniş ve çıkışlı olarak egzersizi tamamlamalıdır. Egzersizi yaparken parmakların klarnetin perdelerinden çok fazla açılmaması ve metronomu ilk başta yavaş bir tempoda ayarlayıp daha sonra kademe kademe yükseltilmesi dikkat edilmesi gereken Şekil 9’da verildiği üzere diğer bir teknik egzersiz olan arpej çalışması icracının atlamalı notalar arasında geçiş kabiliyeti sağlamasına olanak vermektedir.





Şekil 9. Teknik Egzersiz Çalışması Örneği Arpejler (Langenus, 1916, s. 14).

### Dil Çalışmaları

Isınma ve kondisyon çalışmasının diğer önemli bir bileşeni olan dil çalışması, icracıların hem teknik hem de farklı artikülasyonlarda beceri kazanmasına olanak vermektedir. Klarnette dili kullanma dil atma veya dil vurma terimi ile söylenmektedir. Klarnete yeni başlayan icracıların dudak kasları gibi dil kası da yeterli şekilde gelişmemiştir. Bu kasın gelişimini sağlamak ve kuvvetlendirmek için diğer ısınma egzersizlerin yanında düzenli olarak dil çalışmasının da yapılması önem arz etmektedir. Dil çalışması için yazılmış birçok klarnet metodu bulunmaktadır. Genelde fikir aynı olsa da bazı metotlar sadece dil çalışmaları üzerine odaklanmıştır. Kalmen Opperman ve Gustav Langenus metotları bu çalışmalar için önerilen metotlardır. Langenus'un 3. basım olan kitabının 22. sayfasındaki dil egzersizleri şekil'10 da verilmektedir. Bu egzersiz sekizlik notasını 120 metronom tempoda olacak şekilde ayarlanıp başlanabilir. Dil kası yeterli seviyede ısınmaya ve alışmaya başlayınca icracı dilin gelişmesine göre tempoyu kademe kademe hızlandırılabilir.

22

3 Studies for acquiring a light Staccato

G. LANGENUS

Allegretto ♩ = 144

11

24 NSO-110

Şekil 10. Dil Çalışması Örneği 1 (Langenus, 1916, s. 22).

Siempre Staccato

\*4's on one note

B♭ Clarinet

\*5's Up\* 5 notes ascending chromatically

Opperman Staccato

Şekil 11. Dil Çalışması Örneği 2 (Opperman, 1998, s. 1).

Dil çalışmasına diğer bir örnek olan ve şekil 11’de verilen K. Opperman’ın Daily Warm Up metodu da tıpkı G. Langenus gibi dil tekniğinin yüksek seviyede gelişmesine olanak sağlayan bir çalışma metodudur. Klarnette dil çalışmaları kondisyon sağlamada da önemli bir bileşendir çünkü tıpkı uzun sesler gibi dilde, dudak kasları gibi aynı kondisyonu sağlamaya yardımcı olur.

### Sonuç

Klarnet sanat dalında ısınma ve kondisyon, klarnet performans sanatının önemli bir parçasıdır. İcracı kendisini zihinsel olarak hazırlamanın dışında, fiziksel olarak da hazırlamalıdır. Her icracı, uzun çalışmalardan ve tüm performanslarından önce mutlaka ısınmalıdır. Yeni başlayan klarnet icracıları için ısınmak zaman kaybı gibi görünebilir. Fakat bunun icracının yararına olduğu saptanmıştır. Isınmamak çeşitli sakatlıklar ve yaralanmalara da yol açabilir. Bu yaralanmalar tendon veya kas problemleri şeklinde gerçekleşebilir. Isınma egzersizleri rutin bir şekilde yapıldığında bu tür problemlerinde önüne geçilmiş olunacaktır. Günümüzde profesyonel olmuş birçok icracı ısınma egzersizlerini atlamadan mutlaka yapmaktadırlar. Elde edilen bulgular ışığında sadece enstrümanı ısıtmak değil, aynı zamanda kondisyon kazanmak içinde bu egzersizlerin katkı sağlayacağı görülmektedir.

Isınma süresi herkese göre değişkenlik göstermektedir. Amatör olan veya yeni başlayan klarnet icracıları için 15dk ısınma yeterliyken bu süre profesyonel olan klarnetçiler için 40-45 dakikayı bulabilmektedir. Isınma bittikten sonra kısa bir ara verilip sonra performans gösterilecek parçalara geçilmesi kasların iyileşme süreci için daha uygun olacaktır. Uzun ses çalışmaları ile başlamanın kasların ısıtılmasındaki en önemli çalışma yöntemi olduğu tespit edilmiştir. Yapılan araştırmada ısınma ve kondisyon çalışmaları üzerine birçok metot kitaplarının yazılmış olduğu görülmektedir. İncelenen bu metotların birçoğu kasların ve parmakların ısıtılmasına odaklanmış olsa da sundukları çeşitli farklı egzersiz yöntemleriyle icracının sıkılmasını engellemek ve çalışırken farklı şeylere odaklanılmasını da sağlamaktadır. Araştırmada ayrıca ısınma sırasında doğru entonasyonun nasıl sağlanması gerektiği konusu ele alınıp, doğru akordun nasıl yapılması gerektiği gösterilmektedir.

Çalışmada ısınma sırasında gamlar üzerinde nasıl bir yöntem izlenmesi gerektiği verilen egzersiz örnekleriyle belirtilmiştir. Verilen örnek çalışmalar düzenli ve rutin şekilde yapılırsa, ısınma ve kondisyon olarak gelişim sağlanacağı düşünülmektedir.

Makalede sunulan tüm egzersizler ve çalışmalar incelendiğinde klarnet sanat dalı alanında eğitim veren veya klarnet çalmak isteyen icracılar için önemli bir kaynak niteliğinde olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca icracıların kondisyon sağlamak için yapması gereken uygulama önerileri teorik ve pratik açıdan ele alınarak anlatılmıştır.

### Kaynakça

- Baermann, C. (1918). *Complete Method for Clarinet: 3rd Division, Daily Studies*. New York: C. Fischer Publisher.
- Brendel, A. (2015). *Music, Sense and Nonsense: Collected Essays and Lectures*. London: Biteback Publishing.
- Burke, K. (1995). *Clarinet Warm-Ups*. Medfield: Dorn Publications.
- Coppenbarger, B. (2015). *Fine-Tuning the Clarinet Section: A Handbook for the Band Director*. New York: Rowman & Littlefield Publishing.
- Gibson, J. (2006). *Advanced Intonation Technique For Clarinets*. Portland: JB Linear Music.

- Gingras, M. (2011). *More Clarinet Secrets: 100 Quick Tips for the Advanced Clarinetist*. Lanham: Scarecrow Press.
- Harris, P. (2022). *The Clarinet*. London: Faber Music Ltd.
- Klose, H. (2015). *Scales and Exercises on All Harmonic Formations in the Major and Minor Keys*. New York: Carl Fischer Publisher.
- Langenus, G. (1916). *Complete Method for the Clarinet - Part 3*. New York: Carl Fischer Music Publisher.
- Opperman K. (1998). *Daily Warm Up*. New York: Carl Fischer Music Publisher.
- Orkin, E. (2019). *A methodical Approach to learning and Playing the Historical Clarinet and Its Usage in Historical Performance Practice*. Books on Demand Publisher.
- Ployhar, J. D. (1999). *I Recommend: B-flat Clarinet*. California: Alfred Music.
- Rehfeldt, P. (1994). *New Directions for Clarinet*. Lanham: Scarecrow Press.
- Spring, R. (1995). *Daily Exercises for Clarinet*. Holliston: Edizioni Musicali Eufonia Press.