

**Publicaciones del Conservatorio  
Superior de Música de Navarra**

Nafarroako Goi Mailako Musika  
Kontserbatorioko Argitalpenak

---



**Gobierno de Navarra  
Nafarroako Gobernua**

---

**La interpretación guitarrística desde  
un enfoque corporal consciente.**

**Propuesta didáctica dirigida al  
alumnado de 10 a 15 años.**

Itziar Irisarri Labat

---

La interpretación  
guitarrística desde  
un enfoque corporal  
consciente.

Propuesta didáctica  
dirigida al alumnado de 10  
a 15 años.

Itziar Irisarri Labat

**Título /Titulua:**

La interpretación guitarrística desde un enfoque corporal consciente. Propuesta didáctica dirigida al alumnado de 10 a 15 años.

**Autor/Egilea:**

Itziar Irisarri Labat

**Conservatorio Superior de Música de Navarra. CSMN.**

Paseo Antonio Pérez Goyena, 1, 31008 Pamplona, Navarra.

T. 848 42 26 70

W. csmn.es

© Gobierno de Navarra / Nafarroako Gobernua  
Departamento de Educación / Hezkuntza Departamentua

1ª edición / 1. argitaraldia (2024)

**Diseño y maquetación /****Diseinua eta maketazioa:**

Vera Estudio

ISSN 2792-5862

Publicaciones del Conservatorio Superior de Música de Navarra / Nafarroako Goi Mailako Musika Kontserbatorioko Argitalpenak

**Promoción y distribución /****Bultzatzailea eta banatzailea:**

Fondo de Publicaciones del Gobierno de Navarra / Nafarroako Gobernuaren Argitalpen Fonda.  
Navas de Tolosa, 21 / Navas de Tolosa kalea, 21  
31001 Pamplona / Iruña  
Teléfono / Telefonoa: 848 427 121  
fondo.publicaciones@cfnavarra.es  
www.cfnavarra.es/publicaciones

# RESUMEN

La presente propuesta de trabajo tiene en cuenta la aplicación de la consciencia corporal integrada dentro de las actividades que se realizan en el aula de guitarra de en la Escuela de Música de Mendillorri, Pamplona. Su aplicación se puso en marcha durante diez sesiones impartidas entre enero y marzo de 2023, dirigidas a seis alumnos y alumnas de guitarra de entre 10 y 15 años a los que se imparte clases durante el curso escolar 2022-2023. En este trabajo se recogen los resultados tras la aplicación de estrategias centradas en la consciencia corporal a través de la utilización de una metodología basada en la investigación-acción para la mejora de la docencia.

*Palabras clave:* Consciencia corporal, guitarra, aprendizaje, interpretación, pedagogía musical, investigación-acción.

# ABSTRACT

The present project takes into account the application of integrated body awareness within the activities carried out in the guitar classroom at Mendillorri School of Music located in Pamplona. The implementation took place over ten sessions held between January and March 2023, involving six guitar students aged between 10 to 15, during the 2022-2023 academic year. This work presents the results obtained from the application of various strategies focused on body awareness using action-research methodology for teaching improvement.

*Keywords:* Body awareness, guitar, learning, performance, instrumental music pedagogy, action-research.

# ÍNDICE GENERAL

## PARTE I PRESENTACIÓN

- 1.INTRODUCCIÓN
- 2.OBJETIVOS
- 3.METODOLOGÍA

## PARTE II MARCO TEÓRICO

- 4.EL PUNTO DE PARTIDA:  
APRENDIZAJE DE HABILIDADES  
MOTORAS PARA LA  
INTERPRETACIÓN INSTRUMENTAL
- 5.LA CONSCIENCIA CORPORAL  
O PROPIOCEPCIÓN EN EL  
APRENDIZAJE MUSICAL  
INSTRUMENTAL
  - 5.1.Principios básicos de consciencia  
corporal en la práctica guitarrística
  - 5.2.La postura en la guitarra
  - 5.3.Mano derecha
  - 5.4.Mano izquierda
  - 5.5.La conexión con la guitarra
  - 5.6.Embodiment y consciencia  
corporal: un paso más allá para  
mejorar la interpretación
- 6.INTEGRACIÓN DE LA  
CONSCIENCIA CORPORAL EN EL  
APRENDIZAJE INSTRUMENTAL
  - 6.1.Primer vista
    - 6.1.1.Tratamiento didáctico de  
la lectura a primera vista en la  
guitarra
    - 6.1.2.Consideraciones a tener en  
cuenta en la primera vista en la  
guitarra
  - 6.2.Música ensayada
    - 6.1.1.La lectura de partituras
    - 6.1.2.Estrategias de lectura
    - 6.1.3.Tratamiento didáctico de la  
música ensayada en la guitarra
    - 6.1.4.El tratamiento didáctico de la  
digitación.
    - 6.1.5.La interpretación corporal  
consciente en la música ensayada
    - 6.1.6.Enfoque corporal consciente  
en la música ensayada: El control  
corporal y la autorregulación
  - 6.3.Memoria
  - 6.4.Improvisación y tocar de oído
    - 6.4.1.Enfoques de la improvisación
    - 6.4.2.Proceso de aplicación de la  
improvisación en el aula
    - 6.4.3.Tratamiento didáctico de la  
improvisación en guitarra clásica

## PARTE III FASE EXPERIMENTAL<sup>61</sup>

- 7.PROUESTA DIDÁCTICA
  - 7.1.Contextualización
  - 7.2.Descripción general del alumnado
  - 7.3.Planteamiento de las sesiones
  - 7.4.Materiales utilizados
  - 7.5.Recogida de información
  - 7.6.Implementación de las sesiones
    - 7.6.1.Afinación – Calentamiento –  
Primera vista
    - 7.6.2.Música ensayada
    - 7.6.3.Memoria
    - 7.6.4.Improvisación
- 8.RESULTADOS
  - 8.1.Calentamiento y postura
    - 8.1.1.Mano derecha e izquierda
  - 8.2.Primer vista
  - 8.3.Música ensayada
    - 8.3.1.Lectura
    - 8.3.2.Digitación
    - 8.3.3.Corporalidad y expresividad
  - 8.4.Memoria
  - 8.5.Improvisación

## PARTE IV CONCLUSIONES, LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

### CONCLUSIONES

### LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### ANEXOS

- ANEXO I: Diario de observaciones por  
alumno, fecha y contenidos trabajados
- ANEXO II: Análisis de estrategias  
empleadas en música ensayada



Pulsa sobre el apartado al que  
quieras ir para ir directo.

# ÍNDICE DE FIGURAS

*Figura 1* Planificación de la propuesta

*Figura 2* Colocación en posición sentada, frontal y de perfil

*Figura 3* Colocación de la guitarra con respecto al cuerpo

*Figura 4* Posición de la mano derecha

*Figura 5* Posición de la mano izquierda

*Figura 6* Estrategias para la lectura de partituras

*Figura 7* Estadios en la memorización de una pieza

*Figura 8* Pautas para memorizar organizando la repetición motora

*Figura 9* Pasos para la aplicación de la improvisación en el aula

*Figura 10* Actividades improvisatorias por niveles

*Figura 11* Cinco áreas para poner en marcha la improvisación centrada en la consciencia corporal

*Figura 12* Características del alumnado

*Figura 13* Estructura de las sesiones

# ÍNDICE DE TABLAS

*Tabla 1* Clasificación de referencias utilizadas para el marco teórico por categorías

*Tabla 2* Observaciones iniciales

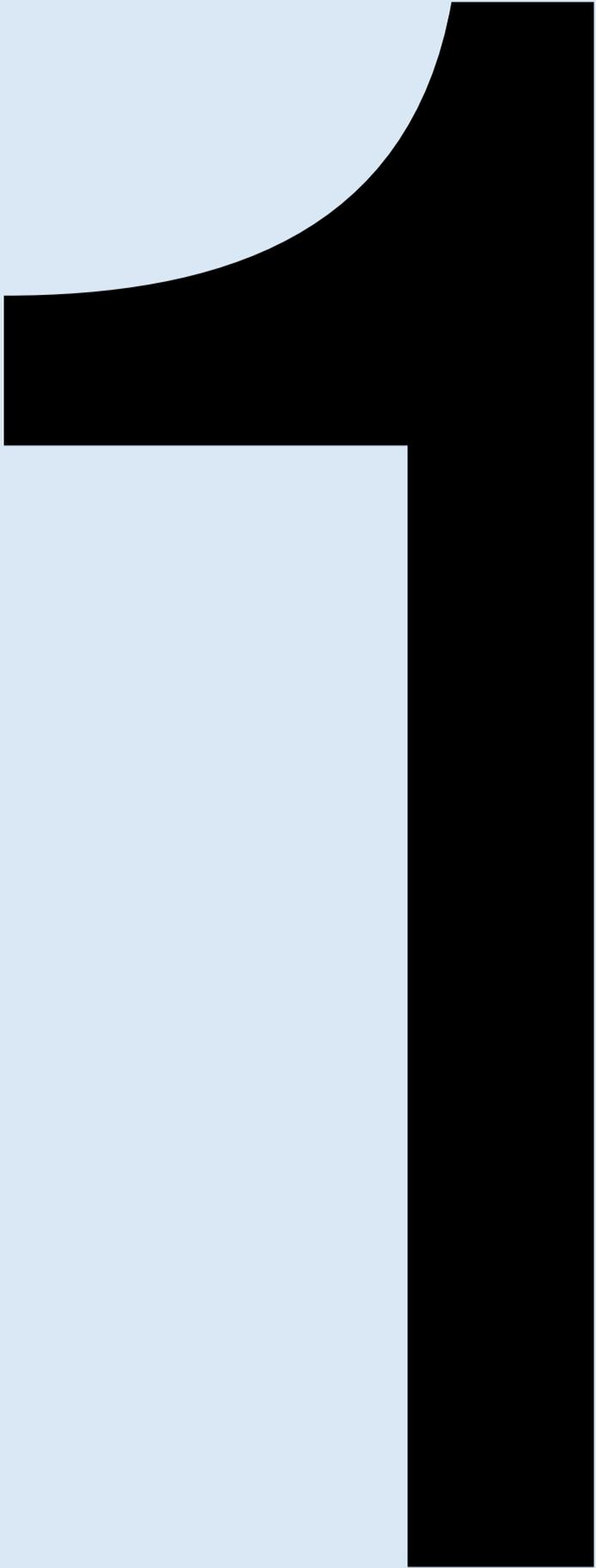
*Tabla 3* Estrategias de adecuación ergonómica

*Tabla 4* La improvisación estructurada y libre

*Tabla 5* Niveles de improvisación

*Tabla 6* Tabla resumen de contenidos, ejercicios y objetivos de la propuesta

*Tabla 7* Problemáticas generales y soluciones aplicadas.



**PRESENTACIÓN  
PRESENTACIÓN  
PRESENTACIÓN  
PRESENTACIÓN  
PRESENTACIÓN  
PRESENTACIÓN**

# 1. INTRODUCCIÓN

Este trabajo se planteó inicialmente con el objetivo de destacar la importancia que el cuerpo tiene en el proceso de aprendizaje de la guitarra clásica, en el que los mecanismos corporales involucrados en su interpretación requieren una atención minuciosa para lograr el máximo potencial sonoro. En este sentido, comprender estos mecanismos corporales al tocar la guitarra a través de una técnica eficiente y enfocada en la corporalidad no solo garantiza el desarrollo y la mejora de las habilidades sensoriales y perceptivas, sino también el propio bienestar del intérprete. Esta premisa se convirtió en un punto de partida sólido que planteó una serie de cuestiones fundamentales relativas al cuerpo y la interpretación musical.

El interés principal de la propuesta se centró en contemplar el proceso de aprendizaje desde la consciencia corporal con el propio alumnado de guitarra de diferentes edades y niveles para conocer en la mayor medida posible cuáles eran tanto sus efectos como sus beneficios. Se consideró que era imprescindible que el alumnado adquiriera un amplio conocimiento sobre este tema para poder reconocerse mejor a sí mismos y aplicar el movimiento de manera consciente. Además, se comprendió que todas las habilidades musicales pueden abordarse desde la perspectiva corporal, dado que el cuerpo es el punto de partida de la interpretación con el instrumento.

Desde un punto de vista general, resulta esencial comprender que el cuerpo es el vehículo a través del cual los guitarristas se expresan musicalmente. La postura, la coordinación y el equilibrio corporal son aspectos fundamentales que afectan directamente la calidad de la interpretación y el desempeño del músico (Leisner, 2018, Glise, 2014). Por lo tanto, prestar atención a la relación entre el cuerpo y la guitarra se convierte en un factor determinante a analizar en la propuesta.

Para el alumnado que se encuentra en los niveles básicos de aprendizaje, tener presente la consciencia corporal adquiriría una importancia todavía mayor, puesto que en los primeros pasos dentro del mundo de la guitarra es necesario desarrollar una base sólida en términos de postura, relajación muscular y movimientos eficientes favoreciendo así un progreso más rápido y efectivo en el dominio del instrumento (Salazar, 2011, Pedreira, 2015).

Como docentes, se hace necesario reconocer la gran relevancia de la consciencia corporal en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la guitarra, tomando la responsabilidad de guiar al alumnado hacia una comprensión más profunda de

su propio cuerpo en relación con el instrumento. Al fomentar esta consciencia postural y control muscular, es posible facilitar un aprendizaje más completo y enriquecedor, ayudando al alumnado a superar obstáculos técnicos y a desarrollar su propio estilo interpretativo. Además, es imprescindible seguir aprendiendo sobre estos aspectos desde la base, ya que permite reforzar el conocimiento y continuar creciendo en la práctica pedagógica. El análisis de la propia metodología y enfoque pedagógico, respaldado por fuentes de referencia rigurosas, ayuda a sentar bases sólidas para las propias sesiones, guiando y concienciando al alumnado sobre el uso del cuerpo para promover un aprendizaje integral y significativo. De esta manera, al abordar la guitarra desde la perspectiva de la consciencia corporal, no solo se están enseñando habilidades técnicas, sino también fomentando el bienestar y el desarrollo personal del alumnado como músico (Glise, 2014, Salazar, 2011).

Desde una perspectiva personal, como guitarrista y pedagoga, he experimentado en primera persona los beneficios transformadores de la consciencia corporal. Esta práctica ha sido esencial en el desarrollo tanto como intérprete de guitarra como educadora. No solo permitiéndome profundizar la comprensión de ambas facetas, sino que también ha sentado una sólida base de conocimientos para su aplicación profesional futura.

En lo referente a la propuesta, siguiendo la línea metodológica de la investigación-acción, se ha pretendido conocer en detalle diferentes investigaciones y aspectos relativos a la aplicación de estrategias de aprendizaje relacionados con la consciencia corporal. El principal propósito, en este sentido, ha sido tratar de aplicar en el alumnado de guitarra de manera particular y personalizada los principios más relevantes, para mejorar como consecuencia su interpretación. Tras un análisis inicial de las características del alumnado se observó que existían de manera generalizada necesidades en la mejora de la propiocepción al tocar el instrumento. Investigaciones como las de Pedreira (2015) y Salazar (2011) mencionan que es una problemática extendida en el alumnado principiante de guitarra. De este modo, la guitarra, al ser un instrumento que requiere un preciso control del cuerpo para transmitir un buen sonido, necesita que en su didáctica se preste especial atención al trabajo de la propiocepción, elemento básico que se integra a lo largo del trabajo.

A modo de aclaración, cuando tuvo inicio la búsqueda de información sobre el concepto clave de esta propuesta se encontró que las investigaciones utilizaban indistintamente los términos “propiocepción” o “consciencia corporal”, por ello se considera importante que quede claro que ambos hacen referencia, de acuerdo con Haibach (2017), a la información consciente que se recibe sobre el estado del propio cuerpo, de las sensaciones que se perciben en las diferentes partes del cuerpo y de los movimientos que en ellas se producen. En definitiva, la propuesta se sirve de estos términos para referirse a la capacidad para localizar los componentes del esquema corporal sin necesidad de mirarlos, para desenvolverse en el entorno de manera fluida, para localizar las partes del cuerpo entre sí y en el espacio, así como para realizar cualquier actividad motriz que tenga un fin concreto.

Además, a lo largo del marco teórico se abordan, por un lado, diferentes temáticas relacionadas con el cuerpo, como es el desarrollo motor, que permite partir de una base teórica para entender los factores fisiológicos y sociales que

intervienen en la adquisición de habilidades motoras para la interpretación instrumental. Por otro lado, se profundiza en la técnica de la guitarra y su relación con el cuerpo, haciendo referencia a aquello que interesa aplicar en la propuesta práctica. Algunos de los conceptos que se tratan en este punto van desde la consciencia postural, posición corporal y la posición de las manos, tomándose como referencia fundamental a Offermann (2019), hasta la propia conexión del cuerpo con el instrumento por medio del *embodiment*, concepto que Anttila (2015) plantea como esencial en la interpretación instrumental. Más adelante, en lo que se refiere a la integración de la consciencia corporal en el aprendizaje instrumental, se utiliza la investigación realizada por McPherson (1995) como eje vertebrador de la presente propuesta, en la que habilidades musicales como la primera vista, la música ensayada, la memoria, la improvisación y tocar de oído, considerándose imprescindibles para el desarrollo musical de todo músico. Se profundiza de esta manera en cómo trabajar estas habilidades integrando la consciencia corporal en cada una de ellas partiendo de diferentes estudios e investigaciones anteriores.

Por otra parte, dentro del apartado práctico o fase experimental de la propuesta, se expone de manera detallada el contexto en el que se desarrolla la misma, describiendo a la muestra de alumnos y alumnas, el planteamiento de las sesiones y todo lo relacionado con su implementación, exponiendo posteriormente los resultados obtenidos.

Finalmente, en el último apartado se presentan las conclusiones, en las que se relacionan los resultados obtenidos con los objetivos que se plantearon inicialmente. Además, como punto final, se señalan las limitaciones experimentadas durante la propuesta formulando otras posibles líneas de investigación que despiertan gran interés y que se espera plantear y abordar en un futuro próximo.

# 2. OBJETIVOS

Este trabajo se ha centrado en un objetivo fundamental y tres específicos que han servido como punto de partida para estructurar y desarrollar los temas tratados tanto en el marco teórico, como en el planteamiento de la propuesta práctica, así como en el enfoque metodológico utilizado.

## **Objetivo general**

Hacer una propuesta para la mejora de la interpretación musical desde un enfoque corporal consciente, que se llevará a la práctica con el alumnado de guitarra de edades comprendidas entre 10 y 15 años, al que se imparte clase en la Escuela de Música de Mendillorri.

## **Objetivo específico 1**

Conocer las últimas investigaciones acerca de la propiocepción, consciencia corporal y su aplicación en el aprendizaje instrumental.

## **Objetivo específico 2**

Analizar de qué manera se trabaja la consciencia corporal en las clases de guitarra impartidas, qué problemáticas se encuentran, y qué se puede hacer para mejorar como docentes.

## **Objetivo específico 3**

Planificar y aplicar una propuesta específica para mejorar la interpretación del alumnado enfocada hacia el trabajo de la consciencia corporal.

# 3. METODOLOGÍA

El presente proyecto, en cuanto a metodología se refiere, puede situarse en torno a la línea de la investigación-acción, que de acuerdo con Cohen et al. (2018), consiste en la labor de reflexión llevada a cabo por docentes que se encargan de analizar y reflexionar sobre sus propias prácticas en el propio contexto de enseñanza con el fin de mejorarlo.

Por un lado, el término de “investigación” es el que dirige las pautas para analizar aquello que se quiere conocer y comprobar, y por otro, la “acción” se refiere a todo lo que se lleva a cabo con un propósito determinado (McNiff, 2010).

Según Cohen et al. (2018), la aplicación de la metodología de investigación-acción conlleva el cumplimiento de una serie de pasos, los cuales se citan y comparan a continuación con los realizados en la presente propuesta:

## **Identificar, evaluar y formular el problema a mejorar.**

De acuerdo con el fin de la metodología empleada, está claro que la preocupación principal es siempre mejorar la práctica docente. Para ello, en primer lugar, es preciso identificar la problemática a tratar, que fue posible concretar tras la observación de la interpretación del alumnado. La pequeña atención que el alumnado prestaba a la consciencia postural a la hora de tocar fue observada como una problemática recurrente, de hecho, se considera como una de las que más se repite en el aprendizaje de este instrumento, tal y como comentan Pedreira (2015) y Salazar (2011). Este aspecto se valoró como básico y prioritario en la ejecución con la guitarra, por lo que se confirmó como la principal problemática a mejorar.

## **Buscar posibles maneras de solucionar el problema llegando a un proyecto de propuesta.**

Tras la concreción del problema en cuestión, se tuvieron en cuenta diferentes vías que permitieran solucionarlo. Al principio se valoró que la mejor manera para tratar la problemática de la consciencia postural era realizar un taller, dado que en los años de formación propiamente recibida, se ha tenido la oportunidad de asistir a algunos de ellos que trabajaban la propiocepción desde diferentes enfoques (técnica Alexander y Feldenkrais). A partir de estas experiencias se extrajeron ideas inspiradoras, consideradas de importante conveniencia para aplicar en la presente propuesta con el alumnado.

Más tarde, se pensó que otra alternativa para mejorar este problema era a través de su tratamiento didáctico en la propia sesión individual de guitarra, algo que finalmente se decidió escoger puesto que podía ofrecer tanto al alumnado como al profesorado, una mejor oportunidad para integrar estos aspectos aprovechando el tiempo de la sesión.

### **Revisar bibliografía extrayendo información relevante para compararla con el caso propio.**

Una vez definido el proyecto de propuesta se comenzó a realizar la búsqueda de bibliografía, utilizando diferentes motores de búsqueda académicos como “Google Académico”, “Dialnet”, “Red de Bibliotecas Públicas de Navarra”, etc. donde se introdujeron los términos relacionados con la consciencia corporal y aprendizaje instrumental. Esta exploración devolvió resultados de gran interés y ayuda a la hora de su aplicación con el conjunto de estudiantes.

### **Redefinir el problema, que puede ir variando a medida que se recopila información de diferentes fuentes e investigaciones.**

En este caso no se redefinió el problema, sino la temporalidad de la propuesta, que, al comienzo, la idea era realizarla hasta el final del curso escolar, mayo de 2023. Sin embargo, al no contar con demasiado tiempo adicional para analizar los resultados, se decidió finalmente llevarla a cabo a lo largo de 10 sesiones desde enero hasta marzo de 2023, considerando ser suficientes para obtener resultados significativos.

Por otro lado, se redefinió también la aplicación de la improvisación situándola temporalmente después de la primera vista y optando por una improvisación más sencilla, melódica, que todos los alumnos pudieran interpretar.

### **Seleccionar procedimientos de investigación, eligiendo muestras, materiales, métodos de enseñanza-aprendizaje que ayuden a llegar a las conclusiones necesarias.**

Por un lado, se seleccionó la observación directa como procedimiento de investigación en cada sesión, combinándolo con la recogida de evidencias audiovisuales al inicio, desarrollo y al final de la propuesta.

Por otro lado, se escogieron métodos y materiales adaptados al nivel del alumnado: ejercicios de calentamiento general (Llobet y Molas, 2005) y específico (Offermann, 2019, Fernández, 2001), primera vista e improvisación (Harris, 2019), variedad de partituras individuales y grupales para el trabajo de la música ensayada, canciones con acordes, etc. que permitieron integrar las mejoras deseadas y ayudaron a llegar a las conclusiones requeridas.

### **Elegir procedimientos de evaluación, siempre teniendo en cuenta que esta será continua.**

Se planteó la evaluación en forma de pre-test inicial y post-test final, como manera de valorar lo que el alumnado mejoró a lo largo de las sesiones. Este procedimiento se llevó a cabo de manera continua mediante la observación directa, y también por medio de la comparación de las fotografías y de los vídeos realizados tanto en casa como en el aula.

## Realizar la intervención.

Se hace alusión a este punto más adelante en la implementación de las sesiones.

## Interpretar los datos recogidos y evaluar el conjunto del proyecto.

La interpretación de los datos, así como la evaluación de la propuesta se comentará al final de este documento, en las conclusiones.

En lo que se refiere a la etapa de planificación de la propuesta, se definió un objetivo general que fue:

“Hacer una propuesta para la mejora de la interpretación musical desde un enfoque corporal consciente, que se llevará a la práctica con el alumnado de guitarra de edades comprendidas entre 10 y 15 años, al que se imparte clase en la Escuela de Música de Mendillorri”.

Con el propósito de conseguir este objetivo general, se propusieron tres objetivos específicos:

El primero, consistió en: “Conocer las últimas investigaciones acerca de la propiocepción, consciencia corporal y su aplicación al aprendizaje instrumental”.

Para conseguirlo se inició la búsqueda de bibliografía especializada que contuvieran los términos clave relacionados con la consciencia corporal y aprendizaje de la guitarra: “consciencia corporal y aprendizaje instrumental”, “guitarra y cuerpo”, “propiocepción y guitarra”, “técnica guitarra”, “digitación guitarra”, “primera vista y guitarra”, “Embodiment y guitarra”, etc.

Se utilizaron bases de datos, buscadores, bibliotecas especializadas y repositorios académicos en línea como “Google Académico”, “Dialnet” o “Red de Bibliotecas Públicas de Navarra”, en las que se encontraron diversos resultados: desde artículos, investigaciones y tesis doctorales, hasta libros, de los que se realizó una lectura para su selección o descarte.

También se utilizaron libros físicos de los que se disponía previamente (Offermann, 2019), algunos prestados (Cohen et al., 2018) y otros de nueva adquisición (Tripliana, 2019 y Pozo et al. 2020), que sirvieron para fundamentar teóricamente la propuesta.

Posteriormente, el conjunto de documentos recogidos fue guardado y clasificado por categorías para la elaboración del marco teórico, tal y como se muestra a continuación.

### Tabla 1

#### *Clasificación de referencias utilizadas para el marco teórico por categorías*

<b>Categorías</b>	<b>Referencias destacadas</b>
Consciencia corporal	Llobet y Molas (2005), Offermann (2018)
Desarrollo motor	Altenmüller y McPherson (2008), Haibach et al. (2017)
Práctica instrumental	Tripliana (2019), Pozo et al. (2020), McPherson (1995)
Primera vista	Laguna (2022), Kember y Beech (2007), Harris (2019)
Digitación	Brandon y Westwood (2019), Duque (2013), Sherrod (1981)
Memoria	Eguilaz (2009), Martínez (2017), Musgrove (2017), Käppel (2016)
Improvisación	Després y Dubé (2014), Larsson y Georgii-Hemming (2018)
Guitarra y técnica	Fernández (2001), Tennant (2005), Pedreira (2015), Salazar (2011)
Metodología	Cohen et al. (2018), McNiff (2010)

*Nota.* Esta tabla representa cómo se han clasificado las referencias para la elaboración del marco teórico. *Fuente:* Elaboración propia.

De todas las referencias citadas se destacan tres en especial:

- Offermann (2018), por ser un libro de referencia para guitarristas, explicando desde la consciencia corporal todos los ejercicios que propone. Su aplicación práctica fue integrada por medio de ejercicios técnicos en el aula junto con el alumnado.
- Tripiana (2019) y sus aportaciones en cuanto a estrategias de adecuación ergonómica, fundamentales para la práctica instrumental y aplicación de la consciencia corporal, se han tenido en cuenta a la hora de su aplicación en el trabajo de partituras en el aula de guitarra con el alumnado.
- Pedreira (2015) analiza en profundidad la guitarra y la consciencia corporal, siendo una tesis con interesantes aportaciones y explicaciones gráficas y detalladas. Ha servido para comprender mejor aspectos de la propiocepción en la guitarra que no se habían encontrado en otras fuentes. La capacidad de síntesis con que trata el tema ha ayudado a extraer ideas de gran relevancia para el aprendizaje de la guitarra desde la consciencia corporal, así como para detectar las problemáticas más frecuentes.

El segundo objetivo específico consistió en: “Analizar de qué manera se trabaja la consciencia corporal en las clases de guitarra que se imparten, qué problemáticas se encuentran y qué se puede hacer para mejorar como docentes”.

Para conseguirlo, previo a planificar la propuesta fue necesario realizar una tarea inicial de reflexión y análisis sobre, por un lado, las carencias de la docencia, y, por otro lado, sobre las problemáticas más recurrentes que se podían observar en el alumnado de guitarra.

## Tabla 2

### Observaciones iniciales

Didáctica	Alumnado
Únicamente se tiene en cuenta el trabajo de partituras. La sesión no contempla otros contenidos como la primera vista o la improvisación. La consciencia corporal se contempla solo en momentos puntuales.	Tienen dificultades en la ejecución. Se observa que interpretan sin tener una consciencia postural clara. Tienen dificultades en la aplicación de las digitaciones y en la lectura.

*Nota.* Esta tabla recoge las problemáticas y dificultades observadas en la didáctica de las sesiones iniciales y en el alumnado.

*Fuente:* Elaboración propia.

Para generar una mejora tanto en el alumnado como en la docencia, se decidió establecer una fundamentación didáctica en el desarrollo de las habilidades esenciales de McPherson (1995). En este nuevo plan didáctico el propósito consistió en ayudar al alumnado a desarrollar sus conocimientos y destrezas musicales, integrando la consciencia corporal para superar las dificultades técnicas generadas por el escaso trabajo y atención que se le había otorgado a la consciencia postural anteriormente.

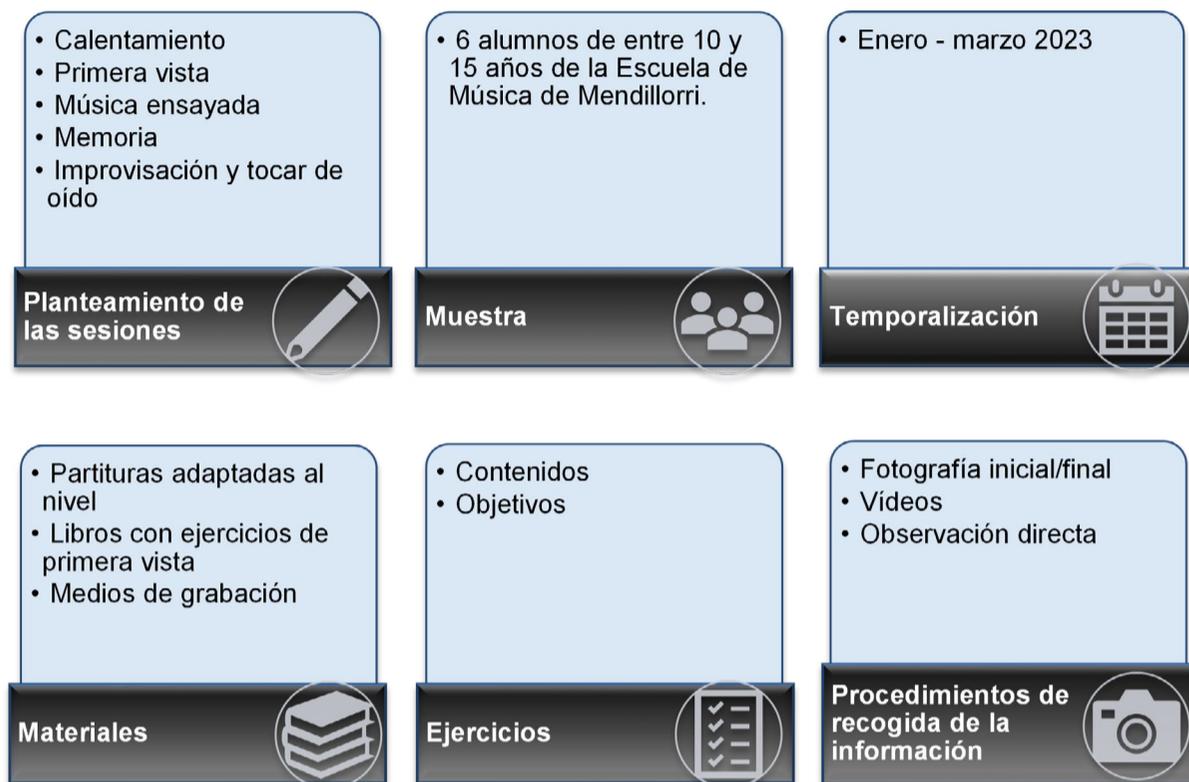
Por último, el tercer objetivo específico fue: “Planificar y aplicar una propuesta específica para mejorar la interpretación del alumnado centrándose en el trabajo de la consciencia corporal”.

Para alcanzarlo, se ideó la presente propuesta fundamentada y estructurada en base a la bibliografía consultada previamente y se concretó el planteamiento de

las sesiones, cuál iba a ser la muestra a la que se iba a dirigir, la temporalización, los materiales que se iban a utilizar, los tipos de ejercicios que iban a realizarse, así como los procedimientos de recogida de información durante su aplicación.

## Figura 1

### Planificación de la propuesta



*Nota.* La figura recoge los diferentes aspectos que se tuvieron en cuenta para la planificación y puesta en marcha de la propuesta. *Fuente:* Elaboración propia.

Tras la planificación, tuvo lugar su aplicación, en la que se fue recogiendo la información sesión a sesión.

La observación directa fue la herramienta de evaluación aplicada fundamentalmente en cada sesión, tomándose notas sobre la aplicación que hacía el alumnado de la consciencia corporal en cada una de las secciones en las que se dividía la clase. Principalmente se observaba si realmente seguía pautas corporales organizadas en las que ponía en práctica la propiocepción.

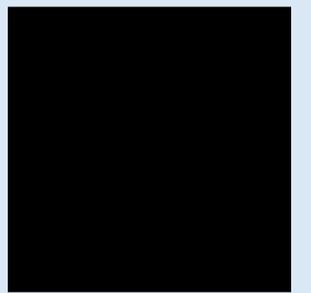
Se tomaron fotografías durante el calentamiento específico de manos derecha e izquierda de las sesiones 3, y 10, en las que se realizaron:

- Fotografías iniciales, realizadas durante la tercera sesión, puesto que cuando se empezó todavía no se contaba con el permiso pertinente.
- Fotografía final, realizada tras la finalización de la aplicación del proyecto.

Se analizaron los vídeos grabados planteados como tarea para casa, realizándose de la quinta a la sexta sesión, en la que se visualizaron junto con el alumnado para proporcionar el correspondiente feedback.

Posterior a su aplicación se realizó el análisis de toda la información obtenida, tanto con las observaciones<sup>1</sup> que se anotaron sesión a sesión, como con los vídeos e imágenes recopilados durante el desarrollo de la propuesta. Todas estas evidencias se contrastaron entre sí para determinar si el alumnado había manifestado progreso.

<sup>1</sup> Las anotaciones recogidas sesión a sesión de cada uno de los alumnos y alumnas se presentan adjuntas en tablas que aparecen al final de este trabajo en los anexos.



MARCO TEÓRICO  
MARCO TEÓRICO  
MARCO TEÓRICO  
MARCO TEÓRICO  
MARCO TEÓRICO  
MARCO TEÓRICO

# 4. EL PUNTO DE PARTIDA: APRENDIZAJE DE HABILIDADES MOTORAS PARA LA INTERPRETACIÓN INSTRUMENTAL

El desarrollo motor es una disciplina que estudia los cambios que se producen en el comportamiento motor humano, así como los procesos y factores que afectan a los mismos en las diferentes etapas de la vida de la persona. En este campo, el enfoque de estudio de dichos cambios, se disocia de la práctica y la experiencia, contemplando únicamente el proceso de maduración corporal (Haibach et al., 2017). Este proceso de maduración implica alteraciones en el desarrollo biológico del cerebro y del sistema nervioso, que, aunque son predecibles y ocurren universalmente de manera ordenada, presentan individualidades en cada persona. Así, Haywood et al. (2012), recoge a los tres principales autores pioneros de esta disciplina: Mary Shirley, Arnold Gesell y Myrtle McGraw, que fueron los que clasificaron de manera general atrás en sus días el desarrollo motor por edades y etapas. Si bien, se sigue insistiendo en la idea de que en la actualidad existe la necesidad de contemplar cada caso particular independientemente de la edad, sin caer en generalidades.

De la misma manera, Altenmüller y McPherson (2008), consideran esencial contemplar otros factores que afectan directamente al desarrollo motor además de la maduración cerebral y del sistema nervioso. Para ellos, la influencia del entorno y su grado de estimulación pueden proporcionar cambios motrices producto de la interacción con el ambiente próximo. Por tanto, se entiende que todos estos cambios no se deben únicamente al desarrollo motor en sí, sino al proceso de aprendizaje motor (Haibach et al., 2017).

En este sentido, se puede decir que para Andreu y Romero (2021) el aprendizaje motor, además de factores básicos esenciales como el tono muscular, el equili-

brio y la coordinación, también integra procesos psicomotores y neuromotores que implican el uso de habilidades como la percepción, la memoria o la atención.

En la pedagogía del instrumento es imprescindible comprender y tener en cuenta todas estas particularidades, puesto que, por un lado, marcan el ritmo de aprendizaje del alumnado, y por otro, son aspectos necesarios a tener en cuenta para introducir adecuadamente el aprendizaje de nuevas habilidades técnicas. En palabras de Ramos et al. (2016) “cada alumno es un universo de particularidades inserto en procesos no lineales de desarrollo que tienen que moverse de manera cíclica hacia adelante y hacia atrás para fortalecer el desarrollo de las diversas competencias.” (p. 44). Esto plantea la necesidad de centrarse en el diseño de ejercicios apropiados, además de proporcionar experiencias estimulantes que resulten atractivas a la par que enriquecedoras a los estudiantes tal y como Altenmüller y McPherson (2008) afirman.

Con todo, este trabajo hace referencia al término aprendizaje motor por su carácter integral, para referirse a la adquisición de las habilidades motrices necesarias para aprender a tocar un instrumento musical, en el caso específico de este proyecto, de la guitarra.

Así, la interpretación instrumental no solo requiere el aprendizaje de la teoría musical o del conocimiento de aspectos específicos del instrumento que se va a aprender a tocar, sino que también requiere adquirir herramientas de aprendizaje, que permitan la adquisición de habilidades motrices. El desarrollo de las mismas es fundamental para dominar las técnicas requeridas en cada instrumento y ser capaces de transmitir la intención musical deseada. Así, el aprendizaje motor, de acuerdo con Forcada-Delgado (2014), es una rama de la disciplina de la psicología que se aplica de manera práctica en la música en general, y en particular en el aprendizaje de un instrumento.

El aprendizaje motor implica que las habilidades motoras se vayan adquiriendo y perfeccionando a lo largo de los años con la práctica, almacenándose y manteniéndose siempre que se vaya realizando un trabajo regular y continuado en el tiempo (Altenmüller y McPherson, 2008; Brandon y Westwood, 2019).

En este sentido, en el aprendizaje motriz instrumental, la motricidad fina es la que concentra el mayor protagonismo. De acuerdo con Altenmüller y McPherson (2008), su puesta en marcha en la práctica instrumental consiste más que en una tarea de ejecución y refinamiento, en una labor de inhibición de la motricidad general.

Concretamente, Brandon y Westwood (2019) afirman de la misma manera que en el aprendizaje de la guitarra, el cerebro con sus circuitos neuronales, adapta la respuesta para conseguir que los dedos incrementen su independencia mediante un mecanismo de inhibición en el que se suprimen los movimientos no deseados de los músculos cercanos. El área del cerebro donde se observan estas adaptaciones complejas del movimiento se conoce como cuerpo calloso, zona que comunica ambos hemisferios y que permite que uno de ellos pueda inhibir al otro tratando de evitar movimientos no deseados.

Por su parte, Altenmüller y McPherson (2008), afirman que para perfeccionar el desempeño interpretativo es necesario contar con una retroalimentación auditiva y somato-sensorial. En este caso, cuando se toca la guitarra es posible

apreciar varios ejemplos en los que se produce una retroalimentación sensorial, como ocurre al utilizar la vista para observar la mano colocada en el diapasón, donde se emplearía una retroalimentación visual. Por otro lado, sentir con los dedos cómo se toca un acorde se trataría de una retroalimentación cinestésica, y, por último, al escuchar cómo suena un acorde se haría uso de una retroalimentación auditiva. Así, puede contemplarse que la retroalimentación sensorial contribuye a la formación de representaciones internas, así como modelos de patrones de movimiento que consiguen que sea posible ponerlos en práctica posteriormente (Brandon y Westwood, 2019).

Al aprender y consolidar nuevos movimientos, así como para corregir errores, la utilización de esta retroalimentación permite ser conscientes de los sonidos producidos, pudiéndolos modificar al gusto de cada uno al ajustar la tensión muscular, articular, de tendones, y posición de los dedos o manos, con el fin de conseguir la mayor precisión posible en el sonido musical deseado (Altenmüller y McPherson, 2008).

Tal y como se puede observar, en este proceso de retroalimentación sensorial entra en juego la consciencia corporal, campo de investigación fundamental en la presente propuesta y que se desarrolla en el siguiente punto.

En resumen y teniendo en cuenta todo lo anterior, se entiende por desarrollo motor un proceso de maduración individual en el que intervienen no solo factores biológicos y fisiológicos sino también sociales debido a la interacción con el entorno.

El aprendizaje motor que se da como consecuencia de esta interacción, da lugar a la mejora de habilidades como el equilibrio, tono muscular, coordinación, atención, memoria y percepción, entre otros, que son los que marcarán el ritmo de aprendizaje del alumnado. De este modo, es necesario contemplar individualmente cada proceso de aprendizaje personalizando las actividades que se propongan a cada alumno o alumna y ofreciendo experiencias estimulantes para ampliar el campo de desarrollo.

Como consecuencia se estará haciendo que demuestren un dominio cada vez mayor de las habilidades técnicas requeridas para interpretar con el instrumento, lo que implica un desarrollo más detallado de la motricidad fina con sus mecanismos de inhibición, además de promover los procesos de retroalimentación somato-sensorial para llegar a un nivel de precisión mayor partiendo de la consciencia corporal.

# 5. LA CONSCIENCIA CORPORAL O PROPIOCEPCIÓN EN EL APRENDIZAJE MUSICAL INSTRUMENTAL

Trasladando el concepto de consciencia corporal o propiocepción al terreno del aprendizaje musical instrumental, para Offermann (2019), es indispensable contar con ella cuando se interpreta música, ya que es el punto de partida para ajustar y preparar aquellos músculos involucrados en el movimiento, calculando y controlando la velocidad e intensidad del ataque motor necesario para hacer sonar al instrumento de una manera u otra. En este sentido, desarrollar el tacto y la propiocepción al tocar la guitarra va un paso más allá de ser conscientes de lo que se está palpando con las manos o de cuál es la posición del cuerpo en el espacio. Aprender a integrar de forma activa este concepto a la hora de tocar será esencial. En este sentido, la atención plena o *mindfulness* es un aspecto estrechamente relacionado en la práctica de la consciencia corporal.

De acuerdo con Hallam y Gaunt (2012), el *mindfulness* consiste en dirigir la atención al momento presente, sin hacer ningún tipo de juicio. Uno de los ejercicios principales que esta disciplina propone para conseguir llegar a la atención plena, es la meditación mediante la respiración. En este tipo de ejercicio se realiza un seguimiento consciente de los movimientos de inspiración y espiración durante un periodo de tiempo para disuadir la atención de los pensamientos y comenzar a experimentar las sensaciones del cuerpo. Se tiene evidencia de que sus resultados son eficaces y funcionan en el tratamiento de problemas psicológicos como la ansiedad, depresión o el estrés, contribuyendo al bienestar general, además de favorecer positivamente el desarrollo de capacidades como la de la concentración.

De acuerdo con Offermann (2019), es bastante complicado alcanzar una atención plena total a la hora de tocar la guitarra. No obstante, esta habilidad, dentro de lo que cabe, se puede fortalecer si se realizan ejercicios específicos de propiocepción.

Llobet y Molas (2005) aconsejan para trabajar este aspecto la realización de ejercicios de flexibilización, estiramiento, tonificación y calentamiento previo a la práctica instrumental, que permitirán establecer el primer contacto con las sensaciones musculares y, por lo tanto, favorecer su puesta en marcha. De estos tres tipos de ejercicios se tendrán en cuenta los propios del calentamiento, puesto que proporcionan de manera inmediata beneficios fisiológicos al favorecer la estimulación del riego sanguíneo que distribuirá el oxígeno necesario a los músculos

necesarios para tocar. En la realización del calentamiento, se distinguen dos fases: una general, en la que intervienen los grupos musculares más grandes y otra específica, en los que se trabajarán movimientos más concretos.

## 5.1 Principios básicos de consciencia corporal en la práctica guitarrística

Si se aplica la consciencia corporal en la guitarra, es posible pensar en los principios básicos que deben considerarse a la hora de colocar el cuerpo a la hora de practicar. En este apartado se tratan los puntos más importantes a tener en cuenta en lo que se refiere a posición corporal y consciencia en el aprendizaje de la guitarra.

## 5.2 La postura en la guitarra

De acuerdo con a la perspectiva de Offermann (2019), al organizar la postura corporal a la hora de tocar la guitarra se tienen en cuenta tres aspectos:

1. La posición del cuerpo al sentarse.

Al sentarse y coger la guitarra es necesario analizar primeramente la posición, recordando que es esencial, por un lado, mantener los pies en contacto con el suelo, y por otro, los isquiones en contacto con la silla.

### Figura 2

*Colocación en posición sentada, frontal y de perfil*



*Nota.* Estas imágenes muestran la colocación de los pies en contacto con el suelo y los isquiones en contacto con la silla. *Fuente:* Elaboración propia.

2. La posición de la guitarra con respecto del cuerpo (teniendo en cuenta su peso, su horizontalidad, verticalidad y el eje de la guitarra con el cuerpo).

Encontrar una colocación cómoda de la guitarra en relación con el propio cuerpo es al final un trabajo que debe resolverse de manera individual, adaptando su posición a las necesidades de cada uno y teniendo siempre como objetivo sentirse la mayor estabilidad y comodidad posible. En este sentido, se toma como referencia una frase mencionada por Carlevaro que

cita Fernández (2001) en referencia a este tema: “La guitarra debe ajustarse al cuerpo, y no el cuerpo a la guitarra” (p. 19).

Por su parte, Käppel (2016), propone para su ajuste cuatro puntos de contacto de la guitarra con el cuerpo: el pecho, el antebrazo derecho (descansando el brazo sobre el lado de la guitarra, sin aplicar fuerza extra y sin levantar los hombros o brazos para tocar), muslo izquierdo y lado interior del muslo derecho. Además, hace alusión a la inclinación con la que debe colocarse. Nunca verticalmente, sino ligeramente inclinada para que haya espacio entre el vientre y la guitarra, estableciendo líneas diagonales entre el punto del pecho y los dos puntos de muslos derecho e izquierdo.

### Figura 3

*Colocación de la guitarra con respecto al cuerpo*



*Nota.* Estas imágenes muestran la colocación de la guitarra con respecto al cuerpo.

*Fuente:* Elaboración propia.

### 3. La posición de las manos en relación a la guitarra.

En lo que se refiere a la posición de las manos en relación a la guitarra, es necesario tener en cuenta que los músculos de los hombros y brazos van a sostener a las manos y a controlar su movimiento, por lo que cuando se menciona la idea de tocar de manera relajada, se apuesta por una utilización de los músculos de la manera más eficiente, con la mínima tensión posible (Käppel, 2016).

#### 5.3 Mano derecha

Con respecto a la posición de la mano derecha, el brazo debe tener su punto de contacto en el aro superior de la guitarra, en un lugar intermedio variable entre el codo y la muñeca donde las cuerdas queden accesibles cómodamente con los dedos (Fernández, 2001).

Existe un término que se refiere a la colocación consciente de los dedos de las manos justo antes de tocar. Dicho concepto se denomina *planting*, que consiste en la habilidad de anticipar el movimiento de los dedos de la mano derecha colocándolos cerca o encima de la cuerda justo antes de atacar las notas. Esto requiere el control de la posición y del tiempo que requiere empezar y finalizar un movimiento teniendo en cuenta la duración de las notas (Tennant 2005).

## Figura 4

### Posición de la mano derecha



*Nota.* Esta imagen muestra la colocación de la mano derecha sobre las cuerdas de la guitarra.

*Fuente:* Elaboración propia.

## 5.4 Mano izquierda

En la mano izquierda, la posición de la que se parte implica imaginar que se sostiene un tubo con la mano, tocando con las yemas de los dedos la superficie y quedando la última falange de los dedos 1, 2, 3 y 4 flexionada de manera aproximadamente horizontal. El brazo se coloca de manera natural y relajada, en la que la muñeca y el antebrazo mantengan un ángulo llano de 180° lo que facilita que los dedos funcionen con mayor libertad. Asimismo, elevar o bajar el codo ayuda a ajustar este ángulo (Fernández, 2001).

## Figura 5

### Posición de la mano izquierda



*Nota.* Esta imagen muestra la colocación de la mano izquierda sobre el diapasón de la guitarra.

*Fuente:* Elaboración propia.

## 5.5. La conexión con la guitarra

Por último, se puede destacar el enfoque de Käppel (2016), desde el que aúna la guitarra con el cuerpo. Para ello, sugiere ir más allá de una unión meramente física, refiriéndose de este modo a una conexión más “energética” con el instrumento. Propone una serie de pautas para tomar como hábito cada vez que se tome el instrumento para practicar. El autor sugiere para entrenar esta sensación de unión con la guitarra, cerrar los ojos y entrar en modo de meditación siguiendo los siguientes pasos:

1. Abrazar el instrumento colocando las manos dirigidas hacia el centro del cuerpo.
2. Imaginar que los brazos y las manos contienen una energía que fluye hacia el centro de la guitarra y del cuerpo, como un circuito de energía.
3. Imaginar que guitarra y cuerpo son uno y no están separados, se convierten en un todo unificado.
4. Interpretar esta energía como una fuerza adicional que sirve para transportar el sonido a la audiencia de manera especial e individual.

Este enfoque que propone el autor se acerca a la idea de *embodiment*, que se desarrolla en el siguiente punto, y que consiste en llevar un poco más lejos la idea de consciencia corporal.

## 6.6. Embodiment y consciencia corporal: un paso más allá para mejorar la interpretación.

El cuerpo, según la perspectiva del *embodiment* es el punto de partida para construir el aprendizaje. Este término se aplica sobre todo en el campo de las artes, y especialmente en el musical, utilizándose para interpretar la música a través de los instrumentos.

Anttila (2015) utiliza el concepto para aludir a todo aquello que el ser humano experimenta corporalmente, es decir, todas aquellas sensaciones corporales que se perciben como consecuencia de múltiples experiencias del día a día en las que interviene la acción física. Dependiendo de las condiciones físicas y materiales en las que uno pueda estar inmerso, el control consciente dota a estas sensaciones de significado. El *embodiment* constituye la base de la consciencia, la cognición y el aprendizaje, y engloba tres estadios que se ordenan por complejidad en las interacciones, desde el nivel pre-reflexivo, que implica un enfoque en primera persona, pasando por el nivel de cognición social de enfoque colectivo, y, por último, el tercer nivel, que implica la cuantificación de las sensaciones corporales con aparatos de medida específicos. De todos ellos es el nivel pre-reflexivo el que interesa destacar en torno a la temática de la investigación.

En este sentido, el nivel de consciencia pre-reflexiva, consiste en experimentar en primera persona sensaciones que son producto de vivencias propioceptivas, es decir, todas las que recogen los sentidos y que se refieren al estado físico (postura, posición corporal, tono muscular, equilibrio, posición en el espacio, etc.). Así, la educación musical instrumental permite cultivar la consciencia corporal en primera persona, y una vez adquirida esta habilidad, cada uno será

capaz de acceder a sus experiencias internas, combinando los procesos corporales y sensoriales junto con los simbólicos y culturales.

Otro de los aspectos que se destacan, es que no siempre la atmósfera o clima de aula acompaña las condiciones para aplicar estas experiencias pre-reflexivas. En muchas ocasiones el alumnado es obligado a extinguir todo tipo de emociones, imaginación, sensaciones, etc., que están vistas como poco útiles para conseguir el éxito académico. Son áreas de la experiencia humana que se ven abandonadas, incluso en el contexto de la educación artística. Lo que se valora, por el contrario, es todo lo que se ve y se oye. En el caso de los músicos se referiría a utilizar la técnica correctamente, producir un buen sonido, interpretar adecuadamente los parámetros musicales que se encuentran en la partitura, y por supuesto, no cometer fallos que puedan interrumpir la continuidad de la obra, hecho que consiste prácticamente un entrenamiento en virtuosidad, pudiendo ser contraproducente para el alumnado. Con el fin de contrarrestar esta problemática resulta de vital importancia que el profesorado enfoque el aprendizaje desde la reflexión crítica, puesto que el aprendizaje artístico envuelve el crecimiento personal del alumnado en profundos y complejos sentidos, lo que hace que este sea extremadamente vulnerable.

Existen investigaciones en torno al *embodiment* como la de Leman y Maes (2015) en las que se demuestra que este concepto se refiere únicamente a un solo componente que forma parte de una red interconectada de sistemas sensoriales, motores, afectivos y cognitivos implicados en la percepción de la música. En uno de los estudios se investiga cómo el gesto ayuda a transmitir intenciones en la interpretación instrumental, por lo que los músicos ponen en marcha sus mecanismos sensoriomotores con el objetivo de transmitir por medio de su cuerpo las notas e información musical que han decodificado previamente de la partitura.

Por otro lado, trabajos de investigación como los de Keebler et al. (2014), exploran el aprendizaje de la guitarra desde las sensaciones perceptivas generadas por un sistema de realidad aumentada, que permite poner en marcha los mecanismos del *embodiment*, generando conexiones entre las habilidades motoras, cognitivas, así como emocionales.

En definitiva, en este punto se ha hablado sobre la importancia de la consciencia corporal en el aprendizaje instrumental, teniendo en cuenta la preparación muscular para el control del movimiento, por medio del calentamiento y realización de ejercicios preliminares para establecer un primer contacto con el cuerpo y músculos previo a la interpretación. Asimismo, se ha destacado el uso de la atención plena consciente o *mindfulness*, como parte de la preparación previa y esencial para entender los movimientos a la hora de tocar un instrumento musical. Por otro lado, se han repasado los principios básicos de la consciencia corporal en la guitarra, teniendo en cuenta la postura, la colocación del cuerpo y de la guitarra con respecto al mismo, así como la colocación de las manos y la conexión que se establece con la guitarra. Por último, en esta conexión se ha querido indagar sobre el término *embodiment*, que se encarga de establecer relaciones entre lo motriz, lo cognitivo y lo emocional en la práctica instrumental.

# 6. INTEGRACIÓN DE LA CONSCIENCIA CORPORAL EN EL APRENDIZAJE INSTRUMENTAL.

A la hora de poner en práctica todos los conceptos anteriores en el contexto pedagógico de aula, resulta necesario plantearse de qué manera pueden integrarse en los contenidos que trabajados semanalmente con el alumnado. En este caso, se estructuran de acuerdo con las cinco habilidades musicales que McPherson (1995) declara como esenciales y absolutamente necesarias en el desarrollo del músico: primera vista, interpretar música ensayada, tocar de memoria, improvisación y tocar de oído.

Con el fin de simplificar los bloques, se aunará la improvisación junto con el bloque de tocar de oído, puesto que tocar de oído implica también la aplicación de habilidades relacionadas con la improvisación, tal y como afirma Varvarigou (2017).

A la hora de estructurar las sesiones también se tienen en cuenta los cuatro tipos de actividades que se dan frecuentemente en el aula de instrumento, que de acuerdo con Pérez-Echeverría et al. (2020) son las siguientes:

1. Calentamiento y afinación, como primera toma de contacto con el instrumento y preparación para la interpretación posterior.
2. Producción musical, en la que se interpreta el material musical propuesto.
3. Producción simbólica, en la que intervienen procesos de feedback con respecto a lo que se está trabajando, tanto por parte del alumnado como del profesor.
4. Otras actividades que no están sujetas a los contenidos musicales y que implican una pausa para la relajación.

## 6.1 Primera vista

Siguiendo a Parncutt y McPherson (2002), la lectura a primera vista es un tipo de ejercicio que pone en marcha mecanismos perceptivos en el momento en el que las notas y patrones van decodificándose, también habilidades para resolver problemas, puesto que en una primera vista se debe seguir siempre adelante pese a los errores, y, por último, se ve implicada la kinestesia, en lo que se refiere a los movimientos ejecutados con el cuerpo al tocar.

En definitiva, la lectura a primera vista requiere en ocasiones adivinar, simplificar o improvisar, procesos que se entiende que implican una reconstrucción activa del material musical de manera inmediata. Para lograr este grado de desempeño en la primera vista y su mejora gradual, la clave es combinar, por un lado, la exposición reiterada a este tipo de material para conseguir un cúmulo de experiencias, junto con, por otro lado, una práctica orientada a la progresiva dificultad, escogiendo ejercicios que resulten un reto para el alumnado día tras día.

### 6.1.1. Tratamiento didáctico de la lectura a primera vista en la guitarra

Tomando como referencia los principios que proponen Kember y Beech (2007) y Harris (2019) en sus respectivos métodos de primera vista para principiantes de guitarra, se tienen en cuenta tres pasos básicos a seguir para realizar una correcta lectura:

1. En primer lugar, es necesario centrar la atención en el número superior del compás para comprobar el número de pulsos que aparecen en cada compás. Se deberá sentir el pulso antes de empezar a tocar, marcando al menos un compás con todos sus pulsos reproduciéndolo con palmas, voz o mentalmente.
2. El segundo paso consiste en la búsqueda de patrones al mismo tiempo que se reproduce el ritmo del ejercicio. Para ello, se fijará la atención en el movimiento de las notas de la melodía: su recorrido ascendente o descendente, saltos, notas o incluso compases enteros repetidos. También resulta de ayuda tocar la primera nota y tratar de imaginar cómo suenan y cómo se tocarían con las manos las siguientes notas mentalmente, imaginando en qué cuerda se encuentran y estableciendo la digitación que se va a emplear con la mano izquierda en caso de que sean notas pisadas.
3. Por último y no menos importante, se seguirá siempre hacia adelante, sin pausas, aunque se cometan fallos. Es imprescindible que el pulso se mantenga independientemente de si la nota reproducida no es la correcta.

Asimismo, otro elemento fundamental que no debe olvidarse a la hora de leer una pieza a primera vista es la memoria. Recordar lo que se ha leído en una primera lectura facilita sus posteriores reproducciones. Por lo tanto, es necesario tener presente que la estructura de la frase musical es lo que se debe captar esencialmente en esta primera lectura (Parncutt y McPherson, 2002).

## 6.1.2 Consideraciones a tener en cuenta en la primera vista en la guitarra

Cuando se aplica la lectura a primera vista en un instrumento como la guitarra, se ha de tener en cuenta que el alumnado ha de haber aprendido y memorizado previamente las ubicaciones de cada nota. Los datos del estudio realizado en torno a la guitarra y el cerebro por Brandon y Westwood (2019), así como de Laguna (2022) y Harrison (2010), se toman como referencia para explicar las dificultades que entraña tocar el instrumento, y particularmente para justificar la complejidad que tiene trabajar la primera vista con alumnado principiante.

### 1. La distribución de las notas en el diapasón

En primer lugar, el diapasón puede llegar a convertirse en un laberinto si no se han trabajado antes las notas por posiciones. En la guitarra es posible tocar un total de 72 notas, de las cuales algunas de ellas se duplican o triplican encontrándolas en diferentes cuerdas y trastes.

Además, el hecho de que la altura de las notas en el diapasón funcione de manera contraria a la intuición tampoco ayuda demasiado: las notas ascienden en tono a medida que los dedos pisan los trastes situados más abajo, y por el contrario las notas descienden en tono cuando se pisan los trastes colocados más arriba.

Otra de las desventajas del diapasón es su naturaleza no secuencial, es decir, la información melódica no se dispone siguiendo un orden. Para el cerebro es más fácil procesar una información secuenciada físicamente, como sería el caso de los teclados en los que los sonidos se organizan de izquierda a derecha.

### 2. La distribución de las cuerdas

En realidad, la posición de las mismas no atiende a ningún patrón simple que facilite su memorización. La afinación de las cuerdas con distancias de cuartas y terceras se ideó para facilitar la interpretación de acordes. No obstante, al tocar notas individuales empleando los cuatro dedos de la mano izquierda puede convertirse en un arduo reto para los principiantes cuando realizan una primera vista, puesto que puede haber múltiples opciones de digitación.

### 3. Planificación previa del movimiento

Asimismo, al tocar, sea o no primera vista, el movimiento debe planificarse anticipadamente para que los dedos se sitúen correctamente después de haber recorrido el espacio de una manera eficiente, por lo que la toma de decisiones rápida en cuanto a cambios motrices es una tarea que ha de ser previamente trabajada.

Por fortuna, la percepción gráfica del diapasón ayuda a aliviar estas dificultades, puesto que proporciona patrones visuales con los que se pueden facilitar secuencias motoras finas que pueden resultar complicadas.

Por todo lo comentado, la primera vista en la guitarra representa un gran desafío tanto cognitivo como motriz para los estudiantes, al tener que aprender y ejecutar patrones intelectuales y motores finos complejos. No es de extrañar que la mayoría de estudios de investigación recientes encontrados relativos a la lectura a primera vista, afirmen que los guitarristas tienen grandes dificultades a la hora de lidiar con ella (Can, 2019; Syahril y Arifin, 2022).

Para solventar estas problemáticas Laguna (2022) propone el estudio detallado de la geografía del instrumento, es decir, del diapasón y de la ubicación de las notas sobre el mismo, algo que resulta fundamental para desarrollar competencias de lectura a primera vista.

## 6.2 Música ensayada

Cuando se habla de música ensayada se hace referencia a las piezas musicales que se trabajan en el aula durante una o varias sesiones de forma minuciosa y centrada fundamentalmente en la lectura e interpretación de aquello que está escrito en la partitura.

### 6.1.1 La lectura de partituras

En este sentido, se está de acuerdo con Pérez-Echeverría y Marín (2020), en que la decodificación de la notación musical es uno de los pasos necesarios en el proceso de aprendizaje y, de hecho, llega a ser un eje vertebrador del mismo. Podría decirse que consiste en "... un largo proceso en el que los ojos del lector se van centrando en diferentes elementos (las notas, los acordes, la armonía)" (p. 227). Por tanto, la lectura de la partitura es una tarea imprescindible, y al igual que se hace con la primera vista, esta deberá realizarse atendiendo a los elementos musicales que en ella aparecen.

### 6.2.2 Estrategias de lectura

De este modo, para trabajar la partitura, es fundamental servirse de una serie de estrategias, tal y como recoge Tripiana (2019), aplicando los principios de: lectura precisa, práctica fragmentada y práctica indirecta.

Por un lado, la lectura precisa, implica la aplicación de una serie de estrategias centradas en la resolución activa de los problemas que van surgiendo, y que conducirán finalmente a una lectura exacta de la partitura. Dichas estrategias son las siguientes:

- Prevenir errores desde el principio.
- Aplicar soluciones definitivas.
- Aislar las dificultades.
- Analizar el origen de las dificultades.
- Asumir que los errores son parte del aprendizaje.

Por otro lado, la lectura fragmentada, implica dividir la complejidad en pequeñas partes para facilitar la consecución del total. Para ello se aplican las siguientes estrategias:

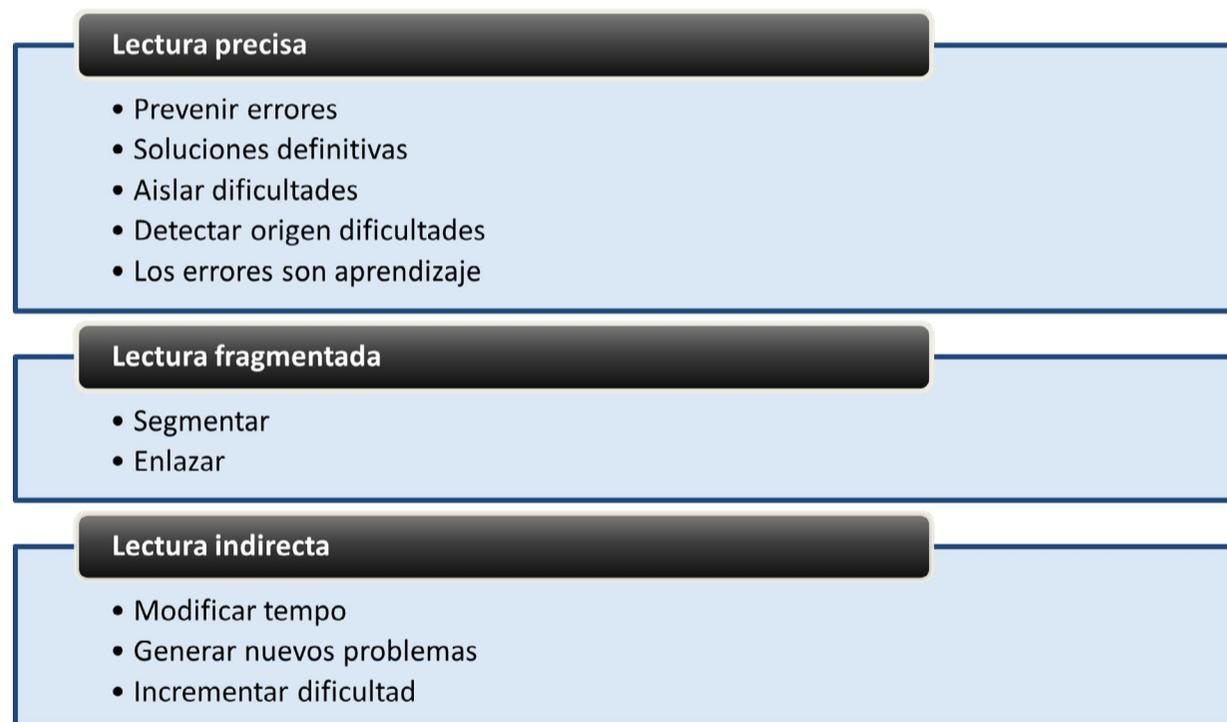
- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.
- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.

Por último, la práctica indirecta se refiere a aplicar cambios a los pasajes que se están trabajando para enfrentarse a dificultades mayores que faciliten la ejecución del fragmento real más sencillo. Estos cambios atienden a:

- Modificar el tempo: de lento a rápido.
- Generar nuevos problemas a resolver: proponer variaciones rítmicas nuevas con el mismo material.
- Incrementar la dificultad por medio de la aplicación de otros recursos.

## Figura 6

### *Estrategias para la lectura de partituras*



*Nota.* Esquema-resumen de las estrategias de lectura recogidas en Triplana (2019).

### 6.2.3 Tratamiento didáctico de la música ensayada en la guitarra

Por lo general, el tratamiento de la lectura musical en la guitarra, está directamente relacionado con el reconocimiento de patrones asociados a movimientos físicos específicos. El hecho de reconocer secuencias y patrones en la música proporciona un esquema que permite posteriormente ejecutar acciones motoras que se pueden agrupar para conseguir el resul-

tado conjunto. Es preferible pensar en grupos de elementos que en cada nota individualmente. Así, una escala, un arpeggio, o un acorde atienden a una secuencia de movimientos coordinados que funcionan como una unidad (Steadman, 2002).

A la hora de trabajar con una partitura, el código que establece unificación entre la música y el cuerpo, concretamente las manos, es la digitación. Dado que la notación de las partituras de guitarra clásica no ofrece información espacial como lo haría una tablatura, la digitación resulta ser un medio que ofrece mayor información kinestésica. En ella es posible encontrar información exacta sobre la digitación de la mano izquierda, expresada con números (1,2,3 y 4), y derecha, con letras (p,i,m,a) (Brandon y Westwood, 2019).

#### 6.2.4. El tratamiento didáctico de la digitación.

En el momento de trabajar una partitura en el aula de guitarra, el tratamiento didáctico de la digitación es un aspecto fundamental. Por medio de ella es posible vincular la música plasmada en la partitura con los dedos que van a tocar cada nota o grupo de notas. Esta relación entre notas y dedos debe estar dirigido por digitaciones coherentes atendiendo, por un lado, a cuestiones ergonómicas o facilidad del movimiento del intérprete de acuerdo con su anatomía y habilidades motrices desarrolladas, y, por otro lado, a la naturaleza e intención musical, en las que se tienen en cuenta la articulación, el ritmo o el timbre (Duque, 2013).

El empleo de un dedo u otro en la digitación, está en relación directa con la adquisición paulatina de una conciencia plena de toda la mecánica muscular. A tal punto es cierto esto, que diría que no se puede tener una buena técnica con una mala digitación. Pero para que verdaderamente resulte efectiva y valedera, debe tenerse presente la participación conjunta e inteligente de los dedos asimilados al sistema muscular mano-brazo (Carlevaro, 1979, p. 155).

Kunda (2012) afirma que la intención musical es el factor determinante en el proceso de elección de las digitaciones. Además, identifica cuatro problemas fundamentales en la elección de las digitaciones de una partitura atendiendo a: el fraseo, la sonoridad, el mecanismo y técnica y las convenciones de la notación.

En niveles básicos de aprendizaje de la guitarra la tarea de la digitación de las partituras es llevada a cabo por el docente, quien tiene la experiencia teórica y técnica adecuada para solucionar los problemas que surjan. Naturalmente, en niveles más avanzados de aprendizaje, los estudiantes podrán ir adquiriendo cierta autonomía a la hora de decidir sobre la digitación más adecuada a sus habilidades, anatomía y deseo interpretativo (Duque, 2013, Brandon y Westwood, 2019).

La digitación debe ser concretada desde el primer momento de estudio de la obra puesto que sentará las bases técnicas sobre las que trabajar posteriormente. No obstante, siempre habrá ciertas secciones que estén sujetas a cambios durante el estudio de la misma. Duque (2013) recoge siete recursos o técnicas que se aplican con más frecuencia en el tratamiento de la digitación en el repertorio universal de la guitarra clásica. De

ellas pueden destacarse específicamente cuatro, tenidas en cuenta en la aplicación de este proyecto y adecuadas al nivel del alumnado al que se dirige esta propuesta: las posibilidades del diapasón, el uso de cuerdas al aire, preparación de la mano izquierda y digitación de la mano derecha.

En cuanto a las posibilidades del diapasón, en la guitarra es posible ejecutar la misma nota en diferentes cuerdas y posiciones del diapasón. Para establecer la posición en la que se va a tocar una pieza, se decidirá en función de la dirección en la que estén orientadas las notas del acorde en el espacio, que normalmente suele ser hacia el clavijero, o, por el contrario, hacia el puente. “Teniendo esto en cuenta, será más factible encontrar una secuencia de movimientos que permita la fluidez y coordinación de ambas manos, y sobre todo la conducción correcta de las voces.” (p.18).

En lo que se refiere a cuerdas al aire, cuando existe la posibilidad de tocar una nota al aire siempre se le da prioridad, puesto que utilizarla genera ventajas temporales para desplazar la posición o colocar los dedos de determinada manera al tocar las siguientes notas si fuera necesario. No obstante, utilizar una cuerda al aire puede perjudicar a la uniformidad del sonido, al tener un timbre más brillante y resonante que las cuerdas que se pisan. Afortunadamente se puede compensar gracias a la acción de la mano derecha, con la que se atacará la nota desde diferente ángulo haciendo posible un sonido más redondo (Salazar, 2011).

En lo que respecta a la preparación de la mano izquierda, resulta esencial preparar las notas antes de tocarlas. Los dedos pueden colocarse en posiciones de trastes anteriores de la misma cuerda que se está tocando para poder anticiparse a lo que venga posteriormente. Esta preparación implica la obtención de seguridad y relajación en cada desplazamiento, facilitando así la ejecución de pasajes que puedan resultar complicados. De acuerdo con Sherrod (1981) en la preparación de los dedos se tiene en cuenta que estos se dejen libres para tocar las notas que siguen, moviéndose lo más cerca posible de las notas a interpretar antes de que suenen. Esta acción permite eliminar grandes saltos y movimientos bruscos y rápidos, haciendo que las notas sean mucho más fáciles de tocar, resultando, por tanto, en una interpretación más suave y segura.

Por último, teniendo en cuenta la digitación de la mano derecha, se considera imprescindible planificarla y ordenarla, con el fin de garantizar que el sonido se produzca adecuadamente. Es muy común que la mano derecha quede olvidada cuando se está trabajando una obra y se centre la mayoría de la atención en la mano izquierda. Por eso resulta necesario escribir todas las digitaciones que sean necesarias como paso previo a empezar a trabajar las piezas propuestas (Salazar, 2011, Duque, 2013).

Mientras que la mano izquierda es la encargada de los elementos expresivos (vibratos, ligados, glissandos...) algunas de las responsabilidades que la mano derecha tiene son la separación de la melodía del acompañamiento, hacer notar los fuertes y suaves, los crescendos y decrescendos, acentos, staccatos, el mantenimiento del timbre consistente a un amplio rango de efectos como el rasgueado, la tambora, el pizzicato, etc. Algunos de

estos elementos se anotan como digitación en la partitura, pero realmente se dejan a la libertad de conocimiento del intérprete (Glise, 2014).

Para digitar la mano derecha de una obra Sherrod (1981) propone una serie de principios:

1. Los dedos i, m, a, tocan en la misma dirección para conseguir uniformidad en el sonido. En los pasajes melódicos se debe prestar atención a mantener el timbre de forma similar.

En cuanto al pulgar, la propia fisionomía de la mano lo establece apartado de los otros dedos, lo que supone la ventaja de ser responsable de interpretar los bajos, mientras los otros dedos tocan notas más agudas. De esto se puede concluir que el pulgar tiene la capacidad de producir un timbre diferente que los demás dedos. Por esta razón las reglas del mínimo esfuerzo físico indican que digitar los pasajes melódicos usando combinaciones i-m-a es mejor que combinaciones de p-i-m-a.

2. Se debe evitar tocar las cuerdas con un mismo dedo, para lo que se aplica la alternancia de dedos, evitándose así la repetición. Para ello, se debe de aplicar el *plantin*, comentado anteriormente, el proceso por el que los dedos se apoyan en la cuerda justo antes de atacarla.

En el caso de que un dedo se repitiera de forma sucesiva surgirían problemas de fatiga, puesto que el músculo del dedo no tiene tiempo para relajarse y reponerse, y, por otro lado, esto provocaría la omisión del *plantin*, debido a que el dedo no tiene capacidad mecánica para prepararse y acercarse a la cuerda.

3. Se deben de evitar los cruzamientos. En este sentido, el dedo índice tiene prioridad ya que es el que puede desplazarse de cuerdas más graves a más agudas con más facilidad. Así, todo el trabajo que sea posible debe ser delegado al dedo fuerte y combinaciones de dedos fuertes en lugar de las débiles por cuestiones de naturaleza anatómica. Las combinaciones son las siguientes:

i-m combinación fuerte.

i-a combinación moderadamente fuerte.

m-a combinación débil.

El docente debe constantemente hablar o hacer ver al estudiante que los principios de la digitación son utilizados en toda la música que se interpreta. Asimismo, debe proporcionar ejercicios específicos para trabajar y solucionar el tema de la digitación.

#### 6.2.5 La interpretación corporal consciente en la música ensayada

En el punto anterior, se hacía hincapié en la gestión de la digitación de las partituras, que indicaba cómo ordenar el movimiento para reproducir la música de acuerdo con aquello que en ellas se plasma. En este sentido, no hay duda de que es imprescindible aprender previamente tanto el código

musical como el del instrumento que se toca, ya que eso permitirá producir los sonidos deseados mediante la aplicación de acciones determinadas.

Lo cierto es que, de acuerdo con Torrado et al. (2020), “hacerse con un código ajeno a la propia musicalidad intuitiva, encarnada — como el lenguaje musical— o aprender a producir sonidos con un instrumento —la técnica instrumental— llevan su tiempo.” (p. 263), pero, por otro lado, se está de acuerdo con que medir con precisión, gestionar el pulso de manera correcta y tocar las notas exactas no resulta ser suficiente para interpretar una pieza musical. Solo son medios para conseguir otro objetivo prioritario: aprender e interpretar la música.

Muchas veces la enseñanza instrumental está centrada en estudiar horas y horas insistiendo en que lo que aparece en la partitura suene a la perfección, sin plantear enfoques más expresivos que impliquen la comunicación por medio de los parámetros del sonido gestionados de una forma intencionada y estratégica. En realidad, interpretar requiere transmitir un mensaje, y, aunque se esté trabajando puramente sobre la notación musical, lo que se prefiere extraer finalmente de ella va un paso más allá de su lectura, que es ser capaces de otorgar un significado musical a la partitura (Pérez-Echeverría y Marín, 2020).

Para ello, de acuerdo con Torrado et al. (2020), es necesario partir de la base de la construcción de una idea comunicativa en la que se expresen sentimientos a través de la música, puesto que, muchas veces “olvidamos que, previamente a esa producción sonora, deberíamos haber construido una idea comunicativa, pues la gestión que hagamos de los diferentes parámetros sonoros afectará a las decisiones de acción sobre el instrumento y sobre el cuerpo.” (p.263). De esta manera, el cuerpo será el encargado de gestionar mediante la autorregulación, los movimientos que permitan aplicar de la manera deseada los parámetros musicales para transmitir la idea a través de la técnica previamente aprendida. “Solo así estaremos en condiciones de decidir y gestionar la coreografía de nuestro cuerpo para que el instrumento la convierta en sonidos” (p. 257).

Así, para adoptar una interpretación corporal consciente significativa de la partitura, es necesario aplicar un enfoque comunicativo, en el que el discurso musical sea transmitido por el intérprete y los oyentes sean capaces de captar la esencia emocional del mismo. De este modo, el contenido principal que a trabajar en la música ensayada debería ser el aprendizaje de la construcción del material expresivo implícito en las partituras, contemplando y analizando los parámetros que trasladan las ideas expresivas que se quieren transmitir.

#### 6.2.6 Enfoque corporal consciente en la música ensayada: El control corporal y la autorregulación.

De acuerdo con Torrado et al. (2020) el enfoque expresivo de la partitura es un contenido que termina siendo exclusivo en muchas aulas, cuando en realidad debería ser un eje principal vertebrador sobre el que funcionar. Los autores proponen para trabajar la partitura de forma integradora, un enfoque de aprendizaje constructivista por la ruta expresivista, en la que, por un lado, el docente desempeña la labor de guía por medio de pregun-

tas, haciendo reflexionar al estudiante, a la vez que proporciona la información necesaria para generar nuevos conocimientos, y, por otro lado, el alumnado, es responsable de generar su propio aprendizaje a través de la reflexión.

Tal y como afirma McPherson et al. (2017), en las sesiones individuales de instrumento predomina una enseñanza centrada en la instrucción del profesor, en la que el aprendiz actúa como sujeto pasivo. El contenido de estas sesiones envuelve fundamentalmente cuestiones relativas a la técnica e interpretación del repertorio sin prestar demasiada atención a las estrategias y objetivos que se están utilizando para aprender, lo que produce que posteriormente el alumno no sea capaz de monitorizar su propia práctica.

Del mismo modo, Torrado et al. (2020), coincide en que la mayoría de veces en las aulas de instrumento no se lleva a cabo un trabajo que implique aprender a tomar decisiones en cuanto a la aplicación de unos recursos técnicos u otros. Así, la tónica del docente consiste en explicar cómo se colocan los dedos sin vincularlo a aquello que se necesita expresar con la música, lo que refuerza la idea de que no se suele trabajar desde la intención comunicativa, sino desde la reproducción correcta de la notación.

De esta manera, aprender a tomar decisiones implicaría saber aplicar los conocimientos de manera consciente y estratégica, transformándolos en otros más prácticos e integradores, en otras palabras, ser capaz de autorregular el aprendizaje, tal y como explica McPherson et al. (2017).

No obstante, inclinarse por una acción u otra, tener el control de la regulación y saber en qué momento aplicar estas estrategias es algo que resulta difícil para el alumnado cuando el objetivo es que su instrumento se transforme en un medio de expresión. Para los docentes enseñar a tomar decisiones sobre cómo plasmar todos estos aspectos expresivos resulta también una tarea complicada, ya que requiere analizar la eficacia de cada recurso y guiar de manera precisa al alumnado en el proceso de autorregulación y control de las acciones del cuerpo en favor de una expresión adecuada a la pieza (Torrado et al., 2020).

El alumnado, por su parte, aplicando la autorregulación, será capaz de tomar decisiones, desarrollando competencias que le ayudarán a ganar seguridad en sí mismos y aumentando a su vez tanto su motivación como autoconcepto. Además, aprenderá a ser más creativo y se deshará de las inseguridades, tomando decisiones de manera autónoma (McPherson et al., 2017).

Con el fin de expresar ideas comunicativas con el instrumento es crucial establecer una estrecha conexión entre la mente, el cuerpo y el propio instrumento. De acuerdo con Torrado et al. (2020), el control corporal se va construyendo con la regulación de los movimientos que se realizan atendiendo al mensaje musical expresivo que se quiere transmitir. Este proceso de regulación implica tener en cuenta qué movimientos y cómo los realiza el cuerpo para conseguir el sonido y la intención deseada. Implica gestionar los sonidos por medio de la regulación motora aplicando los conocimientos técnicos adquiridos durante el aprendizaje instrumental. Para ello, es fundamental tener en cuenta los parámetros del sonido y cuáles

de ellos son los más idóneos para transmitir de manera eficaz el mensaje emocional de la música que se está interpretando.

Glise (2014) coincide en que para expresar el mensaje de la música es necesario tener un control sobre el sonido y sus parámetros, trabajando articulaciones, dinámicas, cambios de timbre, fraseo, etc. Siendo este el momento en el que la personalidad del alumnado comience a reflejarse en la música.

En suma, tener presente qué idea musical expresiva se quiere transmitir, y, por otro lado, cuáles son los parámetros que más propiamente representarán ese sentimiento, proporcionan las pautas para adentrarse en las posibilidades sonoras del instrumento y en cómo gestionar los movimientos para conseguir los sonidos deseados adecuados a la intención comunicativa. Cada emoción implica gestionar de manera especial los sonidos, demandando al cuerpo diferentes formas de acción y regulación, explicándolas de manera precisa al alumnado. El profesorado de instrumento, debe ayudar a detectar los movimientos que realizan para transmitir la emoción deseada, con el fin de que los registren de forma consciente y sean capaces de aplicarlos de la misma manera en el futuro (Glise, 2014, Torrado et al. 2020).

En definitiva, se trata de hacerles “entender que el resultado es tan solo el espejo del procesamiento del propio estudiante y, por tanto, dirigirle hacia la toma de conciencia de qué hace, aumentando así su potencial de autorregulación.” (Torrado et al., 2020, p.267). Se pretende de este modo establecer una relación entre recursos técnicos, idea comunicativa y movimiento corporal, tomando decisiones sobre el movimiento que se realiza, (con la revisión de las digitaciones) y prestando especial atención a la regulación motora necesaria para reproducir la emoción deseada conforme a los parámetros del sonido.

Por último, en la integración de la consciencia corporal dentro de la música ensayada, no se debe olvidar la aplicación de estrategias de adecuación ergonómica, tal y como propone Tripiana (2019), que proporcionan recursos de interacción física con el instrumento. Estas implican tener en cuenta ciertos aspectos motores y corporales que eventualmente harán más fácil la técnica y proporcionarán además una interpretación que vaya en la misma dirección que la intención musical. La autora recoge cinco propuestas:

### Tabla 3

#### Estrategias de adecuación ergonómica

---

**Movimiento natural.**

---

Postura y movimiento repercuten en el control y sonido del instrumento.  
Flexibilidad del cuerpo para fluidez musical y expresiva.  
Eliminación de rigidez.  
Atender al ritmo fisiológico del cuerpo.  
Movimientos equilibrados regulando tensión y distensión muscular.  
Unir el gesto con la música y su expresión: cadencias, silencios, comienzos y finales de frase.

---

**Economía motriz.**

---

Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.  
Reducir y precisar los movimientos.  
Eliminar movimientos parásitos.  
Máximo rendimiento, mínimo esfuerzo.  
Práctica lenta.

---

**Utilización de la gravedad a nuestro favor.**

---

Posición acorde a la gravedad: sin generar tensiones.  
Imitar comportamiento de los objetos en movimiento.  
Beneficiarnos de la fuerza de gravedad al realizar ciertas acciones.  
Añadir peso extra para comprender la gravedad.

---

**Aplicación de la respiración.**

---

Comprender que permite una movilidad mejor con el instrumento.  
Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.  
Ayudarnos de la respiración para expresar el carácter de la música.  
Evitar la inhibición respiratoria en pasajes complejos.

---

**Ayudarnos con cuatro apoyos: pies, cintura pélvica, diafragmática y escapular.**

---

Concepto de apoyo como elemento de seguridad.  
Aplicar los cuatro apoyos.  
Todos los seres humanos precisamos de estos apoyos para sentirnos seguros.  
Previo a comenzar la práctica instrumental, llevar a cabo el proceso de observación-colocación y apoyo.

---

*Nota.* Estrategias de adecuación ergonómica recogidas por Tripiana (2019).

Sin duda, tal y como afirman Torrado et al. (2020), “el mejor atajo para enseñar a tocar un instrumento es el que se dirige más recto hacia fomentar que el cuerpo (mente y cuerpo) tenga como destino la emoción, el movimiento y la conciencia” (p. 268).

### 6.3 Memoria

Está claro que el trabajo de la memoria en el aprendizaje instrumental aporta grandes beneficios, por lo que su práctica se hace imprescindible en el aula. De acuerdo con Käppel (2016), hay dos razones fundamentales por las que practicar esta habilidad:

En primer lugar, porque es una herramienta básica que ayuda en los conciertos o actuaciones en los que se toca delante de una audiencia. En segundo lugar, porque ayuda a revisar y corregir secuencias de movimiento que se realizan durante el proceso de aprendizaje de una pieza musical. Así lo entiende también Eguilaz (2009), haciendo mención de que memorizar una obra supone la corrección de aspectos técnicos-interpretativos.

Si bien el trabajo de la memoria resulta tan beneficioso, resulta paradójico que la memorización en la guitarra sea un campo que no se haya investigado demasiado, tal y como mencionan autores como Musgrove (2017), Eguilaz (2009) y Martínez (2017).

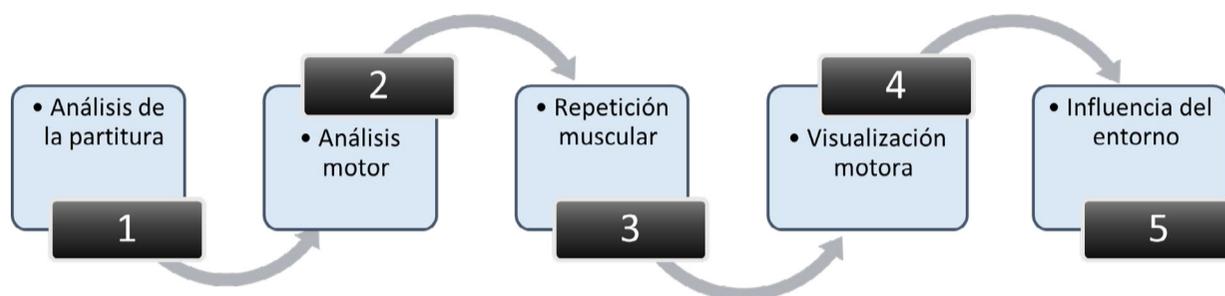
A pesar de las escasas referencias y evidencias en cuanto a la memorización en la guitarra, pueden destacarse, en primer lugar, las estrategias generales para la memorización de piezas, como las que expone Glise (2014): memorización por

bloques, por superposición, hacia atrás y a primera vista. Indica que pueden combinarse varias de ellas y elegir las más adecuadas en función de las necesidades de cada alumno y características de cada pieza.

Musgrove (2017) propone un método para trabajar la memorización de piezas que incluye cinco estadios: el análisis de la partitura, el análisis motor, la repetición muscular, la visualización motora y la influencia del entorno.

### Figura 7

*Estadios en la memorización de una pieza*



*Nota.* En esta figura aparecen enumerados los estadios que Musgrove (2017) propone para la memorización de una pieza.

1. El análisis de la partitura conlleva estudiar su armonía, estructura y frases, un trabajo que implica generar asociaciones para agilizar el aprendizaje y la comprensión de la composición.

2. El análisis motor consiste en establecer las digitaciones que se van a utilizar desde el principio para cada sección de la pieza, que deben analizarse previa a la repetición muscular para evitar asentar errores.

3. En la repetición muscular, es necesario trabajar de manera aislada cada una de las manos, con el fin de que se controlen de forma muy precisa y focalizada todos los movimientos sin abandonarlos a la intuición o azar:

- En la mano izquierda, se debe prestar atención a la eficiencia en los pequeños movimientos, observando de qué manera están colocados tanto la mano como los dedos cuando saltan de una posición a la siguiente.
- La mano derecha se analiza teniendo en cuenta las cuerdas que se deben pulsar en función de si la nota es pisada con la mano izquierda o se interpretan en cuerda al aire.

El subconsciente juega un papel fundamental en esta etapa, puesto que es capaz de registrar todos los movimientos, incluso los que no se realizan adecuadamente, por ello es necesario tener en cuenta la práctica lenta en este periodo de memorización.

4. El cuarto estadio del método se fundamenta en la visualización motora, es decir, en la práctica mental de los movimientos de las dos manos sin el instrumento presente. Está demostrado que en este ejercicio de imagina-

ción motora se llega a crear una imagen mental de todos los movimientos de las manos que favorece la planificación de los mismos, anticipando las órdenes que se envían a los dedos y llegando siempre con precisión a las notas siguientes. Igualmente, su práctica beneficia el control de aspectos musicales como el tiempo y el timbre además de mejorar la memoria. El autor recomienda practicar este ejercicio antes de ir a dormir, momento cuando el cerebro asimila de manera más eficiente la información.

5. El estadio final implica la influencia del contexto en la interpretación. Para los estudiantes, practicar en diferentes entornos resulta muy práctico ya que les ayuda a reducir o eliminar cualquier distracción causada por cambios ambientales en el momento de llevar a cabo la interpretación.

El autor destaca que seguir este método de manera correcta puede suponer un reto para el alumnado principiante, puesto que algunas de las etapas, como la de análisis de la partitura y el análisis de las digitaciones, pueden ser supervisadas por el docente en el aula, en cambio, la etapa de visualización motora puede ser más complicada de gestionar para ellos solos.

Por su parte, Käppel (2016), también propone una serie de pautas para la memorización que podrían ubicarse en el tercer estadio que plantea Musgrove (2017), ya que se refieren fundamentalmente a cómo organizar la repetición motora:

1. Siempre deben memorizarse pequeñas secciones de un ejercicio técnico.
2. Las repeticiones se realizarán frente a un espejo corrigiendo la secuencia de movimientos en cada una de ellas mirando alternadamente al diapasón y al espejo, procurando que la ejecución esté compuesta de movimientos suaves. El espejo supone una herramienta de autocontrol visual, proporcionando diversos ángulos de visión que ayudan a corregir los movimientos corporales.
3. Se debe de concentrar la máxima atención escuchando críticamente las diferencias entre las repeticiones ejecutadas con el fin de mejorarlas progresivamente. Las repeticiones deben ser analizadas de forma consciente y crítica, puesto que cada estudiante necesita una cantidad de repeticiones diferente, por lo que siempre será necesario marcar una serie de pautas para que la repetición no repercuta negativamente en el estudio.
4. A la hora de repetir se cambiarán ciertos parámetros de una a la siguiente repetición. En este sentido, pueden utilizarse estrategias como la variación del tempo, o las variaciones rítmicas, como también propone Tripiana (2019) al estudiar una obra musical.
5. Por último, la atención se debe de distribuir en varios focos. Han de tenerse en cuenta los diferentes parámetros musicales, proponiendo pequeños objetivos para mejorar cada uno de los aspectos técnicos que se está trabajando para cada uno de ellos.

## Figura 8

### *Pautas para memorizar organizando la repetición motora*

1	Memorizar pequeñas secciones
2	Repeticiones frente al espejo
3	Análisis consciente de las repeticiones
4	Variación de parámetros musicales
5	Proponer objetivos para mejorar aspectos técnicos

*Nota.* Esta figura representa las pautas propuestas por Käppel (2016), para organizar la repetición motora para la memorización.

En definitiva, para que todos estos pasos tengan efecto en la memorización es necesario tener en cuenta un factor importante, en el que tanto Musgrove (2017) como Käppel (2016) coinciden, que es la concentración, por lo que su consecución solo será posible si el estudiante está concentrado en la tarea.

### **6.4 Improvisación y tocar de oído**

Se entiende la improvisación como un proceso en el que la música se crea de manera espontánea en el mismo instante, haciendo uso de conocimientos, habilidades compositivas e interpretativas, así como experiencias previas, y en el que el músico es capaz de anticipar los efectos sonoros que van a desencadenarse al efectuar las acciones motrices implicadas en el proceso (Larsson y Georgii-Hemming, 2019, Després y Dubé, 2014).

Por otro lado, tocar de oído, es una habilidad muy cercana a la improvisación, de hecho, está desencadenada por procesos muy similares. Según McPherson (1995), consta de tres componentes fundamentales: la memoria a corto plazo, la memoria a largo plazo y la capacidad para transponer fragmentos musicales a otros tonos. Así, tocar de oído requiere pequeños periodos de memorización cuando se imita inmediatamente lo previamente escuchado. En lo que se refiere a la memoria a largo plazo, se aplica cuando el músico recuerda una melodía que ha aprendido previamente y se la sabe de memoria. Por último, en lo que respecta a la habilidad para transponer la pieza a otros tonos, las distancias interválicas deben estar claras a la hora de realizar una transposición de oído a otros tonos.

En un estudio llevado a cabo por Varvarigou (2017), un grupo de estudiantes de secundaria acudieron a un programa de entrenamiento grupal para la mejora de la habilidad de tocar de oído. Los resultados del mismo revelaron que los estudiantes notaron una clara mejoría en la práctica y un gran aumento de confianza al realizar ejercicios musicales improvisatorios. Por tanto, está demostrado que tocar de oído facilita la experimentación y fomenta el desarrollo de la escucha, de la creatividad, así como de las habilidades improvisatorias, razón de peso por la que se integra esta habilidad dentro de la improvisación en la presente propuesta.

#### 6.4.1. Enfoques de la improvisación

Larsson y Georgii-Hemming (2019) distinguen entre dos tipos de improvisación que se puede poner en marcha en el aula: la estructurada y la libre. No obstante, en cada una de ellas se puede identificar elementos de la otra.

**Tabla 4**

*La improvisación estructurada y libre*

<b>Enfoques</b>	<b>Estructurada</b>	<b>Libre</b>
Definición	Herramienta para desarrollar habilidades y conocimientos musicales a través de objetivos medibles de acuerdo a un plan de estudios, que sigue las convenciones del sistema musical occidental.	Herramienta de improvisación que busca como objetivo la exploración y experimentación libre con el sonido para alcanzar conocimientos y experiencias tanto musicales como extramusicales.
¿Quién dirige?	El maestro.	El alumnado con el docente como guía.
Características	Actividades muy estructuradas, con muchas pautas.	Desestructurada e informal. Resultados del aprendizaje sin predefinir.
	Conocimientos musicales previos necesarios: Capacidad para mantener el tempo y métrica. Identificación de la armonía tonal.	Conocimientos musicales previos necesarios: Vocabulario musical. Experiencias previas.
	Centrado en la aplicación y desarrollo de conocimientos y habilidades musicales individuales: Desarrollo patrones rítmicos. Desarrollo de patrones melódicos y direccionalidad. Aplicación de reglas que respetan las convenciones estilísticas.	Centrado en la experimentación y exploración colectiva: Desarrollo del sentido crítico y la creatividad. Desarrollo de competencias sociales intergrupales y pensamiento creativo. Es colaborativa y dialógica.
	Se valora el resultado por encima del proceso.	Se valora fundamentalmente el proceso.
Recursos	Demostraciones Imitación Modelos de pregunta-respuesta. Secuencias y procesos paso por paso.	Se aplican recursos que provienen de la experiencia musical previa. Juego libre.

*Nota.* Esta tabla representa la comparativa entre la improvisación estructurada y la libre (Larsson y Georgii-Hemming, 2019, Galiana, 2017).

En suma, se puede decir que, por un lado, la improvisación estructurada aplicada de forma exclusiva, necesita de la aplicación de conocimientos y habilidades específicos trabajados previamente dentro de un marco de convenciones occidentales, normas y reglas. Esto puede interpretarse como una improvisación centrada en aspectos técnicos de la interpretación instrumental. La improvisación libre, por su parte, se acerca a una visión que contribuye a alcanzar además de habilidades, otros beneficios extramusicales, promoviendo la libertad y el espacio creativo del alumnado, haciendo que este explore y desarrolle ideas musicales propias (Larsson y Georgii-Hemming, 2019, Galiana, 2017).

#### 4.4.2. Proceso de aplicación de la improvisación en el aula

Després y Dubé (2014) proponen cuatro pasos para la aplicación de la improvisación en el aula. En ellos se basa el desarrollo de la improvisación en la presente propuesta: identificar el nivel de improvisación del estudiante, determinar el concepto fundamental que se quiere trabajar, abordar el concepto aisladamente e integrar el conocimiento en un contexto de improvisación real.

En primer lugar, se debe identificar el nivel de improvisación en el que se encuentra cada estudiante para tomar decisiones sobre los contenidos que se van a trabajar en el proceso. Para ello, se tienen en cuenta los siete

niveles de desarrollo de la improvisación que Kratus (1995) establece en su teoría: exploratorio, orientado al proceso, orientado al producto, fluido, estructural, estilístico y personal, cuyas características se recogen en el siguiente cuadro.

**Tabla 5**

*Niveles de improvisación*

<b>Niveles</b>	<b>Características</b>
1. Exploratorio	- Se explora con los sonidos dentro de un contexto libre, sin normas. - No hay estructura ni propósito.
2. Orientado al proceso	- Comienza la improvisación como tal. - Se tiene en cuenta la relación entre los movimientos del cuerpo y el sonido del instrumento. - Se reproducen pequeños patrones repetitivos.
3. Orientado al producto	- Se estructuran las improvisaciones teniendo en cuenta su forma, tono, métrica y fraseo.
4. Fluido	- Se adquiere la seguridad para aplicar los aspectos técnicos de manera relajada y automática.
5. Estructural	- Se aplican estrategias que dan forma a la improvisación final.
6. Estilístico	- Se aplica un lenguaje adecuado al estilo de la improvisación.
7. Personal	- Es capaz de crear un nuevo estilo improvisatorio, aplicando sus propias normas.

*Nota.* Esta tabla representa un resumen de los niveles de improvisación según Kratus (1995).

Tras establecer el nivel de desarrollo improvisatorio en el que se encuentra el alumnado, resulta fundamental marcarse objetivos para empezar a improvisar. En este paso, se concretan los conceptos sobre los que se van a trabajar.

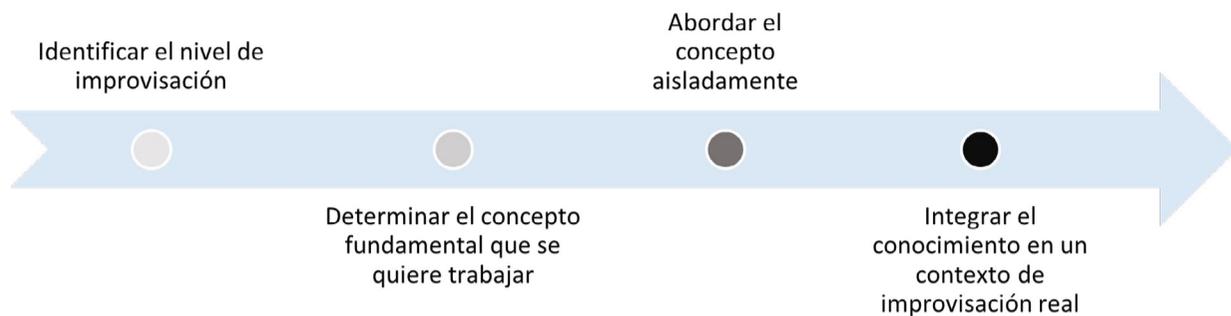
Tal y como mencionan Larsson y Georgii-Hemming (2019) y Riveire (2016), es importante que estos objetivos dejen también libertad exploratoria y experimental ofreciendo al alumnado oportunidades de improvisar, alejándose de criterios estrictamente definidos y liderados por el docente.

Un punto de partida que propone Weed (2016) para ayudar a los estudiantes de guitarra a concretar objetivos y contenidos para la improvisación, es la focalización en los propios recursos que ofrece su repertorio, con el que sienten seguridad y comodidad tocando. La utilización de ese mismo material se puede enfocar desde diferentes puntos de vista según los objetivos que se planteen alcanzar: trabajando diferentes técnicas para obtener un timbre diferente, diferenciar entre staccato y legato, cambiar de octavas, etc.

Una vez concretado el objetivo que se pretende conseguir, es preciso continuar trabajando de manera estructurada y aislada con los contenidos que se seleccionen para improvisar. En las actividades previas a la improvisación se plantean algunos ejercicios para abordar los contenidos, que consisten principalmente en la memorización y repetición de motivos musicales. Una vez automatizados e integrados se pueden empezar a poner en práctica en un contexto real improvisatorio.

## Figura 9

### Pasos para la aplicación de la improvisación en el aula



*Nota.* Esta figura representa los cuatro pasos para la aplicación de la improvisación en el aula según Després y Dubé (2014).

#### 6.4.3. Tratamiento didáctico de la improvisación en guitarra clásica

Tomando como referencia los enfoques sobre el tratamiento didáctico de la improvisación en el aula de Riveire (2016) y Balisteri (1995), se plantea su aplicación mediante una perspectiva lúdica y centrada en la consciencia corporal.

Por un lado, Riveire (2016) plantea tres tipos de improvisación en función del nivel de conocimiento de los estudiantes de la sección de cuerdas (principiantes, nivel intermedio y nivel avanzado) aplicándolos a nivel grupal.

El autor propone un primer escenario lúdico con tres tipos de improvisación según el nivel de los participantes:

## Figura 10

### Actividades improvisatorias por niveles

Niveles	Actividades
Principiantes	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Improvisación melódica en una cuerda en primera posición + acompañamiento en la misma cuerda al aire.</li><li>▪ Improvisación rítmica sobre una progresión armónica de Tónica-Dominante.</li><li>▪ Pregunta-respuesta en parejas con las cuatro primeras notas de una cuerda.</li></ul>
Nivel intermedio	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Improvisaciones melódico-rítmicas sobre una escala en diferentes octavas. Se aplican digitaciones diferentes según la escala.</li></ul>
Nivel avanzado	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Improvisación de cadencias con la aplicación de adornos que requieren el uso de recursos técnicos avanzados (glissandos, ligados, escalas, arpeggios, etc.)</li></ul>

*Nota.* Esta figura representa un ejemplo de actividades improvisatorias lúdicas ordenadas por niveles en Riveire (2016).

Otro de los escenarios propuestos por el autor es la utilización del propio repertorio del alumnado, del que se puedan extraer frases o pasajes sobre los que se pueda improvisar.

Estas actividades pueden modificarse en función de los objetivos que se pretendan alcanzar. Lo relevante de esta perspectiva es, como se ha mencionado anteriormente, que se plantee en forma de juego, motivando un ambiente positivo, de exploración y creación sin pautas muy estrictas, aunque sí teniendo en cuenta una serie de reglas que permitan al alumnado sentirse seguro y cómodo dentro del proceso.

Del mismo modo, un planteamiento que fomenta la improvisación desde un enfoque práctico y eficiente focalizado en la música y sin distracciones técnicas, es el trabajo con aspectos relacionados con el estilo, la emoción o el significado emotivo de la música. Estos invitan al alumnado a trabajar sin tensiones, aplicando la intuición, y desarrollando la creatividad y capacidad comunicativa prácticamente sin esfuerzo. En este sentido, Balisteri (1995) propone cinco áreas para poner en marcha la improvisación que recogen un enfoque corporal consciente:

- Recursos para la improvisación.

El autor insiste en que para que se desarrolle la improvisación hay que partir de una base intuitiva. Esto quiere decir que cada uno tiene que confiar en sí mismo y pensar en su capacidad para improvisar, deshaciéndose de prejuicios o juicios mal enfocados sobre uno mismo, porque toda persona es capaz de improvisar, pero es necesario dejar que el cuerpo funcione por sí mismo intuitivamente.

- La consciencia y el momento presente.

Trabajar la atención plena en el momento de improvisar con la guitarra permitirá no solo atender a los movimientos y sensaciones de las manos en la guitarra, sino también a lo que la mente busca transmitir por medio de la música, haciendo uso de la percepción sensitiva.

Para conseguir una autoconsciencia corporal en el momento de improvisar, se debe empezar por conseguir una relajación física y mental, en la que todas las tensiones musculares acumuladas en los hombros, brazos y manos se vayan disipando.

Finalmente, para improvisar con consciencia y desde el momento presente resulta esencial aplicar el paso comentado previamente, en el que la intuición fluya con el fin de expresar lo que se va a tocar. En ese momento será preciso centrar la atención en un elemento aislado del movimiento corporal o del sonido.

- La visualización.

Cuando se improvisa, no solo se hace con las manos, sino que también con la mente. Imaginarse lo que uno está tocando ayuda a materializar las ideas musicales y a unificar el cuerpo y la mente en una misma dirección. Emplear la visualización consiste en imaginar de manera exacta, clara y consciente lo que se desea expresar musical-

mente. Para poder llevarla a cabo, la inteligencia intuitiva corporal y del subconsciente deben dejarse fluir.

- La energía de los demás.

En el momento que una improvisación tiene lugar en un contexto grupal, se requiere que cada músico escuche de forma activa y responda a lo que escucha para conseguir establecer un intercambio musical, verbal y visual en tiempo real y alcanzar un equilibrio interpersonal (Balisteri, 1995, Després y Dubé, 2014).

- La guitarra y uno mismo.

Improvisar en la guitarra facilita la adquisición y desarrollo de muchas capacidades y habilidades como la concentración, memorización, coordinación motora, relajación, etc. Como consecuencia, la confianza en uno mismo, así como el autoconcepto y autoestima se ven reforzados positivamente, generando una visión más amplia de uno mismo.

### Figura 11

*Cinco áreas para poner en marcha la improvisación centrada en la consciencia corporal*



*Nota.* Esta figura representa las cinco áreas para poner en marcha la improvisación centrada en la consciencia corporal según Balisteri (1995).

Dado que la producción de la improvisación está muy influenciada por las cualidades físicas del instrumento, ejerciendo una influencia en el lenguaje musical utilizado por el músico cuando improvisa, en el aula de guitarra se aplicará el enfoque anterior de manera individual teniendo presentes las posibilidades ofrecidas por el instrumento.

En este sentido, de acuerdo con la ergonomía del instrumento resulta más sencillo utilizar unas combinaciones determinadas con el sonido, resultando otras complicadas o imposibles de interpretar por su morfología. De esta manera, la improvisación no implica únicamente la parte cognitiva y de abstracción del pensamiento, sino que depende mayormente de la interacción que se establece entre el cuerpo del músico y su instrumento, que permite que las ideas musicales se materialicen (Després y Dubé, 2014).

Según Balisteri (1995) la capacidad para habituarse al trabajo con el diapasón de la guitarra parte de la función analítica del propio cerebro, que regula aquello relacionado con el movimiento físico y el orden de secuencias. En este sentido, teniendo en cuenta la morfología del propio instrumento, comprender el diapasón para improvisar implica tener presente la distribución del mástil por posiciones, así como la de las notas en cada cuerda. Así, será posible elaborar secuencias que faciliten la disposición y movimiento de los dedos, y, por tanto, la fluidez en la improvisación.

Las secuencias que propone el autor tienen como base las posibilidades de digitación que ofrece la propia anatomía humana, proporcionando diferentes opciones de ejercicios improvisatorios que aúnan de manera coherente las posibilidades del instrumento, con las posibilidades físicas (ejercicios con grupos de dos, tres, cuatro y cinco o seis notas aplicando extensiones, realización de desplazamientos por tonos con un solo dedo, etc.). La combinación de los ejercicios propuestos irá progresando en dificultad, hasta llegar al punto en el que el estudiante sea capaz de recorrer la totalidad del diapasón.

En suma, enseñar improvisación en los contextos de guitarra clásica puede ser un obstáculo puesto que su desarrollo reside en el potencial de la rigidez de los estudiantes que ya han adquirido una buena cantidad de conocimientos y práctica musical (Weed, 2016).

Como síntesis de este punto, se puede decir que se ha recorrido la integración de la consciencia corporal en el aprendizaje instrumental partiendo de las habilidades musicales fundamentales de McPherson (1995), tratando en primer lugar, la lectura a primera vista, en la se han comentado las particularidades de la misma en la guitarra, así como las consideraciones a tener en cuenta a la hora de llevarla a cabo en el aula. Posteriormente, se ha indagado en la música ensayada, centrándose en el proceso de lectura de las partituras y estrategias que se emplean. En lo que se refiere a la música ensayada en el aula de guitarra, se ha comentado la importancia de la digitación y sus características. Además, se ha tenido en cuenta la aplicación de la corporalidad en la música ensayada por medio de la autorregulación y control corporal. Seguidamente, se ha hablado sobre la memoria y su relación con la consciencia corporal haciendo alusión a los diferentes pasos para la memorización de piezas en el aula de guitarra. Finalmente, la improvisación ha sido la última habilidad analizada desde el plano corporal, comenzando por el planteamiento de su enfoque didáctico, siguiendo por su proceso de aplicación en el aula, y terminando en su aplicación en la guitarra clásica.



**FASSE EXPERIMENTAL**

**FASSE EXPERIMENTAL**

**FASSE EXPERIMENTAL**

**FASSE EXPERIMENTAL**

**FASSE EXPERIMENTAL**

**FASSE EXPERIMENTAL**

# 7. PROPUESTA DIDÁCTICA

## 7.1 Contextualización

La presente propuesta tiene como objetivo la mejora de la interpretación guitarrística por medio del trabajo de la consciencia corporal en las diferentes actividades que se plantean habitualmente en una sesión individual de instrumento. Se desarrolla en la Escuela de Música de Mendillorri, una academia de música de titularidad privada localizada en la ciudad de Pamplona, y tiene una duración de diez sesiones de treinta minutos cada una, repartidas entre los meses de enero y marzo de 2023.

La muestra a la que va dirigida esta investigación incluye a un total de seis alumnos y alumnas de guitarra con edades comprendidas entre los 10 y 15 años y que están matriculados en el actual curso académico 2022-2023.

## 7.2 Descripción general del alumnado

De la muestra total de seis alumnos y alumnas, ninguno de ellos había trabajado nunca la primera vista como ejercicio en el aula ni tampoco la improvisación. La música ensayada es lo único que trabajaban en la sesión de instrumento anteriormente. En la siguiente tabla se presenta una descripción breve de cada alumno y alumna, sus conocimientos previos y repertorio que trabaja en el momento en el que se realiza la propuesta.

### Figura 12

#### Características del alumnado

Alumnado	Edad	Conocimientos previos	Repertorio
Alumno 1	15 años	5 años tocando la guitarra.	Packington's pound (anónimo) Allegretto, guitarra 1 (Carulli) Piratas del caribe, guitarra 1 (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras) Vals en sol (Fortea)
Alumno 2	13 años	3 años tocando la guitarra.	Ten little indians (tradicional americana) Allegretto, guitarra 2 (Carulli) Piratas del caribe, guitarra 2 (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras) How do you do (tradicional americana)
Alumna 3	14 años	Es el primer año que se apunta a clases de guitarra. Posee conocimientos en acordes, aprendidos de forma autodidacta.	Canciones de música moderna con acordes The jolly Miller (tradicional inglesa) Allegretto, guitarra 1 (Carulli) Piratas del caribe, guitarra 3 (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras) Fray Martín (tradicional) Boogie Blues (Hal Leonard) Greensleeves (anónima)
Alumna 4	15 años	3 años tocando la guitarra.	Canciones de música moderna con acordes How do you do (tradicional americana) Allegretto, guitarra 2 (Carulli) Piratas del caribe, guitarra 1 (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras) Au du lieber Augustin (tradicional alemana)

Alumna 5	10 años	2 años tocando la guitarra.	Oda a la alegría (Beethoven) Allegretto, guitarra 1 (Carulli) Piratas del caribe, guitarra 3 (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras) How do you do (tradicional americana)
Alumno 6	10 años	2 años tocando la guitarra.	Greensleeves (anónimo) Vals (Carulli). Allegretto, guitarra 2 (Carulli) Piratas del caribe, guitarra 2 (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras) Ten little indians (tradicional americana)

*Nota.* En esta tabla se recogen las características del alumnado. *Fuente:* elaboración propia.

### 7.3 Planteamiento de las sesiones

Tal y como se ha mencionado en el marco teórico, la estructuración de las sesiones y organización de contenidos fue planteada teniendo en cuenta dos fuentes principales: Pérez-Echeverría et al. (2020) y McPherson (1995).

Por un lado, a Pérez-Echeverría et al. (2020), de quienes se toma la estructura general de las sesiones atendiendo a los cuatro tipos de actividades que se dan frecuentemente en el aula de instrumento: calentamiento y afinación, producción musical, producción simbólica y otras actividades.

Por otro lado, esta propuesta se basa en la investigación llevada a cabo por McPherson (1995), para definir las cuatro secciones en las que se iban a dividir las sesiones, establecidas en torno a las cinco habilidades que todo músico debe desarrollar: primera vista, improvisación, tocar de oído, tocar de memoria e interpretar música ensayada.

La combinación de las fuentes anteriores dio lugar a un esquema general que se puso en marcha en todas las sesiones y cuyo orden fue redefiniéndose a lo largo de su aplicación.

#### Figura 13

##### *Estructura de las sesiones*



*Nota.* En esta figura se presenta la estructura general de las sesiones. *Fuente:* elaboración propia.

En la siguiente tabla se detallan los ejercicios y objetivos tenidos en cuenta a la hora de implementar los contenidos planteados en la estructura de la propuesta.

## Tabla 6

### Tabla resumen de contenidos, ejercicios y objetivos de la propuesta

<b>Calentamiento – técnica (8')</b>		
<b>Contenidos</b>	<b>Ejercicios</b>	<b>Objetivos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Consciencia corporal: (2')</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuello.</li> <li>Hombros.</li> <li>Brazos y manos.</li> <li>Espalda.</li> <li>Posición y postura</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Activación de músculos y consciencia corporal.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnica de mano derecha (2')</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>P,i,m,a (y todas sus combinaciones).</li> <li>Colocar en las cuerdas 4, 3, 2 y 1 respectivamente.</li> <li>Pulsar y volver lo más rápido posible. (5 repeticiones en cada dedo).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Control mental-corporal.</li> <li>Trabajar el tono y la relajación de la mano derecha.</li> <li>Ser consciente de la tensión relajando lo máximo posible.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnica de mano izquierda (2')</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1, 2, 3 y 4</li> <li>Saltar de cuerda con cada dedo desde el traste V, 6ª cuerda hacia cuerda 1.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tocar con la punta de los dedos.</li> <li>Ser consciente de la curvatura de los dedos.</li> <li>Ejercer la mínima presión posible.</li> <li>Mantener los dedos alineados cerca de la cuerda.</li> </ul>
	1, 2, 3 y 4 Subida y bajada cromática desde la 6ª cuerda V traste, hasta la 1ª cuerda, traste VIII.	
	1,2,3 y 4 Subida y bajada en diagonal alternando posiciones desde la 1ª cuerda del primer traste hasta el traste XII.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Lectura a primera vista (2')</li> </ul>	Selección de ejercicios de primera vista acordes al nivel de cada alumno.	Integrar la consciencia corporal en la primera vista: lectura – digitación – cuerpo.

<b>Música ensayada (8')</b>		
<b>Contenidos</b>	<b>Ejercicios</b>	<b>Objetivos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Estrategias de lectura</li> <li>Digitación</li> <li>Corporalidad y expresividad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajo de una pieza del nivel, aplicando las estrategias de lectura y digitación adecuadas a la pieza.</li> <li>Interpretación de la partitura y sus digitaciones partiendo de la consciencia corporal y de la expresividad.</li> <li>Grabación de su estudio en casa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poner en práctica diferentes estrategias para favorecer el aprendizaje eficaz de las obras.</li> <li>Aplicar la digitación propuesta.</li> <li>Integrar la consciencia corporal durante el estudio de una obra.</li> <li>Realizar una autoevaluación de la aplicación de la corporalidad y expresividad.</li> </ul>

<b>Memoria (4')</b>		
<b>Contenidos</b>	<b>Ejercicios</b>	<b>Objetivos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Estrategias de memorización</li> <li>Corporalidad y expresividad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Interpretación de una pieza o fragmento musical de memoria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aplicar la consciencia corporal en la interpretación.</li> <li>Aplicar el movimiento para transmitir emociones: conexión del cuerpo con los parámetros musicales.</li> </ul>

## Improvisación y tocar de oído (8')

Contenidos	Ejercicios	Objetivos
<ul style="list-style-type: none"><li>Improvisación armónica</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Improvisación con acordes I – IV – V de tonalidades trabajadas previamente (C, Am y F).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Interiorizar la posición de acordes.</li><li>Atender al control postural</li><li>Ser conscientes de la posición de la mano izquierda al tocar.</li><li>Alternar dedos en mano derecha.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Improvisación melódica</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Improvisación de una melodía de manera tanto pautada como libre aplicando las tonalidades de C, Am, F y G.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Aprender las notas y posiciones en el mástil.</li><li>Comprender el uso de las notas de las escalas en la improvisación</li></ul>

*Nota.* En esta tabla se recogen los contenidos, ejercicios y objetivos de la propuesta. *Fuente:* elaboración propia.

### 7.4 Materiales utilizados

Para llevar los contenidos a la aplicación práctica, en la propuesta se hace uso de información basada en fuentes bibliográficas recogida en el presente apartado.

- Ejercicios consciencia corporal

Llobet, J. R., y Molas, S. F. (2005). *A TONO. Ejercicios para mejorar el rendimiento del músico*. Paidotribo.

- Ejercicios de técnica

Offermann, T. (2019). *Modern guitar technique: Integrative Movement Theory for Guitarists* (M. Bethell & T. Offermann, Eds.). Ut Orpheus.

Tennant, S. (2005). *Pumping Nylon: In TAB: A Classical Guitarist's Technique Handbook*. Alfred Music.

- Lectura a primera vista

Harris, P. (2019). *Improve your sight-reading! Guitar*. Faber music.

Kember, J. y Beech, M. (2007) *Guitar sight-reading 1 vol*. Schott Music Ltd.

- Música ensayada y memoria

Pozo, J. I., Echeverría, M. P. P., Torrado, J. A., y López-Íñiguez, G. (2020). *Aprender y enseñar música: un enfoque centrado en los alumnos*. Morata.

Tripiana, S. (2019). *Estrategias eficaces de practica instrumental. Primeros pasos al estudiar una obra musical*. Libargo.

- Improvisación

Harris, P. (2019). *Improve your sight-reading! Guitar*. Faber music.

### 7.5 Recogida de información

Este proyecto se ha servido fundamentalmente de la observación como método de recogida de información, tal y como Cohen et al. (2018) contempla entre sus métodos para obtener datos en la investigación-acción.

Además de la observación, se han recopilado además evidencias a través de documentos gráficos y audiovisuales que han ayudado a reencaminar la trayectoria del alumnado durante la propuesta. Algunos de ellos son imágenes

que reflejan su posición postural durante la ejecución de ejercicios técnicos de calentamiento.

Otros documentos recogidos son vídeos del propio estudio en casa del alumnado, cuyo fin es detectar la aplicación de las mismas pautas posturales y observar en qué grado desarrollan la autonomía suficiente para autorregularse corporalmente durante el proceso de estudio.

## 7.6 Implementación de las sesiones

El desarrollo de la propuesta tuvo lugar durante 10 sesiones llevadas a cabo en la Escuela de Música de Mendillorri. Una primera sesión se dedicó a explicar la estructuración de contenidos y secuencia de las actividades a realizar en las siguientes sesiones, con el fin de que el alumnado comprendiera la importancia de crear unos hábitos corporales conscientes a la hora de practicar, así como para facilitar que la dinámica fuera más fluida en las sesiones posteriores.

En las siguientes sesiones se siguió el mismo esquema poniendo en práctica directamente los ejercicios y con mayor fluidez. El desarrollo detallado de las mismas se plasma a continuación:

### 7.6.1 Afinación – Calentamiento – Primera vista

En primer lugar, en todas las sesiones, siempre al inicio de la clase, la primera tarea a realizar consistía en poner el instrumento a punto afinándolo. Este es el primer contacto que se mantenía con el instrumento antes de comenzar y que garantizaba que las actividades posteriores se pudieran realizar sin más detenimiento.

Después de afinar, se colocaba el instrumento a un lado para empezar a calentar los diferentes grupos musculares. A continuación, se presentaban cuatro ejercicios de calentamiento general extraídos del libro *A tono. Ejercicios para mejorar el rendimiento del músico* de Llobet y Molas (2005), con los que se introducirían también el resto de las sesiones. Estos ejercicios incluían el trabajo de diferentes grupos musculares desde cabeza-cuello, pasando por los hombros, los brazos y articulaciones de las manos, hasta llegar a la flexibilización de la columna vertebral y puesta en marcha de los músculos colindantes.

Tras la realización de los ejercicios, se puso atención en la postura al sentarse. Primero sin la guitarra y posteriormente con ella, siguiendo los tres aspectos en torno a la organización de la postura corporal que Offermann (2019) propone: posición del cuerpo al sentarse, posición de la guitarra con respecto al cuerpo y posición de las manos en la guitarra.

Una vez colocados y corregidas las posturas, se introducía un ejercicio de calentamiento específico para cada mano. Para la mano derecha se propuso un ejercicio de propiocepción, dándose las siguientes pautas:

- Colocar la mano como si se cogiera un tubo cilíndrico, manteniendo la curvatura natural de los dedos al agarrar un objeto arqueado.
- Descansar las yemas de los dedos de la mano en su cuerda correspondiente: pulgar en 4ª cuerda, índice en 3ª, medio en 2ª y anular en 1ª.

- Pulsar todas las cuerdas a la vez y volver lo más rápido posible a apoyar las yemas de los dedos en las cuerdas para tocar otra vez, manteniendo el ángulo de ataque y entendiendo el mecanismo de movimiento para atacar la cuerda de manera eficaz y eficiente: dedos índice, medio y anular con dirección hacia la palma de la mano y pulgar hacia delante.

El objetivo de este ejercicio de calentamiento de mano derecha extraído de Offermann (2019) con indicaciones sobre la colocación y ataque de las cuerdas propuesto por Fernández (2001), consistía en mejorar el control de la mente sobre el cuerpo, trabajar el tono y la relajación de la mano, y ser consciente de la tensión de la misma procurando relajarla lo máximo posible.

De la misma manera, a lo largo de la aplicación de la propuesta se fueron introduciendo otros ejercicios de mano derecha en las sesiones posteriores, como fueron diferentes combinaciones de arpegios. Se eligieron seis permutaciones de arpegios diferentes que se introdujeron en las tres últimas sesiones (p,i,m,a – p,m,i,a – p,i,a,m – p,a,i,m – p,m,a,i – p,a,m,i). Estos arpegios, propuestos en Tennant (2005), tienen como objetivo la independización de los dedos y la aplicación del *planting*, requiriendo de este modo la concentración y la aplicación de la propiocepción.

Por otro lado, para la mano izquierda se propuso desde la primera sesión hasta la cuarta un ejercicio extraído de *Modern guitar Technique* de Offermann (2019), proporcionando las siguientes pautas:

- Colocar el dedo 1 de la mano izquierda en el traste V, 6ª cuerda.
- Ir saltando de cuerda en cuerda con el dedo 1, bajando y subiendo por el mismo traste.
- Realizar el mismo procedimiento con los demás dedos de la mano izquierda en sus trastes correspondientes: el 1 en el V, el 2 en el VI, el 3 en el VII y el 4 en el VIII.

El objetivo de este ejercicio era conseguir la colocación correcta de la mano izquierda y la pulsación de las cuerdas con los dedos adecuada teniendo siempre en cuenta la aplicación de cuatro aspectos esenciales en cuanto a consciencia corporal:

- Apoyar solamente la punta de los dedos.
- Ser consciente de la curvatura del dedo y la perpendicularidad con la cuerda.
- Ejercer la mínima presión posible.
- Mantener todos los dedos alineados cerca de la cuerda lo más relajados posible.

Por otro lado, también se introdujo más adelante, a partir de la sesión 5, un nuevo ejercicio de mano izquierda, que consistía en recorrer cromáticamente cuatro trastes del mástil por las seis cuerdas de la guitarra con los dedos 1, 2, 3 y 4.

El objetivo de este ejercicio extraído de Tennant (2005), era trabajar con más consciencia y atención los movimientos que realiza cada dedo de la mano izquierda aplicando los cuatro conceptos esenciales que se comentaban en el anterior ejercicio de mano izquierda, añadiendo la propiocepción en la aplicación del equilibrio de la musculatura cuando se realiza cada cambio de dedo y la relajación del dedo anterior al poner el siguiente.

A continuación, se tuvo en cuenta el bloque de primera vista, en la que se propuso la realización de dos ejercicios por sesión.

En la primera sesión se presentaron las pautas a seguir para realizar una buena primera vista, siguiendo los pasos que proponen tanto Kember (2007), como Harris (2019) comentados previamente en el marco teórico. Estos ejercicios fueron seleccionados en función del nivel de lectura de cada alumno. En la mayoría de casos se parte de ejercicios de lectura a primera vista muy sencillos puesto que ninguno de los alumnos y alumnas los había practicado anteriormente siguiendo el procedimiento como tal. El modo de aplicación de la primera vista se planteó del siguiente modo:

- El alumnado disponía de aproximadamente 1 minuto para leer y pensar en cómo debería tocar el ejercicio. Durante este tiempo se pretendía que se activaran no solo las estrategias de decodificación y lectura musical, sino de consciencia corporal al imaginar la digitación que va a emplear tanto en la mano derecha como en la izquierda, en definitiva, aplicando estrategias de práctica mental.
- Antes de comenzar se recordaban aspectos clave a tener en cuenta en la realización del ejercicio, como por ejemplo la velocidad, que este tipo de actividad no requiere aplicar demasiada, pudiéndose interpretar lentamente siempre que sigan el compás que cada alumno y alumna marque al principio.
- Otro aspecto que se resaltaba era la continuidad musical sin dar importancia al error, priorizando seguir hacia delante manteniendo el ritmo hasta el final del ejercicio.

### 7.6.2 Música ensayada

Tras la realización del bloque de primera vista se proponía el trabajo de música ensayada, es decir, el trabajo con piezas u obras musicales adaptadas al nivel de cada alumno. En cada caso se siguió un procedimiento particular adaptado a las necesidades de aprendizaje de cada alumno y de las problemáticas que surgían al empezar a interpretar la partitura propuesta.

### 7.6.3 Memoria

En lo que se refiere al bloque de memoria, se propuso la memorización de un fragmento musical para cada sesión de la semana siguiente. Se indi-

caron las pautas a seguir de acuerdo con Käppel (2016) y se pusieron en práctica en el aula como ejemplo para que lo trasladaran posteriormente al estudio en casa.

#### 7.6.4 Improvisación

En lo relativo al bloque de improvisación, se tuvieron en cuenta dos tipos de contenido: improvisación armónica e improvisación melódica.

En cuanto a la improvisación armónica, se planteó crear secuencias de acordes que utilizaran los grados I- IV- V de diferentes tonalidades trabajadas hasta el momento (C y Am). Este tipo de improvisación únicamente se puso en práctica con los alumnos y alumnas 1, 3 y 4, que poseían mayor fluidez en los cambios de acordes. En cambio, con los alumnos 2, 5 y 6, este tipo de improvisación intentó realizarse, aunque sin éxito puesto que la habilidad para cambiar de acordes de manera fluida no estaba todavía desarrollada. Por otra parte, tampoco pudo realizarse puesto que al dejarla para el final siempre era común quedarse sin tiempo.

En la improvisación melódica se tuvieron en cuenta ejercicios de improvisación pautada, tal y como propone Harris (2019), de improvisación libre, y también de pregunta-respuesta. Como norma general se trabajaba previamente la escala de la tonalidad con la que se iba a improvisar teniendo en cuenta las notas más importantes y las notas “prohibidas” que no pertenecían a la escala y que no debían ser tocadas. Las tonalidades tenidas en cuenta para realizar este ejercicio fueron C, Am, F y solo en un caso se llegó hasta G (alumno 1).

# 8. RESULTADOS

En esta sección se comentan los resultados tras la implementación de la propuesta, haciendo alusión a las dificultades, logros y progreso que han sido observados en el alumnado.

## 8.1 Calentamiento y postura

En la primera parte de la sesión, el calentamiento y colocación postural fue clave para que el alumnado tomara conciencia de su cuerpo desde el principio.

La sensación general percibida fue que el alumnado recibió muy positivamente los ejercicios, realizando incluso algún comentario favorable en referencia a lo agradable de moverse al realizarlos y liberar las tensiones musculares que llevaban consigo después de pasar muchas horas del día sentados en clase sin apenas moverse.

Por lo general, se pudieron apreciar diferencias considerables entre el alumnado de mayor edad y el de menor edad. Se puede decir que el alumnado más mayor presentaba una consciencia corporal mucho más notable que el alumnado menor, adaptándose mejor a las indicaciones y entendiendo la posición de su cuerpo en el espacio y con respecto a la guitarra. Por un lado, el alumnado de mayor edad (1,2,3 y 4) presentaban una concepción clara del esquema corporal y atendían comprendiendo las indicaciones posturales. En cambio, el de más corta edad (5 y 6) tendía a no autorregular su postura, aunque se dieran indicaciones y pautas para ello.

Algunos de los errores más frecuentes observados durante la adopción de la postura al tocar fueron los siguientes:

- Pierna derecha que se desplaza hacia atrás, levantando la parte del talón y apoyándose en los dedos (5 y 6).
- Los isquiones están demasiado metidos en la silla, es necesario adelantarse sentándose en el borde de la misma (2 y 3).
- Horizontalidad de la guitarra: demasiada horizontalidad en muchos casos. Es necesaria una inclinación de la guitarra más vertical, es decir, el clavijero debería situarse a la altura de la vista (3, 5 y 6).

Por otro lado, en el análisis de los vídeos que el alumnado envió tocando en casa, pudieron detectarse algunos aspectos clave para corregir hábitos de estudio y posturales:

- La silla de estudio no era la adecuada para practicar. Es necesaria una silla sin reposabrazos (5).
- No se dispone de reposapiés, y esto hace que la posición sea más horizontal y afecte a la ejecución (3).

Todos estos errores fueron corrigiéndose y trabajándose sesión tras sesión, pudiéndose apreciar una mejora notable, especialmente en los casos de las alumnas 3 y 5.

#### 8.1.1 Mano derecha e izquierda

En cuanto a la mano derecha, se tuvieron en cuenta algunas de estas observaciones durante la realización de los ejercicios propuestos:

- Imprecisión al volver a las cuerdas (3, 4 y 5).
- Dirección y ángulo de ataque de los dedos poco claro (5 y 6).
- El pulgar queda atrasado con respecto al resto de dedos. Siempre debería ir adelantado (2, 4, 5 y 6).
- Realización de los ejercicios sin estar aplicando realmente la propiocepción o atención plena en cada movimiento. Para ello es necesario sentir que se deslizan las yemas de los dedos como acariciando las cuerdas, escuchando cómo cambia el sonido al modificar y autorregular los movimientos, es decir, utilizando la retroalimentación auditiva y sensorial (5 y 6).

No obstante, tras la aplicación de estos ejercicios de la primera a la última sesión, se observó que la atención y concentración en la posición de la mano derecha mejoraban progresivamente en todos los casos, así como la autorregulación en el movimiento independiente de cada dedo en el momento de atacar la cuerda y obtener un sonido de timbre similar en todas las cuerdas.

Por otra parte, en la realización en aula de los ejercicios de mano izquierda, pudieron observarse algunos aspectos que se repetían de forma frecuente y que se corregía en el momento:

- Tendencia a doblar la primera falange del dedo apoyándola entera encima de la cuerda en lugar de la punta, perdiéndose por tanto la curvatura natural del dedo. (6).
- Se aplica demasiada presión (2 y 5).
- Muñeca doblada en lugar de mantenerla recta y en línea con el brazo (6).
- Los dedos están tensos y se recogen o se estiran perdiendo la alineación y forzando la postura (5 y 6).

En este sentido, la posición y ejecución de las notas en el mástil con la mano izquierda ha ido mejorando progresivamente de una sesión a la siguiente, al tener más claro cómo deben colocar la mano.

Sí que es cierto que en ocasiones algunos de los alumnos presentaban dificultades puntuales cuando se presenta un ejercicio más complejo en música ensayada. No obstante, estos ejercicios técnicos al inicio de la sesión les ayudaban a asegurar la posición de los dedos y de la mano y a autocorregirse posteriormente en los demás ejercicios propuestos. Se observó especial conciencia de la mano izquierda en el caso del alumno 2.

## 8.2. Primera vista

Algunas de las apreciaciones destacables en los ejercicios de primera vista observados en el aula son las siguientes:

- Para algunos alumnos resulta una tarea ardua y que requiere esfuerzo (1): *“¡Qué poco me gusta la primera vista!”*.
- Se aprecian dificultades para mantener el compás realizando paradas (2).
- Se observa que todavía la lectura no está integrada, no sabiendo el nombre y ubicación de las notas en el mástil (3 y 5).
- En algún caso se observa fluidez en la lectura, pero cierta desconexión con los procedimientos de digitación y por tanto con la consciencia corporal (4 y 6).
- En otros casos resulta un reto motivante. Quiere seguir intentándolo para hacerlo mejor: *“¿Puedo hacer uno más?”* (6).

En general la primera vista ha sido un ejercicio indispensable en las sesiones para la mejora de la lectura fluida y su relación con el cuerpo, especialmente en la digitación de mano izquierda. Tras la implementación de estos ejercicios en la propuesta se puede apreciar que el alumnado relaciona de forma más clara la notación musical con el cuerpo utilizando cada vez una digitación más apropiada. Destacan el alumno 1, que ha ganado mucha más seguridad en la interpretación de los ejercicios y la alumna 4, que afirma: *“me siento mucho más segura haciendo la primera vista ahora”*.

En cuanto al alumnado 2, 3, 5 y 6, se puede decir que después de trabajar la primera vista tras varias sesiones, ya conocen mucho mejor las notas en el diapasón, aunque es cierto que necesitan repasar más la rítmica y el mantenimiento del pulso para asegurar la fluidez.

## 8.3 Música ensayada

Las dificultades más repetidas observadas al trabajar música ensayada estaban fundamentalmente relacionadas con la lectura, la digitación y la corporalidad-expresividad. En este sentido, para solucionar las dificultades observadas, las estrategias aplicadas fueron las que siguen:

### 8.3.1 Lectura

De las estrategias de lectura recogidas por Tripiana (2019), se utilizaron mayoritariamente las relativas a lectura precisa y fragmentada. En cambio, se descartaron las de práctica indirecta, puesto que se estimó que podrían ser contraproducentes al añadir más elementos en lugar de simplificar el procedimiento.

### 8.3.2 Digitación

Siguiendo a Duque (2013) y Sherrod (1981), se tuvieron en cuenta soluciones tanto para la mano derecha, en su mayoría la alternancia de dedos y sus combinaciones de dedos fuertes, como para la mano izquierda, en la que la preparación de la mano fue un aspecto fundamental que se apreció en el trabajo de todas las obras y con todos los alumnos.

### 8.3.3 Corporalidad y expresividad

En cuanto al control corporal y autorregulación, se destaca el uso de estrategias de economía motriz, movimiento natural y aplicación de la respiración (Tripliana, 2019). Puesto que la mayor parte de las obras trabajadas requerían la aplicación de estos tres aspectos.

En este sentido, a partir de la cuarta sesión se sugirió además la tarea de grabarse un vídeo en casa y visionarlo en clase posteriormente con el objetivo de analizar la posición del cuerpo al tocar y los mecanismos de autorregulación postural que se empleaban, planteando si la postura con la que estaban tocando era la adecuada, reflexionando sobre qué creían que deberían mejorar, etc. En definitiva, fue una herramienta de gran utilidad para observar el progreso del alumnado, y a ellos para autoevaluarse y mejorar su proceso de aprendizaje.

**Tabla 7**

*Problemáticas generales y soluciones aplicadas.*

	<b>Problemáticas observadas</b>	<b>Soluciones aplicadas</b>
Lectura	Problemas de fluidez en la lectura (2, 3 y 5). Llevar el pulso de manera firme, segura y constante (2, 3 y 5). Ritmo: Ejecución del ritmo de manera precisa (2, 3, 5 y 6). Unión entre diferentes frases (2, 3, 5 y 6).	Estrategias de lectura de Tripliana (2019): Lectura precisa: <ul style="list-style-type: none"><li>• Prevenir errores desde el principio.</li><li>• Aplicar soluciones definitivas.</li><li>• Aislar las dificultades.</li></ul> Lectura fragmentada: <ul style="list-style-type: none"><li>• Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li><li>• Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li></ul>
Digitación	Ubicación de las notas en el mástil (2, 3, 5 y 6). Digitaciones de mano derecha e izquierda. Anticipación de los dedos tanto de mano derecha como de mano izquierda (todos los alumnos).	Estrategias de digitación de acuerdo con Duque (2013) y Sherrod (1981): Mano derecha: <ul style="list-style-type: none"><li>• Alternancia de dedos.</li><li>• Combinaciones de dedos fuertes.</li></ul> Mano izquierda: <ul style="list-style-type: none"><li>• Preparación de la mano.</li></ul>
Corporalidad y expresividad	Expresividad (todos los alumnos).	Estrategias de adecuación ergonómica de Tripliana (2019): Movimiento natural <ul style="list-style-type: none"><li>• Movimientos equilibrados regulando tensión y distensión muscular.</li></ul> Economía motriz <ul style="list-style-type: none"><li>• Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.</li><li>• Reducir y precisar los movimientos.</li><li>• Eliminar movimientos parásitos.</li></ul> Aplicación de la respiración <ul style="list-style-type: none"><li>• Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.</li><li>• Ayudarnos de la respiración para expresar el carácter de la música.</li></ul> Ayudarnos con cuatro apoyos: pies, cintura pélvica, diafragmática y escapular <ul style="list-style-type: none"><li>• Previo a comenzar la práctica instrumental, llevar a cabo el proceso de observación-colocación y apoyo.</li></ul>

*Nota.* En esta tabla se recogen las problemáticas generales que surgieron durante el desarrollo de la música ensayada y soluciones aplicadas. *Fuente:* elaboración propia.

## 8.4 Memoria

En el bloque del trabajo de la memoria, fue posible apreciar que, por lo general, para el alumnado resultaba difícil deshacerse de la partitura, presentando en algunos casos bastante dependencia (2, 4 y 5).

Se valora que esto podría estar relacionado con el trabajo individual de la memorización en casa puesto que en algunos casos el alumnado comentaba *“no he tenido tiempo en la semana para memorizar”* (5), *“esta semana no he podido estudiar porque estoy con globales”* (2).

En otros casos, la memorización de canciones con acordes les resultaba más motivante y sencillo (3 y 4) y comentaban su aplicación fuera del aula *“me gusta tocar estas canciones cuando voy a campamentos y cantar con todos”* (4).

También se pudo apreciar que excepcionalmente (1 y 6), interpretaban la pieza propuesta de memoria sin problema de una semana a la siguiente.

En suma, el bloque de memoria, ha resultado de gran utilidad para que el alumnado sesión tras sesión comience a levantar la mirada de la partitura para centrarla en su propio cuerpo y sensaciones. Especialmente en el caso del alumno 1, el trabajo de la memoria ha sido crucial para centrarse en los parámetros musicales y la relación que ellos tienen con su cuerpo, resultando ser más expresivo y mostrar las ideas musicales deseadas.

## 8.5 Improvisación

Por un lado, teniendo en cuenta lo observado, en los y las estudiantes que realizaron los ejercicios de improvisación armónica (1, 3 y 4), es posible afirmar que con las pautas explicadas eran capaces de realizar el ejercicio sin problemas además de resultarles una actividad motivante. Tras la realización de este tipo de ejercicio, uno de los estudiantes admitía: *“yo pensaba que la improvisación era más difícil y me iba a costar más, pero la verdad es que no lo es tanto”* (1).

Desafortunadamente, no fue tanto el caso de los alumnos 2 y 6 y alumna 5, que no consiguieron llevar a cabo este tipo de improvisación armónica puesto que no fue posible dar fluidez al cambio de acordes.

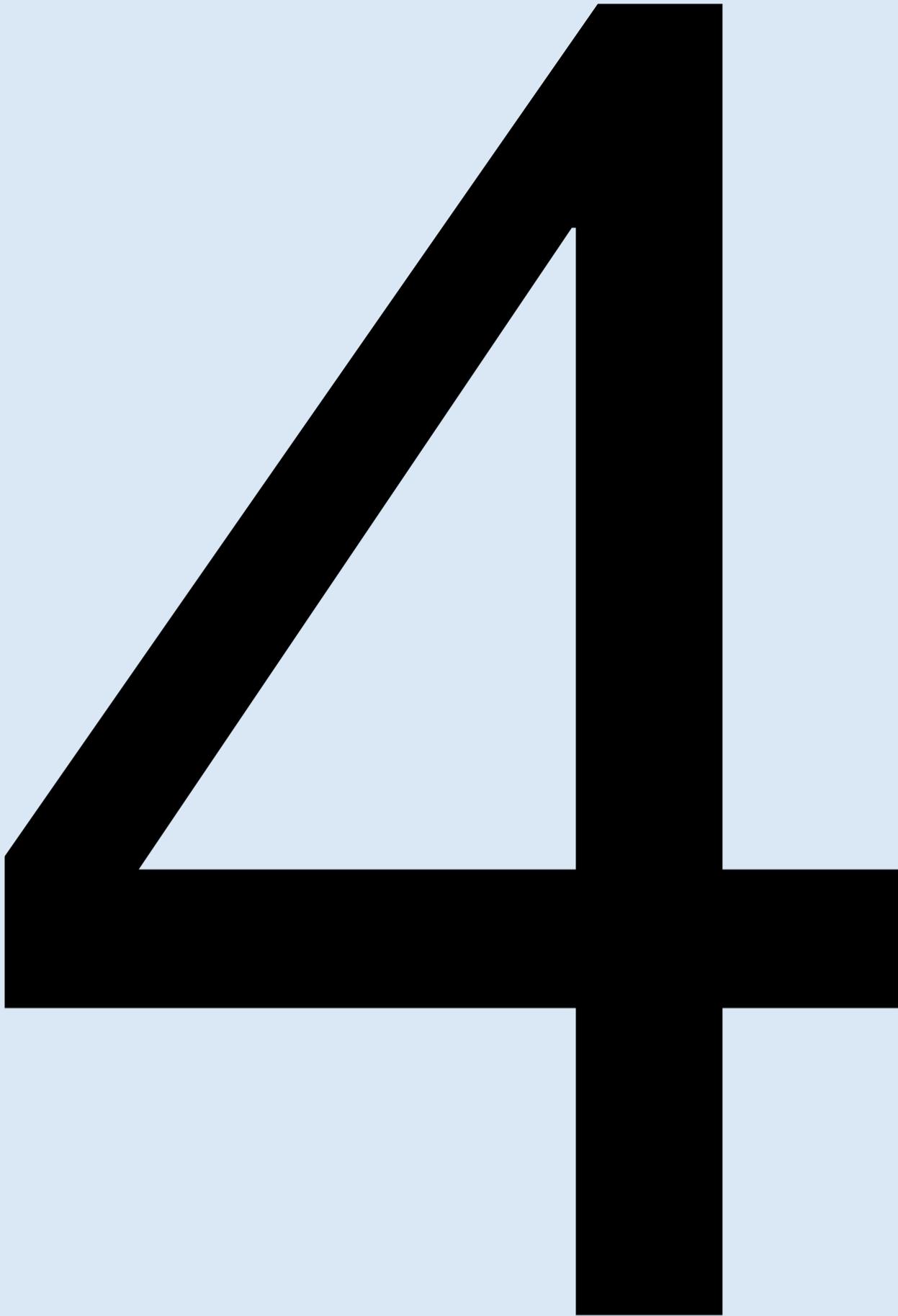
Por otra parte, a partir de la sesión 5, se empezó a integrar la improvisación melódica tras realizar la primera vista con los ejercicios de Harris (2019). Este cambio supuso contar con tiempo para integrar de manera adecuada la improvisación y para realizar también los demás ejercicios, por lo que contribuyó positivamente al manejo y organización fluida de la sesión. Algunas de las dificultades observadas en la improvisación melódica fueron las siguientes:

- La imagen de la improvisación es demasiado libre y sienten inseguridades al realizarla (1).
- No tienen claras las notas “prohibidas” tocando finalmente todas las notas (5 y 6).
- Les cuesta dar sentido musical a la frase de respuesta que tocan. (2, 3 y 5).

No obstante, a pesar de estas dificultades la sensación general fue que con el paso de las sesiones la mayor parte del alumnado fue cogiendo más confianza y seguridad a la hora de crear sus fragmentos improvisados, en especial el alumno 1.

Se puede decir que el impacto del trabajo de la consciencia corporal a todos los niveles ha beneficiado a todos los y las estudiantes, aunque a diferentes niveles. Está claro que en todos los casos se han detectado mejoras en mayor o menor medida. Por esta razón es necesario continuar aplicando estrategias que les puedan servir de manera particular para seguir avanzando a su propio ritmo.

En definitiva, en esta propuesta se buscaba dar vida al concepto de *embodiment*, tal y como lo explica Anttila (2015) en el aprendizaje musical instrumental, noción que engloba todo aquello relacionado con las sensaciones corporales, lo que se pretendía es que el alumnado experimentara y pusiera en marcha durante cada calentamiento. Quizás fuera una idea demasiado ambiciosa para desarrollar con los estudiantes de guitarra de 10 a 15 años de edad, sin embargo, los resultados han demostrado que introducir este tipo de ejercicios ha supuesto para ellos un punto de partida para la mayor conexión de su cuerpo con el instrumento, mejorando por tanto su ejecución.





# CONCLUSIONES

Apreciando el trabajo en su globalidad, este apartado se detiene a rescatar los aspectos teóricos, metodológicos y prácticos que han resultado ser de mayor relevancia e interés didáctico.

Partiendo de los objetivos que planteados inicialmente, cuyo objetivo principal era:

“Hacer una propuesta para la mejora de la interpretación musical desde un enfoque corporal consciente, que se llevará a la práctica con el alumnado de guitarra de edades comprendidas entre 10 y 15 años, al que se imparte clase en la Escuela de Música de Mendillorri”.

Se puede decir que, para conseguirlo, se tuvieron en cuenta tres objetivos específicos que permitieran llegar hasta este general, con el fin de abordar de manera completa la investigación.

El primero consistió en “Conocer las últimas investigaciones acerca de la propiocepción, consciencia corporal y su aplicación en el aprendizaje instrumental”, y para alcanzarlo se hizo uso de distintos motores de búsqueda académicos como “Google Académico”, “Dialnet”, “Red de Bibliotecas Públicas de Navarra”, etc. en los que se exploraron los términos relativos a la consciencia corporal en el aprendizaje instrumental, obteniendo como resultado fuentes bibliográficas variadas que mostraron la información disponible en torno al tema. De este proceso se puede concluir que:

1. Existe una abundante bibliografía reciente en torno a la temática de la consciencia corporal enfocada al aprendizaje instrumental. De todas las referencias consultadas se puede destacar a Offermann (2019), Fernández (2001) y Käppel (2016) que ofrecen una visión centrada en el trabajo de la propiocepción como punto de partida en la interpretación guitarrística.
2. El calentamiento antes de la práctica instrumental es esencial para preparar a todos los músicos independientemente del instrumento, tanto físicamente, como psicológicamente, estimulando el desarrollo de los mecanismos de consciencia corporal. Se destacan especialmente los ejercicios de Llobet y Molas (2005), que han sido de gran ayuda para establecer una rutina de consciencia corporal antes de comenzar a tocar en las sesiones de la propuesta.

3. La consciencia postural favorece la correcta ejecución del instrumento. Especialmente en la guitarra, tener presente la posición del cuerpo, la posición de la guitarra con respecto al cuerpo y la posición de las manos en la guitarra, tal y como propone Offermann (2019), son aspectos básicos que se han tenido en cuenta y que han supuesto un punto de partida para la adquisición de la consciencia corporal y la mejora de la habilidad técnico-interpretativa.
4. En el calentamiento específico de mano derecha, la realización de ejercicios técnicos que incluyen el *planting* como herramienta técnica, como los que propone Offermann (2019), ofrecen la experimentación de la propiocepción a niveles musculares muy específicos, y como consecuencia tienen efectos positivos en la adquisición de una técnica y mecanismo más preciso (Fernández, 2001).
5. La digitación permite establecer conexiones entre el cuerpo, la guitarra y la partitura. Los cuatro recursos seleccionados de Duque (2013), que recoge en cuanto al tratamiento de la digitación: las posibilidades del diapasón, el uso de cuerdas al aire, la preparación de la mano izquierda y la digitación de la mano derecha, han ayudado a que el vínculo entre música, guitarra y cuerpo sea más profundo.
6. Existen unas estrategias de adecuación ergonómica definidas (Tripliana, 2019) que han ayudado mucho en la práctica a la hora de gestionar problemáticas cuando se trabajaba con determinadas partituras. Este tipo de estrategias han sido clave para acercar de manera más clara la corporalidad a la intención musical.

El segundo objetivo que se planteaba en este trabajo era “Analizar de qué manera se trabaja la consciencia corporal en las clases de guitarra impartidas, qué problemáticas se encuentran, y qué se puede hacer para mejorar como docentes”, para cumplirlo, se han utilizado como herramientas de evaluación tanto la observación directa, como los recursos audiovisuales (fotografías y vídeos) recogidos, que han permitido captar el antes y el después. De este modo, se aprecia que:

1. Como punto de partida se pudo comprobar que la mayoría del alumnado no tenía muy clara la posición del cuerpo al sentarse, la posición de la guitarra con respecto al cuerpo ni la posición de las manos en la guitarra, problemas que requerían una solución.
2. Las investigaciones insistían en que una de las problemáticas comunes que impide la correcta ejecución de la guitarra es fundamentalmente la reducida atención que el alumnado otorga a la consciencia postural, algo que se ha detectado en el alumnado (Pedreira, 2015, Salazar, 2011).

El tercer objetivo específico era: “Planificar y aplicar una propuesta específica para mejorar la interpretación del alumnado enfocada hacia el trabajo de la consciencia corporal”. Para conseguirlo se adaptó la propuesta didáctica a la muestra de estudiantes disponible partiendo del trabajo de las cinco habilidades esenciales en el aprendizaje musical investigadas por McPherson (1995) integrando en cada una de ellas el trabajo de la consciencia corporal. De la planificación y aplicación de la propuesta se puede concluir que:

1. La realización de los ejercicios de calentamiento específicos de mano derecha e izquierda extraídos de Offermann (2019) contribuyó a la mejora de la posición de las manos sobre la guitarra.
2. La propiocepción aplicada a la primera vista tuvo efectos positivos en la fluidez de la lectura y en la aplicación de una correcta digitación, cometiendo por lo general menos errores en el desarrollo de los ejercicios.
3. En la música ensayada el trabajo de la propiocepción aportó autonomía al alumnado, siendo capaz de aplicar las estrategias de adecuación ergonómica convenientes cuando se requería (Tripliana, 2019).
4. Tocar de memoria supuso integrar la consciencia corporal en todos sus aspectos.
5. La aplicación de la consciencia corporal en la improvisación permitió que la realización de los ejercicios fuera más dinámica y significativa para el alumnado.

Como conclusiones generales se puede destacar que:

1. La utilización de un método basado en las habilidades musicales esenciales investigadas por McPherson (1995), ha resultado fundamental para realizar una mejor planificación de las sesiones, permitiendo trabajar contenidos ricos y diversos optimizando el tiempo de cada sesión al máximo.
2. A partir de la aplicación de esta propuesta se puede decir que:
  - Se percibe que el alumnado ha desarrollado concienciación por el cuidado del cuerpo en la realización de los calentamientos.
  - En la mayoría de los bloques trabajados los resultados obtenidos han sido positivos. No obstante, en bloque de memoria no está claro todavía, ya que en cuatro de los seis alumnos y alumnas se ha observado que en cierta medida son capaces de tocar de memoria, mientras que en dos de ellos no se ha obtenido todavía un resultado claro, al no realizar la actividad y depender excesivamente de la partitura. En este sentido, se estima que necesitarán más tiempo para integrar estos aspectos.
  - El alumnado se siente de forma generalizada más competente y cada vez más seguro en su interpretación con el instrumento.

Por último, como conclusión personal es preciso decir que la idea que este trabajo propone sobre el desarrollo de la consciencia corporal puede ayudar en un futuro tanto a nuevo alumnado, como a otros docentes. Para concluir las últimas líneas de esta propuesta volvemos a insistir en la importancia del concepto de consciencia corporal en la interpretación instrumental, especialmente en la guitarra, citando textualmente las palabras de la virtuosa guitarrista Ana Vidovic: “cuando la conciencia y el cuerpo se unen, se crea algo especial, un sonido mágico” (Del Olivo, 2022), idea que debería estar siempre presente en la pedagogía instrumental.

# LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

Contemplando la investigación desde un enfoque autocrítico es oportuno admitir que la propuesta presenta una serie de limitaciones que han repercutido de manera directa en los resultados de la misma.

Algunas de ellas se pueden englobar dentro de restricciones de carácter temporal:

- El tiempo necesario para aplicar todos estos contenidos adecuadamente dentro de cada sesión resulta escaso. Los treinta minutos de sesión de los que se dispone resultan una limitación si se pretenden trabajar de una manera profunda los contenidos planteados.
- El periodo de duración de la propuesta, 10 sesiones, hubiera tenido resultados más claros si se hubiera realizado durante un mayor número de sesiones.

Por otro lado, también se encuentran problemáticas relacionadas con la asistencia del alumnado. A lo largo de un periodo de tiempo como son las 10 sesiones planteadas es lógico que se produzcan faltas de asistencia debidas a causas diversas. Por ello, es comprensible que la continuidad de la propuesta se ha roto de alguna manera en aquellos casos en los que se han producido más ausencias. En contraste, los alumnos con menos faltas de asistencia han mostrado un progreso y mejora paulatina evidente.

La efectividad de la propuesta también dependía en parte del estudio que llevara a cabo el alumnado en casa, como era el caso de la memorización de las obras o fragmentos propuestos. En muchas ocasiones no habían invertido el tiempo suficiente para memorizar correctamente el fragmento propuesto, por lo que el trabajo de la propiocepción fuera del aula en ese sentido no llegaba a funcionar.

También se tiene en cuenta que la muestra a la que va dirigida la presente propuesta es bastante reducida. Por ello, se cree factible que realizar esta investigación con una muestra más amplia aportaría resultados más significativos.

En la misma línea, para que este trabajo hubiera sido más revelador, además de con una muestra más amplia de estudiantes, también hubiera sido interesante plantearla con una muestra más amplia de docentes.

No obstante, todas estas limitaciones identificadas se podrían tomar como ideas para futuras investigaciones. Se proponen seguidamente otros temas de investigación en torno a la temática trabajada a tener en cuenta con el fin de prosperar en la acción docente.

En otra línea de investigación se podría plantear cómo afecta el trabajo de un repertorio afín a los intereses del alumnado en la consciencia corporal. La interpretación de un repertorio personalizado y que atiende a sus gustos podría proporcionar al alumnado mayores oportunidades de disfrute, trabajando la partitura desde un enfoque centrado en las emociones y expresividad. En definitiva, el trabajo de un repertorio con el que se tiene una conexión emocional se podría plantear como recurso para la exteriorización corporal de las emociones de manera más significativa, tal y como proponen Pérez-Echeverría y Marín (2020), fomentando de esta manera también la creatividad y la motivación.

# REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Altenmüller, E., y McPherson, G. E. (2008). Motor learning and instrumental training. *Neurosciences in music pedagogy*, 5, 121-143.
- Andreu, E., y Romero, F. J. (2021). Neuromotricidad, psicomotricidad y motricidad. Nuevas aproximaciones metodológicas. *Retos*, 42, 924-938.
- Anttila, E. (2015). Embodied learning in the arts. En S. Schonmann (Ed.). En *Wisdom of the many: Key issues in arts Education. International yearbook for research in arts education* (pp. 372-377). Waxman.
- Balistreri, D. A. (1995). *Intuition and fretboard intimacy: approaching improvisation on the guitar*. San Jose State University.
- Brandon, A., y Westwood, D. (2019). How the Guitar Shapes Us. *Soundboard Vol. 45 No. 2*.
- Can, A. A. (2019). The Effect of Daily Sight Reading Studies of the Guitar Students on Sight Reading and Guitar Performance. *Educational Research and Reviews*, 14(6), 228-239.
- Carlevaro, A. (1979). *Escuela de la Guitarra*. Barry Editorial.
- Cohen, L., Manion, L. y Morrison, K. (2018) Action Research en *Research methods in education* (pp. 440-456). Routledge.
- Del Olivo, B. (2022, 8 de diciembre). Un sonido mágico. *Mundo Clásico*. Recuperado el 23 de agosto de 2023 de <https://www.mundoclasico.com/articulo/38097/Un-sonido-m%C3%A1gico>
- Després, J. P., y Dubé, F. (2014). Marco Conceptual para Ayudar al Maestro de Instrumento a Integrar la Improvisación Musical en su Práctica Pedagógica. *Revista Internacional de Educación Musical*, (2), 24-35.
- Duque, D. (2013). *La digitación en la guitarra*. Doctoral dissertation, Universidad EAFIT.

- Eguilaz, M. J. (2009). La memoria en la interpretación guitarrística. Una aproximación a su problemática. *Revista electrónica de LEEME*, (23), 29-46.
- Fernández, E. (2001). *Technique - Mechanism - Learning - an Investigation into Becoming a Guitarist*. Mel Bay.
- Forcada-Delgado, C. (2014). *Good practice in violin pedagogy: psychological aspects related to the acquisition of motor skills*. Doctoral thesis, Birmingham City University.
- Galiana, J. (2017). Los universos imaginarios de la improvisación. ¿qué nos estamos perdiendo en las aulas de música? La libre improvisación musical: fuente inagotable de inteligencia emocional. Murillo, A. y Díaz, M. (Coords.), *La mecánica de la creación sonora*, pp. 73-88.
- Glise, A. L. (2014). *Classical guitar pedagogy*. Mel Bay Publications.
- Haibach, P., Reid, G. y Collier, D. (2017). *Motor Learning and Development 2nd Edition*. Human Kinetics.
- Hallam, S. y Gaunt, H. (2012). *Preparing for Success: A Practical Guide for Young Musicians*. Institute for Education.
- Hamish, R. (2015). Imagined, Supplemental Sound in Nineteenth-Century Piano Music: Towards a Fuller Understanding of Musical Embodiment. *Music Theory Online*. 21. Recuperado el 23 de agosto de 2023 de <https://doi.org/10.30535/mto.21.3.11>
- Harris, P. (2019). *Improve your sight-reading! Guitar*. Faber music.
- Harrison, E. (2010). Challenges facing guitar education. *Music educators journal*, 97(1), 50-55.
- Haywood K.M., Robertson, M.A. y Getchell, N. (2012). *Advanced Analysis of Motor Development*. Recuperado el 23 de agosto de 2023 de <https://doi.10.5040/9781492595151>
- Käppel, H. (2016) *The Bible of Classical Guitar Technique: A detailed compendium of the fundamentals and playing techniques of 21st century classical guitar including progressively structured exercises throughout*. AMA Verlag.
- Keebler, J.R., Wiltshire, T.J., Smith, D.C., Fiore, S.M. y Bedwell, J.S. (2014). Shifting the paradigm of music instruction Implications of embodiment stemming from an augmented reality guitar learning system. *Frontiers in psychology*. 5. Recuperado el 23 de agosto de 2023 <https://doi.org/471.10.3389/fpsyg.2014.00471>.
- Kember, J. y Beech, M. (2007) *Guitar sight-reading 1 vol*. Schott Music Ltd.
- Kratus, J. (1995). A developmental approach to teaching music improvisation. *International Journal of Music Education*, (1), 27-38.
- Kunda, B. (2012). *A consideration of guitar fingering: implications for the preparation of a musical interpretation for performance and the process of writing music for the guitar*. Australian National University.

- Laguna, J. C. (2022). A primera vista. Aproximaciones al desarrollo de la lectura musical en la guitarra. Colección Amoxtli.
- Larsson, C., y Georgii-Hemming, E. (2019). Improvisation in general music education—a literature review. *British Journal of Music Education*, 36(1), 49-67.
- Leisner, D. (2018). *Playing with ease: a healthy approach to guitar technique*. Oxford University Press.
- Leman, M. y Maes, P. (2015). The Role of Embodiment in the Perception of Music. *Empirical Musicology Review*. 9. Recuperado el 23 de agosto de 2023 de <https://doi.org/10.18061/emr.v9i3-4.4498>.
- Llobet, J. R., y Molas, S. F. (2005). *A TONO. Ejercicios para mejorar el rendimiento del músico*. Paidotribo.
- Martínez, P. (2017). Guitarra y memoria: una introducción a su perspectiva teórica.
- McNiff, J. (2016). *You and your action research project*. Routledge.
- McPherson, G. E. (1995). The assessment of musical performance: Development and validation of five new measures. *Psychology of Music*, 23(2), 142-16.
- McPherson, G. E., Miksza, P., y Evans, P. (2017). Self-regulated learning in music practice and performance. En *Handbook of self-regulation of learning and performance* (pp. 181-193). Routledge.
- Musgrove, F. (2017). *Music memorization for the classical guitarist*. University of Miami.
- Ramos, C. P., Barrero, C. A. Q., y Arbeláez, A. S. (2016). Herramientas didácticas para el desarrollo técnico musical del guitarrista clásico a través de ejes problemáticos. *Cuadernos de Música, Artes Visuales y Artes Escénicas*, 11(1), 39-53.
- Riveire, J. (2006). Using improvisation as a teaching strategy. *Music Educators Journal*, 92(3), 40-45.
- Salazar, F. (2011) *Metodología para la formación de estudiantes de guitarra, a partir de la sistematización de la experiencia docente en el programa "Promotorías culturales"* Tesis doctoral.
- Sherrod, R. J. (1981). *A Guide to the Fingering of Music for the Guitar*. The University of Arizona.
- Tennant, S. (2005). *Pumping Nylon: In TAB: A Classical Guitarist's Technique Handbook*. Alfred Music.
- Torrado, J. A., Pozo, J.I. y Pérez-Echeverría, M. (2020). Expresando para dominar un instrumento: el aprendizaje de la técnica instrumental. En *Aprender y enseñar música. Un enfoque centrado en los alumnos* (pp. 255-272). Ediciones Morata.

- Tripiana, S. (2019). Estrategias eficaces de practica instrumental. Primeros pasos al estudiar una obra musical. Libargo.
- Offermann, T. (2019). *Modern guitar technique: Integrative Movement Theory for Guitarists* (M. Bethell & T. Offermann, Eds.). Ut Orpheus.
- Pérez-Echeverría, M., y Marín, C. (2020). La lectura musical. El uso de las partituras en el aprendizaje y la enseñanza de la música. En *Aprender y enseñar música. Un enfoque centrado en los alumnos* (pp.221-236). Ediciones Morata.
- Pérez-Echeverría M, López-Íñiguez, G. y Casas, A. (2020) SAPEA: Un sistema para el análisis de las prácticas en enseñanza y aprendizaje de la música. In *Aprender y enseñar música. Un enfoque centrado en los alumnos* (pp. 165-204). Ediciones Morata.
- Parncutt, R. y McPherson, G. (2002) *The Science & Psychology of Music Performance: Creative Strategies for Teaching and Learning*. Oxford Academic.
- Pedreira, M.O. (2015). Para un enfoque corporal de la técnica guitarrística. Universitaria.
- Pozo, J. I., Pérez-Echeverría, M. P., Torrado, J. A., y López-Íñiguez, G. (2020). *Aprender y enseñar música: un enfoque centrado en los alumnos*. Morata.
- Preti, C. y McFerran, K. (2015). Music and well-being during illness en McPherson G. (Ed.) en *The Child as Musician* (pp.373-385). Oxford. Recuperado el 23 de agosto de 2023 de <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780198744443.003.0020>
- Steadman, K. S. (2002). An integrated approach to beginning music-making on the classical guitar. The University of Texas at Austin.
- Syahril, E. N. A., y Arifin, A. (2022) Behavioral Difficulties in Sight-Reading: A Quantitative Study on Uitm Classical Guitarist Students.
- Varvarigou, M. (2017). Promoting collaborative playful experimentation through group playing by ear in higher education. *Research Studies in Music Education*, 39(2), 161–176. Recuperado el 23 de agosto de 2023 de <https://doi:10.1177/1321103x17704000>
- Weed, A. (2016). Improvisation in the Guitar Classroom: *Teaching Beyond the Blues Scale* (Doctoral dissertation, Radford University).

**S S S**

**O O O**

**X X X**

**W W W**

**Z Z Z**

**A A A**

# ANEXO I: DIARIO DE OBSERVACIONES POR ALUMNO, FECHA Y CONTENIDOS TRABAJADOS

## Observaciones (Alumno 1)

Sesión	Calentamiento	Primera vista	Improvisación	Música ensayada	Memoria
09/01/23	Parte de una buena postura y posición corporal con respecto a la guitarra.	- Ej. 137 y 147 (Kember y Beech, 2007). La primera vista le resulta un reto de primeras al no tener todavía las pautas y estrategias integradas.	La imagen inicial que tiene de la improvisación es que es demasiado libre y eso le crea inseguridades. Necesita tener claras ciertas pautas y contar con recursos para poder improvisar.	Obra: Packington's pound (anónimo). Trabajamos y aseguramos pasajes aplicando ritmo-lectura. Ajustamos digitaciones de mano derecha: no repetir dedos. Digitaciones de mano izquierda: nos aseguramos que se aplican de forma exacta las digitaciones escritas en la partitura.	Proponemos memorizar la pieza trabajada en música ensayada para la siguiente sesión.
16/01/23	Al realizar los ejercicios de mano derecha e izquierda se observa que tiene claros los objetivos de cada uno de ellos. Tiene una buena conciencia corporal, lo que le ayuda a realizarlos correctamente.	- Ej. 145 y 149 (Kember y Beech, 2007). Va aplicando poco a poco las pautas, pero le cuesta todavía leer de manera fluida.	Se le han explicado y proporcionado pautas para realizar una improvisación armónica. Con estas pautas ha sido capaz de improvisar 8 compases sin ningún tipo de problema. La posición de los acordes y el cambio de uno al siguiente ha sido fluido.	Obra: Packington's pound (anónimo). Aunque todavía le queda alguna duda en cuanto a rítmica, hemos revisado los compases clave para que los trabaje en casa de nuevo y la semana que viene pueda interpretarla entera pero esta vez con los pasajes ya corregidos e interiorizados. Se hace hincapié la interiorización del pulso para medir bien los pasajes en los que tiene dificultad, así como trabajarlo lento y prestando atención a los movimientos corporales.	Se observa una mejora de la propiocepción al estudiar de memoria, ya que alejarse de la partitura y memorizar la música le ha permitido observar y ajustar sus movimientos además de escucharse mejor.
23/01/23	Se aprecia una mejora de la atención y concentración en lo corporal. Ejercicios de calentamiento mano derecha e izquierda: Se aprecia una mejora del sonido al ser más consciente en el ataque de las cuerdas. La postura de la mano izquierda ha mejorado.	- Ej. 146 y 150a (Kember y Beech, 2007). Le sigue costando integrar la primera vista. Le abruma el segundo ejercicio porque le parece largo y propone que hagamos solo la mitad de compases.	Al dejarlo para el final no ha dado tiempo a revisar el apartado.	Obras: Allegretto (Carulli) y Piratas del caribe (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras). Allegretto: Interpretación en dúo y revisión de la digitación y otros aspectos técnicos. Piratas del caribe: Revisión de las digitaciones en V posición.	Packington's Pound (anónimo). Sigue la mejora de la propiocepción: ajuste de movimientos. Se revisan digitaciones de mano derecha para no repetir dedos. Repaso de compases clave.
06/02/23	FALTA				
13/02/23	Realiza los ejercicios de calentamiento de manera autónoma acordándose del orden y de los aspectos a tener en cuenta para su correcta ejecución.	- Ej. 150b. y 151 (Kember y Beech, 2007). Poco a poco se aprecia que va integrando las pautas. Repite en voz alta los pasos que hay que seguir y realiza los ejercicios sin paradas. La digitación que aplica es la correcta.	Recordamos las pautas para la improvisación armónica, aunque no nos da tiempo a hacerla.	Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras). Trabajo de aspectos rítmicos. Subdivisión del compás 6/8 e interiorización de ritmos sincopados. Desplazamiento en el mástil de V posición a I posición: ajuste de los movimientos corporales aprovechando los silencios y notas en cuerdas al aire.	Se propone a partir de esta sesión como tarea para casa grabarse en vídeo las obras que hemos ido trabajando durante todo el curso: Vals (Calatayud). Packington's pound (anónimo).

27/02/23	Adopta como rutina los ejercicios de calentamiento propuestos, los aplica de memoria e integra correctamente la propiocepción.	- Ej, 4 y 7 en C y Am (Harris, 2019). Se aprecia una mejora y cada vez va ganando más confianza en sí mismo al realizar la primera vista. Esto afecta positivamente a la fluidez del movimiento, que es mucho más relajado y dinámico.	Improvisación melódica en C y Am (Harris, 2019). Le resulta fácil improvisar en C y Am porque son tonalidades que tiene muy trabajadas. Conoce las escalas y tiene integrada la digitación necesaria que le permite moverse dentro de las tonalidades.	Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras). Se sigue trabajando en la digitación en V posición. Se tienen en cuenta aspectos de la dinámica y se relacionan teniendo en cuenta la influencia de la acción corporal.	Interpreta de memoria las obras: Vals (Calatayud). Packington's pound (anónimo). Se ahonda en aspectos dinámicos insistiendo en la necesidad de ser consciente corporalmente.
06/03/23	Integra los ejercicios de calentamiento propuestos. Integra correctamente la propiocepción. Se añade otro tipo de ejercicio en mano izquierda: "la araña", que amplía el nivel de dificultad y permite que se trabaje con más precisión los movimientos de mano izquierda recorriendo el mástil de arriba abajo.	- Ej, 1 y 2 en F (Harris, 2019). Sigue teniendo algo de dificultad en la primera vista con algunas paradas. Sin embargo, se aprecia que son dudas debidas a falta de seguridad en sí mismo.	Improvisación melódica de 4 compases en F (Harris, 2019). La improvisación en F añade la dificultad de tener que pensar en el Bb como alteración. No obstante, realiza una improvisación correcta aplicando las pautas que se le explican.	Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras). Se sigue trabajando en la digitación en V posición. Se tienen en cuenta aspectos de la dinámica y se relacionan teniendo en cuenta la influencia de la acción corporal.	Interpreta de memoria la obra: Vals (Calatayud). Se centra en aspectos expresivos y corporales, interpretando aspectos dinámicos y agógicos de forma adecuada. Refleja que la consciencia corporal está presente en todo momento.
13/03/23	Tiene totalmente integrados los ejercicios, tanto de calentamiento como de técnica de mano derecha e izquierda. La fluidez en el movimiento ha mejorado mucho y con ello el sonido.	- Ej. 2 y 5 en F (Harris, 2019). Va cogiendo más confianza en la primera vista. El primer ejercicio lo realiza sin errores. El segundo tiene alguna duda.	Improvisación melódica de 6 compases en F (Harris, 2019). Repasamos la escala para no olvidar el Bb. Se aprecia una mejora en la continuidad musical del fragmento improvisado.	Obras: Vals en sol (Fortea), Allegretto (Carulli) y Piratas del caribe (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras). - Vals en sol (Fortea): Lectura y revisión de digitación de las secciones A y B. - Piezas grupales: Repaso de aspectos interpretativos: dinámicas y agógicas.	Interpreta de memoria la obra: Vals (Calatayud). Se aprecia cada vez más naturalidad en el gesto y buen uso de los movimientos corporales, lo que afecta directamente al sonido, mucho más claro, limpio y expresivo.
20/03/23	Ya ha incorporado los ejercicios a su rutina, lo que recibe positivamente y afirma que le viene muy bien antes de empezar a tocar en casa después de estar mucho tiempo sentado en las clases del instituto.	- Ej. 3 y 7 en F (Harris, 2019). Realiza correctamente ambos ejercicios empleando una velocidad lenta pero que le permite pensar en los movimientos que va a realizar para llegar a tiempo a las notas siguientes.	Improvisación melódica tipo pregunta-respuesta utilizando la tonalidad de F.  Va cogiendo soltura y confianza en la improvisación en esta tonalidad, empleando la digitación adecuada. Demuestra conexión entre el cuerpo y expresión musical.	Obra: Vals en sol (Fortea) Sección C: revisión de digitaciones con cejilla y desplazamientos en diferentes posiciones. Estrategias de adecuación ergonómica empleadas: empleo de la gravedad a nuestro favor (Tripliana, 2019).	Interpreta de memoria: Secciones A y B de Vals en sol (Fortea). Vals Calatayud. Demuestra gran motivación e incorpora mejoras los elementos que habíamos comentado en las sesiones anteriores.
27/03/23	Se siguen realizando los ejercicios sin ningún problema.	- Ej. 1 y 2 en G (Harris, 2019). Realiza correctamente ambos ejercicios empleando una velocidad lenta pero que le permite pensar en los movimientos que va a realizar para llegar a tiempo a las notas siguientes.	Improvisación melódica tipo pregunta-respuesta utilizando la tonalidad de G. Conoce la escala de G y sus alteraciones (F#), por lo que es capaz de responder a una pregunta integrando tanto los conocimientos relativos a la tonalidad, como en el empleo de la digitación necesaria.	Obra: Vals en sol (Fortea) Repaso de la sección C: revisión de digitaciones con cejilla y desplazamientos en diferentes posiciones. Unión de secciones A, B y C con sus repeticiones.	Trabajamos aspectos técnicos unidos a la emoción, la autorregulación y las dinámicas.

# Observaciones (Alumno 2)

Sesión	Calentamiento	Primera vista	Improvisación	Música ensayada	Memoria
19/01/23	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Corrección de la postura: isquiones colocados en la parte trasera de la silla.</li> <li>- Mano izquierda: corregimos colocación y se sugiere controlar conscientemente la presión de los dedos al pisar las cuerdas para rebajar la tensión de la mano y dedos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 143 y 144 (Kember y Beech, 2007). Lleva el pulso de manera irregular y esto le hace pararse en mitad del ejercicio y medir incorrectamente los ritmos. Se ayuda contando y marcando los pulsos a la vez que realiza el ejercicio.</li> </ul>	<p>Armónica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicamos el procedimiento de improvisación armónica, aunque no da tiempo a realizarla.</li> <li>- Conoce las posiciones de los acordes, pero todavía no presenta la fluidez suficiente en los cambios entre uno y otro para realizar la improvisación propuesta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obras: Ten little indians (tradicional americana) y Allegretto (Carulli).</li> <li>- Ten little indians: Explicación de la tonalidad de D y sus alteraciones en la armadura (F# y C#), y las consecuencias que ello tiene en la digitación de mano izquierda (partiremos del traste II, donde se utilizará siempre el dedo 1). Al comienzo le cuesta adaptarse a la nueva digitación, pero poco a poco va aplicándola correctamente.</li> <li>- Allegretto (Carulli): Empezamos leyendo el tema A de la obra. Se trabaja el compás de 6/8 subdividiendo de manera ternaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se propone para la semana siguiente tocar de memoria Ten little indians (tradicional americana).</li> <li>- Se proporcionan estrategias relativas a la propiocepción que le ayudarán a memorizarla (Käppel, 2016).</li> </ul>
16/01/23	FALTA				
23/01/23	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejora de la propiocepción y del sonido.</li> <li>- Mano izquierda: Tiene una buena posición, pero necesita ser más preciso con las digitaciones propuestas. Es necesario que trabaje los movimientos de manera lenta y consciente, visualizando e interiorizando el movimiento para que utilice la musculatura de la manera más eficiente posible.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 145 y 146 (Kember y Beech, 2007). Se siguen recordando las pautas para realizar la lectura a primera vista. Al tratarse de bajos, a veces confunde una nota con otra por el número de líneas adicionales. Por ello hacemos un repaso rápido de las notas después de realizar la primera vista.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El alumno llega con 10 minutos de retraso y no da tiempo a realizar el bloque. Se da prioridad a otros contenidos en esta sesión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obra: Allegretto (Carulli). Repaso del tema A con precisión en la medida.</li> <li>- Necesita más estudio en casa. Para la semana que viene deberá estudiar la pieza junto con un audio que se le ha proporcionado para ensayar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No ha dado tiempo a tocar de memoria.</li> </ul>
06/02/23	<p>Interioriza los ejercicios propuestos de forma adecuada. Se aprecia una mejora en la postura y en la colocación de la mano izquierda en el diapasón. Se propone que para la siguiente sesión se grabe en vídeo estudiando. Se proporcionan las pautas para realizar la grabación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 147 y 148 (Kember y Beech, 2007). Sigue teniendo alguna dificultad cuando aparecen notas con líneas adicionales y le cuesta interpretar los ritmos de manera precisa (blancas, corcheas).</li> </ul>	<p>Armónica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repasamos acordes y su unión para intentar hacer 4 compases.</li> </ul>	<p>Obra: Allegretto (Carulli).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajamos la partitura por frases. Insistimos en abordar la partitura desde diferentes secciones y no siempre desde el principio.</li> <li>- Corregimos la posición y el ataque en la mano derecha en la sección en la que se combina el pulgar con el dedo índice y medio, para dar más agilidad a la sección. Es consciente que con el cambio de posición y forma de atacar la cuerda el sonido y velocidad mejoran y aplica el cambio conscientemente y de manera autónoma a partir de este momento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ten little indians (tradicional americana). Intenta tocar de memoria, pero se le olvidan las notas. Necesita leer la partitura antes de tocarla de memoria. Se insiste en la necesidad de estudiar de memoria para interiorizar los movimientos y ser más consciente de lo que se está haciendo.</li> </ul>
13/02/23	<p>Sigue realizando los ejercicios propuestos de manera consciente y prestando atención a los detalles que lo requieren tanto de postura como de posición de las manos al tocar. Analizamos su postura tocando en la grabación y recordamos la importancia de mantener siempre la misma independientemente de si se está en el aula, que si se está en casa. No debe cambiar según el contexto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 149 y 150 (Kember y Beech, 2007). Le cuesta interpretar las corcheas, por ello se interpreta el ejercicio con palmas una vez antes de tocar.</li> </ul>	<p>Armónica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Improvisación con grados I, IV y V.</li> <li>- Todavía le cuesta unir un acorde con el siguiente, pero se observa mejora con respecto a las pasadas sesiones.</li> </ul>	<p>Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) hasta enlace.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se trabaja la partitura desde el inicio y por frases.</li> <li>- Marcar muy bien el pulso le ayuda a hacerlo mejor.</li> <li>- Existe cierta inseguridad con el uso de la digitación de mano izquierda en momentos puntuales.</li> <li>- Concentra su atención en aquello que quiere mejorar siendo consciente de los movimientos que está realizando.</li> <li>- Tocar el ritmo de oído es una herramienta que le sirve para interpretar mejor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proponemos que siga tocando de memoria algunas obras que no hemos trabajado en clase para seguir recordándolas.</li> </ul>
27/02/23	<p>Pone en marcha los mecanismos de consciencia corporal que estamos trabajando día a día en esta parte de la clase. Para que él sea consciente de que lo está haciendo bien, se le hace una foto cuando está realizando los ejercicios de calentamiento de mano izquierda. Analizamos la foto para recordar todo lo que estamos haciendo bien.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 4 y 7 de Harris (2019) en C y Am. Recordamos las pautas una por una para que sea capaz de aplicarlas en estos ejercicios. Todavía se le resiste el ritmo y se observan paradas debidas a inseguridad en la lectura de las notas y su posición en el diapasón.</li> </ul>	<p>Melódica en C y Am.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repasamos la escala de C y de Am localizando las notas que debemos emplear para la improvisación.</li> <li>- Realiza de manera correcta una improvisación melódica de 4 compases en compás de 2/4 en C y en Am aplicando las pautas sugeridas.</li> </ul>	<p>Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) desde enlace.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se trabaja la obra desde el enlace hacia delante.</li> <li>- Lo que más cuesta es interpretar los silencios. Para ello se aplican pautas de precisión rítmica contando bien cada pulso, así como cantando la melodía previamente para trabajar el oído y la memoria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ten little indians (tradicional americana). Depende de la partitura.</li> </ul>

06/03/23	<p>Apreciamos que ya prácticamente integra todo lo necesario en los ejercicios, manteniendo una buena postura, siendo consciente de los movimientos requeridos en cada mano.</p>	<p>- Ejercicios 1 y 2 de Harris (2019) en F.</p> <p>Se aprecia autonomía en la aplicación de los pasos de la primera vista, realizando los ejercicios propuestos de manera correcta.</p>	<p>Melódica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repasamos la escala de F localizando las notas que debemos emplear para la improvisación, (Bb).</li> </ul>	<p>Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) desde el desarrollo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se trabaja el desarrollo de la obra.</li> <li>- Se aprecia bastante dificultad en la interpretación de los ritmos sincopados.</li> </ul> <p>Para solucionar esto subdividimos bien los ritmos para interiorizarlos.</p>	<p>La sugerimos como tarea para trabajar en casa de manera semanal. Sugerimos también que se grabe tocando de memoria, puesto que le puede aportar muchos beneficios.</p>
13/03/23	<p>A partir de ahora se introducen nuevos ejercicios de mano derecha: los arpeggios combinando p,i,m,a y p,a,i,m. La introducción de nuevos elementos técnicos ayudará a desarrollar otros aspectos de consciencia corporal y a integrar otros mecanismos básicos.</p> <p>Se aprecia que la continuidad en la realización de estos ejercicios de forma rutinaria está beneficiando que adopte buenos hábitos posturales y de consciencia corporal.</p>	<p>- En esta sesión damos prioridad al trabajo de la música ensayada.</p>	<p>- No realizamos improvisación en esta sesión.</p>	<p>Obras: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) y Allegretto (Carulli).</p> <p>Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajamos con una nueva versión de la partitura más reducida y simplificada. Se aprecia que la modificación de la partitura ayuda a su mejor interpretación.</li> <li>- Tiene más claras las medidas e interpreta correctamente cada una de las secciones en las que dividimos la partitura.</li> <li>- Tocamos a dúo la partitura y se aprecia que ya ha integrado los ritmos que habíamos trabajado en las sesiones anteriores.</li> <li>- Centramos nuestra atención en los matices o dinámicas, vinculando la música con el movimiento del cuerpo.</li> </ul> <p>Allegretto (Carulli):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tocamos a dúo la partitura.</li> <li>- Todavía hay dos secciones que necesitan ser trabajadas con más precisión y las revisamos aplicando diferentes estrategias.</li> </ul>	<p>La memorización queda en esta sesión en segundo plano. Recordando que es una tarea que debe realizarse cada semana y trabajarse en casa para llevarla posteriormente al aula.</p>
20/03/23	<p>Se introducen dos nuevas combinaciones de arpeggios en los ejercicios de mano derecha: p,m,i,a y p,i,a,m.</p>	<p>- Ejercicios 2 y 5 de Harris (2019) en F.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recuerda y es capaz de aplicar los pasos de la primera vista de manera autónoma.</li> <li>- Realiza correctamente ambos ejercicios.</li> </ul>	<p>Melódica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repasamos la escala de F localizando las notas que debemos emplear para la improvisación, (Bb).</li> <li>- Realizamos una improvisación libre siguiendo algunas pautas.</li> </ul>	<p>Obras: How do you do (tradicional americana) y repaso Allegretto (Carulli).</p> <p>How do you do (tradicional americana):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizamos una primera lectura sin instrumento de la partitura, analizando los aspectos importantes a tener en cuenta antes de empezar a tocar: tonalidad, compás, ritmos, tesitura, etc.</li> </ul> <p>Allegretto (Carulli):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repasamos la partitura de arriba abajo para detectar errores y solucionarlos.</li> </ul>	<p>Se propone la memorización de al menos la primera frase que hemos trabajado en el aula de la pieza How do you do (tradicional americana).</p>
27/03/23	<p>Se introducen dos nuevas combinaciones de arpeggios en los ejercicios de mano derecha: p,a,i,m y p,i,m,a.</p>	<p>- Ejercicios 3 y 7 de Harris (2019).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplica correctamente los pasos de lectura a primera vista realizando correctamente ambos ejercicios.</li> </ul>	<p>Melódica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repasamos la escala de F localizando las notas que debemos emplear para la improvisación, (Bb).</li> <li>- Realizamos una improvisación pregunta-respuesta siguiendo algunas pautas.</li> </ul>	<p>Obra: How do you do (tradicional americana).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presenta dificultad en la unión del bajo simultáneo con la melodía.</li> <li>- Se proponen ejercicios técnicos aislados para trabajar este aspecto.</li> </ul>	<p>Primera frase de How do you do (tradicional americana).</p> <p>Tiene dificultades para interpretar el fragmento propuesto de memoria debido a dificultades en la técnica.</p>

# Observaciones (Alumno 3)

Sesiones	Calentamiento	Primera vista	Improvisación	Música ensayada	Memoria
09/01/23	<p>Recibe muy bien los ejercicios de calentamiento y realizándolos concentrada y mostrando interés.</p> <p>En los ejercicios de posición ponemos insistencia en la postura, la posición de la mano izquierda y posición y ataque en la mano derecha.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 28 y 29 (Kember y Beech, 2007). Ejercicios de primera vista de cuerdas al aire.</li> <li>- Le cuesta todavía identificar las notas, pero se le proporcionan ayudas para ser capaz de diferenciarlas y asociarlas con las cuerdas.</li> <li>- Con las pautas dadas es capaz de realizar la primera vista correctamente.</li> </ul>	<p>Explicada, no ha dado tiempo a realizarla.</p>	<p>Obras: The jolly Miller (tradicional inglesa) y Allegretto (Carulli) 1ª frase.</p> <p>The jolly Miller (tradicional inglesa):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leemos por frases la pieza e identificamos los fragmentos que se repiten para no volver a repetirlos durante el estudio.</li> <li>- Detectamos algunos saltos interválicos que pudieran resultar difíciles de leer y por tanto de interpretar y los trabajamos aisladamente.</li> <li>- Concretamos las digitaciones tanto de mano izquierda como de mano derecha.</li> </ul> <p>Allegretto (Carulli)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizamos una lectura general de la partitura y de su estructura para dividir el estudio de la misma.</li> <li>- En la siguiente sesión seguiremos leyendo frase por frase.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se aportan las pautas para memorizar.</li> <li>- Para la semana que viene The Jolly Miller (tradicional inglesa).</li> </ul>
16/01/23	<p>Todavía está asentando la posición de las manos con respecto a la guitarra. No obstante, su posición corporal es buena. La ha integrado correctamente desde el principio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 51 y 52 (Kember y Beech, 2007).</li> <li>- Todavía no controla la lectura a primera vista. Le faltan localizar las notas en el diapasón.</li> <li>- Tiende a utilizar el pulgar en cualquier cuerda en lugar de alternar índice y medio.</li> </ul>	<p>Armónica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Improvisación en C compás 4/4, I – IV – V, 6 compases.</li> <li>- Tiene bastante fluidez cambiando las posiciones de los acordes y realiza correctamente una secuencia de acordes en C.</li> </ul>	<p>Obras: The jolly Miller (tradicional inglesa) y Allegretto (Carulli).</p> <p>The jolly Miller (tradicional inglesa): repaso y dudas.</p> <p>Allegretto (Carulli)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajamos por frases.</li> <li>- Trabajo de lectura y localización en el diapasón de las notas que vamos a tocar.</li> <li>- Revisión de digitaciones y posición de manos derecha e izquierda para conseguir el mejor sonido posible.</li> <li>- Para la semana que viene se le sugiere tener las dos primeras frases trabajadas para ir cogiendo velocidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- The jolly Miller (tradicional inglesa): Como no le ha dado tiempo a estudiar de memoria, se le sugiere grabar en casa un vídeo tocando de memoria.</li> </ul>
23/01/23	<p>Ha incorporado correctamente la posición de mano izquierda y de las digitaciones utilizando los dedos correctos en los ejercicios técnicos que proponemos.</p> <p>Sigue trabajando correctamente los ejercicios de calentamiento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 53 y 124 (Kember y Beech, 2007).</li> <li>- Va mejorando la primera vista poco a poco, aunque todavía tiene que interiorizar la posición de los dedos de la mano izquierda en el mástil.</li> <li>- En cuanto a la mano derecha, ya utiliza correctamente la combinación de índice y medio, sin repetir dedos.</li> </ul>	<p>No ha dado tiempo a realizar el bloque de improvisación.</p>	<p>Obra: Allegretto (Carulli).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajamos la pieza de Allegretto en clase lentamente asegurando digitaciones y notas.</li> <li>- Para la semana que viene tener la partitura entera trabajada con el audio.</li> <li>- Ir leyendo la partitura de Piratas del Caribe e ir descifrando las notas de los bajos. La veremos la semana que viene.</li> </ul>	<p>Interpreta correctamente de memoria The jolly Miller (tradicional inglesa). Se van corrigiendo algunos aspectos musicales y técnicos tras la interpretación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se le recuerda trabajarla y tenerla memorizada para sesiones posteriores.</li> </ul>
06/02/23	<p>Realiza correctamente los ejercicios propuestos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 127 y 128 (Kember y Beech, 2007).</li> <li>- El nivel de complejidad es mayor y tiene algunas dificultades en la decodificación de las notas y de su colocación en el diapasón.</li> <li>- Se observa bastante mejora en la lectura de las notas graves.</li> </ul>	<p>No ha dado tiempo a realizar el bloque de improvisación.</p>	<p>Obras: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) y Allegretto (Carulli).</p> <p>Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis de la partitura por frases y localización de posibles dificultades por saltos interválicos grandes o digitaciones que puedan resultar complejas.</li> <li>- Trabajo de lectura y localización en el diapasón de las notas que vamos a tocar.</li> </ul> <p>Allegretto (Carulli).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repaso de la obra de arriba a abajo.</li> <li>- Enlazamos unas frases con otras.</li> <li>- Insistimos en el trabajo de la obra con el audio para trabajar la velocidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tarea para casa.</li> </ul>
13/02/23	<p>Realiza correctamente y con autonomía los ejercicios propuestos.</p> <p>Se le sugiere que se grabe en casa estudiando cualquiera de las piezas que hemos visto en clase, así, en la siguiente sesión podemos analizar su postura y solucionar los problemas corporales que surjan durante el estudio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 135 y 141 (Kember y Beech, 2007).</li> <li>- Va reconociendo y asociando las notas con los movimientos y digitaciones que corresponden.</li> <li>- Todavía le falta aplicar un pulso constante sin paradas.</li> </ul>	<p>No ha dado tiempo a realizar el bloque de improvisación.</p>	<p>Obras: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) y Allegretto (Carulli).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguimos trabajando al igual que la sesión pasada las mismas obras centrándonos en diferentes aspectos técnicos.</li> <li>- Tocamos las piezas a dúo hasta donde corresponde para seguir practicando.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interpreta The jolly Miller (tradicional inglesa) de memoria, se aprecia que ha trabajado pensando en los movimientos corporales, porque se le observa muy segura.</li> </ul>

27/02/23	<p>Tras realizar los ejercicios de calentamiento analizamos el vídeo de estudio grabado en casa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Horizontalidad/verticalidad de la guitarra: en casa no tiene pisón y se aprecia que la guitarra está colocada de manera muy horizontal.</li> <li>- La postura es en general correcta.</li> <li>- Las manos están correctamente colocadas con respecto a la guitarra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ej, 4 y 7 en C y Am (Harris, 2019).</li> <li>- Cada vez va cogiendo más soltura a la hora de leer a primera vista.</li> </ul>	<p>Melódica: Improvisación en C (repaso escala).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sigue las pautas que se le han proporcionado para improvisar.</li> <li>- Realiza correctamente la improvisación propuesta.</li> </ul>	<p>Obras: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) y Allegretto (Carulli). Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Terminamos de montar Piratas del caribe empezando desde el enlace hasta el final.</li> <li>- Cuando ya está segura la interpretamos a dúo.</li> </ul> <p>Allegretto (Carulli):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tocamos a dúo la pieza.</li> <li>- Insistimos en las entradas en anacrusa, que deben ir muy precisas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tarea para casa.</li> </ul>
06/03/23	<p>Introducimos los arpeggios como ejercicio de mano derecha: p,a,m,i - p,m,a,i. Introducimos también un nuevo ejercicio de mano izquierda: bajada y subida cromática por el mástil, que permite trabajar con más consciencia la mano izquierda, al tener movimientos más precisos y continuos.</p> <p>Se realiza una foto de su posición en clase para analizar y observar que está correctamente colocada mientras realiza los ejercicios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 1 y 2 de Harris (2019).</li> <li>- Es capaz de localizar todos los Bb que tenemos en primera posición sin ayuda.</li> <li>- A la hora de leer el ejercicio se da cuenta de que no hay ningún Bb.</li> </ul>	<p>Melódica: - Improvisación pautada en F. Repaso escala de F y localización de las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y dónde se colocan en la guitarra.</p>	<p>Obra: Fray Martin (tradicional)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis de la partitura por frases y localización de posibles dificultades por saltos interválicos grandes o digitaciones que puedan resultar complejas.</li> <li>- Trabajo de lectura y localización en el diapasón de las notas que vamos a tocar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fray Martin (tradicional) para la semana que viene.</li> </ul>
13/03/23	<p>Introducimos una combinación nueva de arpeggios de mano derecha: p,i,a,m y p,m,i,a.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mano izquierda: Va ajustando los movimientos adecuadamente y dándose cuenta de que cuanto menor sea el esfuerzo que se haga con los dedos, mayor fluidez tendremos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 2 y 5 de Harris (2019).</li> <li>- Realiza correctamente los ejercicios propuestos. No obstante, presenta algún error en la medida de las notas.</li> </ul>	<p>Melódica: - Improvisación libre en F. Repaso escala de F y localización de las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y donde se colocan en la guitarra.</p>	<p>Obras: Allegretto (Carulli) y Boogie Blues.</p> <p>Allegretto (Carulli): Repaso a dúo de la obra.</p> <p>Boogie Blues.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis de la partitura por frases y localización de posibles dificultades por saltos interválicos grandes o digitaciones que puedan resultar complejas.</li> <li>- Trabajo de lectura y localización en el diapasón de las notas que vamos a tocar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fray Martin (tradicional).</li> </ul>
20/03/23	<p>Introducimos otra combinación de arpeggios de mano derecha: p,i,m,a y p,m,a,i.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Va cogiendo soltura en la realización de ejercicios técnicos de mano izquierda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 5 y 6 de Harris (2019).</li> <li>- Es necesario marcarle el compás para que respete las duraciones de las notas y silencios.</li> </ul>	<p>Melódica: - Improvisación tipo pregunta-respuesta en F. Repaso escala de F y localización de las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y donde se colocan en la guitarra.</p>	<p>Obra: Boogie Blues (Hal Leonard)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Como la sesión anterior ya la leímos, ahora la trabajamos de memoria por frases.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Boogie blues (Hal Leonard).</li> </ul>
27/03/23	<p>Combinación nueva de arpeggios de mano derecha: p,a,i,m y p,i,m,a.</p> <p>Cada vez le cuesta menos realizar los arpeggios y aplica adecuadamente el <i>planting</i>.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 3 y 7 de Harris (2019).</li> <li>Todavía le falta fluidez en la lectura de notas y tiene dudas en la ubicación de las notas en el mástil. Sin embargo, si se le pregunta oralmente dónde se ubica una nota la sabe colocar, por lo que se entiende que la decodificación y relación con el movimiento de los dedos está todavía en proceso.</li> </ul>	<p>Melódica: - Improvisación libre en F. - Repaso de la escala con las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y localización en el diapasón.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se proporcionan las pautas necesarias para llevarla a cabo.</li> <li>- Le cuesta pensar en notas y posiciones de los dedos a la vez, por lo que la frase que interpreta todavía no es muy musical, pero procura tocar las notas pertenecientes a la escala.</li> </ul>	<p>Obra: Greensleeves (anónima).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis de la partitura por frases y localización de posibles dificultades por saltos interválicos grandes o digitaciones que puedan resultar complejas.</li> <li>- Trabajo de lectura y localización en el diapasón de las notas que vamos a tocar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Boogie Blues (Hal Leonard). La memorización es un aspecto que todavía le cuesta, pero se aprecia que lo está trabajando y que aplica estrategias motrices para acordarse de las notas que va a tocar.</li> </ul>

# Observaciones (Alumno 4)

Sesiones	Calentamiento	Primera vista	Improvisación	Música ensayada	Memoria
09/01/23	Parte de una buena postura y posición corporal con respecto a la guitarra.	- Ejercicios 143 y 147 (Kember y Beech, 2007). Con las pautas dadas realiza muy bien los ejercicios de primera vista.	No ha dado tiempo a realizar el bloque de improvisación.	Obra: How do you do (tradicional americana). - Realizamos una primera lectura sin instrumento de la partitura, analizando los aspectos importantes a tener en cuenta antes de empezar a tocar. - Seguimos los pasos que nos ofrece la primera vista para realizar la lectura de la pieza propuesta.	- How do you do (tradicional americana) para la siguiente sesión.
16/01/23	Realiza los ejercicios de calentamiento y los recibe muy bien entendiendo la necesidad de movilizar los músculos antes de tocar. Presenta buena postura corporal. Mano derecha: se insiste en la posición de la mano y el ataque con ángulo de las cuerdas.	- Ejercicios 145 y 149 (Kember y Beech, 2007). Se le comenta que es necesario interiorizar las posiciones y digitaciones mentalmente sin colocar las manos en la guitarra.	Armónica: - Improvisación en C compás 4/4, I – IV – V, 6 compases. - Presenta fluidez en el cambio de acordes y es capaz de realizar correctamente una secuencia de acordes en tonalidad de C.	Obras: Allegretto (Carulli) - Trabajamos la pieza, ya que la sesión pasada no nos dio tiempo. La leemos analizando la estructura, localizando las frases que se repiten para no repetirlos durante el estudio.	- How do you do (tradicional americana): como no ha tenido tiempo de estudiar de memoria, se le sugiere grabar en casa un vídeo haciéndolo.
23/01/23	- Va mejorando la posición de la mano derecha: pulgar adelantado con respecto de los otros dedos.	- Ejercicios 146 y 150 (Kember y Beech, 2007). - Consigue visualizar mentalmente las notas sin probarlas físicamente en el mástil. - Analiza correctamente la estructura del ejercicio y lo interpreta correctamente, segura y sin fallos.	No ha dado tiempo a realizar el bloque de improvisación.	Obras: Allegretto (Carulli) y Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras). Allegretto (Carulli): - Interpretamos la pieza a dúo. - Toca correctamente y aseguramos algunos pasajes en los que hay dudas. Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras): - Empezamos a leer Piratas del Caribe. Continuaremos la sesión siguiente. - Comentamos la V posición y la digitación correspondiente.	- Tarea para casa: Seguir con How do you do y/o con otro tipo de pieza o canción que quiera memorizar para tocar posteriormente (también valen canciones con acordes).
06/02/23	Realiza correctamente los ejercicios de calentamiento y cada vez presenta mayor fluidez en los movimientos tanto de mano derecha como de mano izquierda.	- Ejercicios 151 y 152 (Kember y Beech, 2007). - Realiza correctamente ambos ejercicios sin probar las notas en el mástil. - Mantiene el ritmo sin dificultad.	Armónica: - Improvisación en C compás 4/4, I – IV – V, 6 compases. - Improvisa con fluidez la secuencia de acordes en C.	Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras). - Lectura y análisis general de la partitura y se realiza el aislamiento de fragmentos que puedan resultar más complicados para trabajarlos aparte.	- Tarea para casa: Héroes del sábado (La M.O.D.A).
13/02/23	FALTA				
27/02/23	Realiza con autonomía todos los ejercicios propuestos y de manera correcta.	- Ejercicios 4 y 7 (Harris, 2019) en C y Am. - Mantiene el pulso correctamente aunque algunas veces se para por inseguridad en la lectura.	Melódica: - Improvisación pautada en C. Repaso escala de C y localización de las notas en el diapasón.	Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras). - Repaso de aspectos rítmicos. Subdivisión del compás 6/8 e interiorización de ritmos sincopados. - Desplazamiento en el mástil de V posición a I posición: ajuste de los movimientos corporales aprovechando los silencios y notas en cuerdas al aire.	Canción acordes: Héroes del sábado (La M.O.D.A). Memoriza la secuencia de acordes para interpretar la canción.
06/03/23	Introducimos los arpeggios como ejercicio de mano derecha: p,a,m,i - p,m,a,i. Introducimos también un nuevo ejercicio de mano izquierda: bajada y subida cromática por el mástil, que permite trabajar con más consciencia la mano izquierda, al tener movimientos más precisos y continuos.	- Ejercicios 1 y 2 de Harris (2019) en F. - Realiza ambos ejercicios sin problemas.	Melódica: - Improvisación libre en F. Repaso escala de F y localización de las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y donde se colocan en la guitarra.	Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras). - Se sigue trabajando en la digitación en V posición.	- Tarea para casa: Play date (Melanie Martínez).
13/03/23	Introducimos una combinación nueva de arpeggios de mano derecha: p,i,a,m y p,m,i,a.  - Mano izquierda: bajada y subida cromática por el mástil.	- En esta sesión damos prioridad al trabajo de la música ensayada.	- En esta sesión no realizamos el bloque de improvisación.	Obras: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) y Allegretto (Carulli). Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) - Se sigue trabajando en la digitación en V posición uniendo fragmentos. - Se siente cada vez más segura tocando en otra posición que no es la I. Allegretto (Carulli). - Repaso y tocar a dúo.	Canción acordes: Play date (Melanie Martínez) Memoriza la secuencia de acordes para interpretar la canción.

20/03/23	<p>Introducimos una combinación nueva de arpegios de mano derecha: p,i,a,m y p,m,i,a.</p> <p>- Mano izquierda: Va ajustando los movimientos adecuadamente y dándose cuenta de que cuanto menor sea el esfuerzo que se haga con los dedos, mayor fluidez tendremos.</p>	<p>- Ejercicios 2 y 5 de Harris (2019).</p> <p>- Realiza ambos ejercicios sin ningún tipo de problema.</p>	<p>Melódica:</p> <p>- Improvisación tipo pregunta-respuesta en F. Repaso escala de F y localización de las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y donde se colocan en la guitarra.</p>	<p>Obras: Au du lieber Augustin (tradicional alemana).</p> <p>- Lectura y análisis general de la partitura y se realiza el aislamiento de fragmentos que puedan resultar más complicados para trabajarlos aparte.</p>	<p>- Tarea para casa: Cake (Melanie Martínez).</p>
27/03/23	<p>Introducimos otra combinación de arpegios de mano derecha: p,i,m,a y p,m,a,i.</p> <p>- Va cogiendo soltura en la realización de ejercicios técnicos de mano izquierda.</p>	<p>- Ejercicios 3 y 7 de Harris (2019).</p> <p>Ya es capaz de hacer una primera vista sin prácticamente dudar. Ha mejorado mucho desde el principio de curso.</p>	<p>Melódica:</p> <p>- Improvisación libre en F.</p> <p>- Repaso de la escala con las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y localización en el diapasón.</p> <p>- Realiza con soltura una improvisación libre con las pautas propuestas.</p>	<p>Obras: Au du lieber Augustin (tradicional alemana).</p> <p>- El trabajo de esta obra se acompaña con una fotocopia en la que se trabajan notas simultáneas como ejercicio técnico.</p>	<p>Canción acordes: Cake (Melanie Martínez)</p> <p>Memoriza la secuencia de acordes para interpretar la canción.</p>

# Observaciones (Alumno 5)

Sesiones	Calentamiento	Primera vista	Improvisación	Música ensayada	Memoria
09/01/23	FALTA				
16/01/23	Buena predisposición al realizar los ejercicios de calentamiento.	- Ejercicios 143 y 144 (Kember y Beech, 2007). Puntos de mejora: - Intentar interiorizar las posiciones y digitaciones mentalmente sin colocar las manos en la guitarra. - Trabajar más las notas y su ubicación en el mástil, todavía cuesta un poco ubicar algunas, sobre todo las notas bajas (4ª, 5ª y 6ª cuerda).	- Explicamos el procedimiento de improvisación armónica pero no da tiempo. - Conoce las posiciones de los acordes, pero todavía no presenta la fluidez suficiente en cambios para realizar la improvisación propuesta.	Obra: Allegretto (Carulli). - La leemos analizando la estructura, localizando las frases que se repiten para no repetir las durante el estudio. - Digitamos la partitura y aclaramos dudas que van surgiendo en torno a ubicación de las notas, ritmos, etc.	- Oda a la alegría (Beethoven). Depende de la partitura.
23/01/23	Posición: - Se esfuerza en mejorar la posición de los dedos de la mano derecha e izquierda. - Tiene claro cómo se colocan "en punta y manteniendo la curva".	- Ejercicios 145 y 146 (Kember y Beech, 2007). - Necesita repasar la lectura de notas en cuerdas graves. Utilizaremos la pieza de música ensayada para repasarlas.	No ha dado tiempo a realizar el bloque de improvisación.	Obras Allegretto (Carulli). - Tocamos la obra a dúo y repasamos dudas de digitaciones. - Centramos nuestra atención en sacar un buen sonido y fuerte para que se escuche aplicando pautas de movimiento con los dedos de mano derecha. - En la clase siguiente nos centraremos en leer la voz que le toca de piratas del caribe para repasar las notas graves y que lo pueda ir trabajando en casa junto con el audio.	- Tarea para casa.
06/02/23	Vídeo de trabajo personal en casa.	- Ejercicios 147 y 148 (Kember y Beech, 2007). Sigue teniendo alguna dificultad cuando aparecen notas con líneas adicionales y le cuesta interpretar los ritmos de manera precisa (blancas, corcheas).	Armónica: - Repasamos acordes y su unión para intentar hacer 4 compases.	Obras: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) y Allegretto (Carulli). Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras): - Análisis de la partitura por frases y localización de posibles dificultades por saltos interválicos grandes o digitaciones que puedan resultar complejas. - Trabajo de lectura y localización en el diapasón de las notas que vamos a tocar. Allegretto (Carulli). - Repaso de la obra de arriba a abajo. - Enlazamos unas frases con otras. - Insistimos en el trabajo de la obra con el audio para trabajar la velocidad.	- Tarea para casa.
13/02/23	FALTA				
27/02/23	Analizamos el vídeo grabado en casa. - Silla.	- Ejercicios 4 y 7 (Harris, 2019) en C y Am. - Mantiene el pulso correctamente, aunque algunas veces se para por inseguridad en la lectura.	Melódica: - Improvisación pautada en C. Repaso escala de C y localización de las notas en el diapasón.	Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) y Allegretto (Carulli). - Se hace un repaso general de ambas obras.	- Tarea para casa.
06/03/23	Introducimos una combinación nueva de arpegios de mano derecha: p,a,m,i y p,m,a,i. - Mano izquierda: Va ajustando los movimientos adecuadamente y dándose cuenta de que cuanto menor sea el esfuerzo que se haga con los dedos, mayor fluidez tendremos.	- Ejercicios 1 y 2 de Harris (2019). Se aprecia autonomía en la aplicación de los pasos de la primera vista, realizando los ejercicios propuestos de manera correcta.	Melódica: - Improvisación libre en F. Repaso escala de F y localización de las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y donde se colocan en la guitarra.	Obra: How do you do (tradicional americana). - Realizamos una primera lectura sin instrumento de la partitura, analizando los aspectos importantes a tener en cuenta antes de empezar a tocar: tonalidad, compás, ritmos, tesitura, etc.	How do you do (tradicional americana), trabajada en clase para la semana que viene entera.
13/03/23	Introducimos una combinación nueva de arpegios de mano derecha: p,i,a,m y p,m,i,a. - Mano izquierda: Va ajustando los movimientos adecuadamente y dándose cuenta de que cuanto menor sea el esfuerzo que se haga con los dedos, mayor fluidez tendremos.	- Ejercicios 5 y 6 de Harris (2019). - Es necesario marcar el compás para que respete las duraciones de las notas y silencios.	Melódica: - Improvisación tipo pregunta-respuesta en F. Repaso escala de F y localización de las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y donde se colocan en la guitarra.	Obras: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) y Allegretto (Carulli). - Se hace un repaso general de ambas obras.	- No le ha dado tiempo a memorizar la pieza propuesta.
20/03/23	FALTA				
27/03/23	Arpegios: Introducimos otra combinación de arpegios de mano derecha: p,i,m,a y p,m,a,i. - Va cogiendo soltura en la realización de ejercicios técnicos de mano izquierda.	- Ejercicios 3 y 7 de Harris (2019). - Todavía le falta fluidez en la lectura de notas y tiene dudas en la ubicación de las notas en el mástil. - Es necesario marcarle el compás para que respete las duraciones de las notas y silencios.	Melódica: - Improvisación libre en F. - Repaso de la escala con las alteraciones propias de la tonalidad (Bb) y localización en el diapasón. - Realiza con soltura una improvisación libre con las pautas propuestas.	Obra: How do you do (tradicional americana). - El trabajo de esta obra se acompaña con una fotocopia en la que se trabajan notas simultáneas como ejercicio técnico.	Se propone la memorización de How do you do (tradicional americana) para la siguiente sesión.

# Observaciones (Alumno 6)

Sesiones	Calentamiento	Primera vista	Improvisación	Música ensayada	Memoria
09/01/23	<p>Posición:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planta del pie derecho al suelo.</li> </ul> <p>Mano derecha:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Corregimos el ataque con los dedos de la mano derecha.</li> </ul> <p>Mano izquierda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Corregimos la posición de la mano izquierda. Se observa tensión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicio 143 y 144 (Kember y Beech, 2007).</li> <li>- La primera vista es un reto que le motiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicamos el procedimiento de improvisación armónica pero no da tiempo. Conoce las posiciones de los acordes, pero todavía no presenta la fluidez suficiente en cambios para realizar la improvisación propuesta.</li> </ul>	<p>Obra: Allegretto (Carulli).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leemos analizando la estructura de la pieza localizando las frases que se repiten para evitar repetir las durante el estudio.</li> <li>- Cuando trabajamos partituras tiende a no trabajar por secciones tocando sin detenerse, de arriba abajo. Aplicamos para solucionar este problema estrategias de lectura fragmentada (Triplana, 2019).</li> </ul>	<p>Una vez mencionadas las pautas para memorizar, se propone tocar para la semana que viene de memoria una obra del repertorio que habíamos trabajado en sesiones pasadas.</p>
16/01/23	<p>Posición:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiende a recoger la pierna derecha hacia atrás. Siempre que lo hace lo corregimos recordando que las plantas de los pies deben estar en el suelo para darnos equilibrio y estabilidad.</li> </ul> <p>Mano izquierda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En los ejercicios de técnica de mano izquierda se aprecia que los intenta hacer demasiado rápido. Para que los haga más despacio, se le explica que los movimientos deben ser lentos y conscientes, solo de esta manera se podrán integrar correctamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 145 y 146 (Kember y Beech, 2007).</li> <li>- Tiende a leer el ejercicio colocando las manos en la guitarra. Le indicamos que la primera vista es un ejercicio en el que se deben interiorizar las posiciones y digitaciones mentalmente sin colocar las manos en la guitarra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Repasamos el cambio de acordes en C, aunque no nos da tiempo a realizar improvisación completa.</li> </ul>	<p>Obra: Allegretto (Carulli).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Digitamos la partitura y revisamos dificultades que surgen en la primera lectura.</li> <li>- Empezamos leyendo el tema A de la obra. Se trabaja el compás de 6/8 subdividiendo de manera ternaria.</li> </ul> <p>Mano derecha:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En una de las secciones se le indica que debe anticipar pulgar y medio e índice para tocar bajo y melodía simultáneamente.</li> </ul> <p>Mano izquierda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Debe tener cuidado de no desplazar la mano a lo largo del mástil con cada nota que toca, desplazándose de esta manera un traste o dos más adelante. Se le explica que la colocación de la mano en I posición debe mantenerse fija entre los trastes I y IV. El desplazamiento de la mano tiene como consecuencia que en ocasiones no respete la digitación propuesta de la partitura.</li> <li>- Se observa que estira demasiado los dedos al pisar notas, o también los recoge. Se le explica, que igual que en los ejercicios que realizamos en el calentamiento los dedos han de estar cerca unos de otros, sin estirarlos o flexionarlos demasiado, puesto que hacerlo dificulta pisar la siguiente nota a tiempo.</li> </ul>	<p>Greensleeves (anónimo). Todavía no está. Miramos cuáles son los problemas que nos encontramos (relacionados sobre todo con respecto a la coordinación y precisión).</p>
23/01/23	<p>Posición:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sigue recogiendo la pierna derecha hacia atrás en algún momento y se le corrige cuando lo hace.</li> </ul> <p>Mano izquierda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vamos corrigiendo la posición ayudándole a ser más consciente de la relajación de la mano y a encontrar la manera de que no tense los dedos demasiado estirándolos o recogidos de manera excesiva.</li> <li>- Trabajamos la relajación de la musculatura para que pueda tocar las notas utilizando los movimientos de manera más eficiente. Para conseguirlo proponemos que trabaje las posiciones de manera lenta y consciente, por frases muy cortas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 147 y 148 (Kember y Beech, 2007).</li> <li>- Consigue visualizar mentalmente las notas sin probarlas físicamente en el mástil.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En esta sesión no da tiempo a realizar el bloque de improvisación, aunque se le insiste en que siga trabajando en el cambio de acordes.</li> </ul>	<p>Obra: Allegretto (Carulli).</p> <p>Mano izquierda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguimos trabajando la curvatura de los dedos y posición cercana a la cuerda para poder ser más preciso al tocar.</li> <li>- Aseguramos la colocación de la mano en primera posición, evitando realizar desplazamientos con toda ella, haciendo que solo sean los dedos los que realizan el movimiento.</li> </ul> <p>Digitaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aseguramos digitaciones tanto de mano derecha como de mano izquierda.</li> <li>- Trabajamos la economía de movimiento con las digitaciones de mano izquierda utilizando las propuestas en la partitura.</li> </ul> <p>Mano derecha:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Observamos el movimiento del dedo pulgar al realizar los bajos: lo coloca siempre por defecto en la 6ª cuerda para tener estabilidad, hecho que tiene sus pros y sus contras. Por un lado, vemos que es correcto anticipar para dar estabilidad a la mano, pero, por otro lado, apreciamos que, a la hora de atacar la siguiente nota, colocar siempre el dedo en 6ª cuerda puede dificultar la ejecución si el siguiente bajo se toca en otra cuerda.</li> <li>- Por lo tanto, indicamos que el pulgar a la hora de hacer bajos debe anticiparse colocándose en la cuerda que se va a tocar más adelante, por ejemplo, cuando el bajo siguiente va a ser en 5ª cuerda, se anticipa directamente en la 5ª cuerda.</li> </ul>	<p>Greensleeves (anónimo). Interpreta la pieza de memoria.</p>

06/02/23	Seguimos trabajando los mismos aspectos que las sesiones anteriores.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicio 149 y 150 (Kember y Beech, 2007).</li> <li>- Realiza de forma correcta los ejercicios propuestos, siguiendo adelante cuando hay errores.</li> </ul>	No ha dado tiempo a realizar el bloque de improvisación.	<p>Obra: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) hasta enlace.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se trabaja la partitura desde el inicio y por frases.</li> <li>- Marcamos bien el pulso, para llevar los ritmos de manera precisa.</li> <li>- Tocar el ritmo de oído es una herramienta que le sirve para interpretar los ritmos sincopados.</li> <li>- Se le indica que cuide el sonido en la mano derecha, haciéndose hincapié en un correcto ataque de la cuerda, así como intensidad de ataque, concentrándonos en la posición y musculatura implicada en el movimiento.</li> </ul>	Se propone la memorización de una pieza trabajada anteriormente en el repertorio: Vals (Carulli).
13/02/23	Mano izquierda: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Introducimos un nuevo ejercicio: bajada y subida cromática por el mástil, que permite trabajar con más consciencia la mano izquierda, al tener movimientos más precisos y continuos. Este ejercicio le obliga a mantener la posición de la mano de manera correcta, por lo que le beneficia mucho su realización.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicio 151 (Kember y Beech, 2007).</li> <li>- Se realiza un ejercicio de primera vista a dúo y lo recibe con motivación.</li> </ul>	No ha dado tiempo a realizar el bloque de improvisación.	<p>Obras: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se continúa trabajando la pieza propuesta desde el enlace hasta el desarrollo.</li> <li>- Se observa mayor precisión en los movimientos y por tanto mayor musicalidad.</li> </ul>	Valls (Carulli). <ul style="list-style-type: none"> <li>- Interpreta la pieza de memoria.</li> </ul>
27/02/23	Mano derecha: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Introducimos los arpeggios en los ejercicios de calentamiento de mano derecha.</li> <li>- Se propone que para la siguiente sesión se grabe en vídeo estudiando. Se proporcionan las pautas para realizar la grabación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 4 y 7 (Harris, 2019).</li> <li>- Realiza de forma correcta los ejercicios propuestos, siguiendo adelante a pesar de cometer algún error.</li> </ul>	Melódica: <ul style="list-style-type: none"> <li>- improvisación pautada en C sin dificultad.</li> <li>- Repasamos la escala de C y localizamos las notas en el diapasón.</li> </ul>	<p>Obras: Piratas del caribe (Zimmer, arr. trío guitarras) y Allegretto (Carulli).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se hace un repaso de ambas obras, corrigiendo aspectos rítmicos e imprecisiones en silencios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tarea para casa: seguir tocando de memoria y una detrás de otra, Greensleeves (anónimo) y Vals (Carulli).</li> </ul>
06/03/23	FALTA				
13/03/23	Mano derecha: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Introducimos otra combinación de arpeggios de mano derecha: p,a,m,i - p,m,a,i.</li> </ul> Mano izquierda: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se aprecia mayor relajación en la posición de la mano.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 1 y 2 en F (Harris, 2019).</li> <li>- Se observa mejora en la ejecución de los ejercicios de primera vista.</li> </ul>	Melódica: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Improvisación en F.</li> <li>- Se hace un repaso de la escala de F recordando la alteración en la armadura (Bb).</li> <li>- Localizamos en el mástil todos los Bb.</li> </ul>	<p>Obra: Ten little indians (tradicional americana).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación de la tonalidad de D y sus alteraciones en la armadura (F# y C#), y las consecuencias que ello tiene en la digitación de mano izquierda (partiremos del traste II, donde se utilizará siempre el dedo 1). Al comienzo le cuesta adaptarse a la nueva digitación, pero poco a poco va aplicándola correctamente.</li> </ul>	Trabajamos el proceso de memorización de la primera frase de la pieza Ten little indians (tradicional americana) en clase.
20/03/23	FALTA				
27/03/23	Arpeggios: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Introducimos una nueva combinación de arpeggios de mano derecha: p,i,m,a y p,m,a,i.</li> <li>- Va cogiendo soltura en la realización de ejercicios técnicos de mano izquierda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios 3 y 7 en F (Harris, 2019).</li> <li>- Realiza los ejercicios de forma correcta.</li> <li>- El error le lleva a querer superarse pidiendo más ejercicios para hacer.</li> </ul>	Melódica: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Improvisación en F.</li> <li>- Se hace un repaso de la escala de F recordando la alteración en la armadura (Bb).</li> <li>- Localizamos en el mástil todos los Bb.</li> </ul> Improvisación en F. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repaso de la escala e improvisación libre con las notas que pertenecen a la escala. Empezando por Fa y acabando también en Fa.</li> </ul>	<p>Obra: Ten little indians (tradicional americana).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguimos trabajando el resto de la pieza que nos quedaba por mirar.</li> <li>- Se aplica de manera correcta la anticipación en la mano derecha, aunque todavía no es muy fluida.</li> </ul>	Trabajamos el proceso de memorización de la pieza Ten little indians (tradicional americana) en clase.

# ANEXO II: ANÁLISIS DE ESTRATEGIAS EMPLEADAS EN MÚSICA ENSAYADA

A continuación, presentamos diferentes tablas en las que aparecen las obras trabajadas por cada alumno en el aula y las estrategias que fueron empleadas en cuanto a lectura (Tripliana, 2019), digitación (Duque, 2013, Sherrod 1981) y control corporal (Tripliana, 2019).

## Alumno 1

Obra	Estrategias de lectura	Digitación	Control corporal y autorregulación
<i>Packington's pound</i> (anónimo).	<b>Lectura precisa:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Analizar el origen de las dificultades.</li></ul> <b>Lectura fragmentada:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li><li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li></ul>	<b>Mano derecha:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alternancia de dedos.</li><li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li></ul> <b>Mano izquierda:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Preparación de la mano.</li></ul>	<b>Movimiento natural</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Unir el gesto con la música y su expresión: cadencias, silencios, comienzos y finales de frase.</li></ul> <b>Economía motriz:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Práctica lenta.</li></ul>
<i>Allegretto</i> (Carulli)	<b>Lectura precisa:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Prevenir errores desde el principio.</li></ul> <b>Lectura fragmentada:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li><li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li></ul>	<b>Mano derecha:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li></ul> <b>Mano izquierda:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Preparación de la mano.</li></ul>	<b>Aplicación de la respiración</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.</li></ul>
<i>Piratas del caribe</i> (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras).	<b>Lectura precisa:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aislar las dificultades.</li></ul> <b>Práctica indirecta:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Modificar el tempo: de lento a rápido.</li></ul>	<b>Mano derecha:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alternancia de dedos.</li><li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li></ul> <b>Mano izquierda:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Uso de cuerdas al aire.</li></ul>	<b>Aplicación de la respiración</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.</li></ul> <b>Economía motriz:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.</li><li>- Eliminar movimientos parásitos.</li></ul>
<i>Vals en sol</i> (Fortea)	<b>Lectura precisa:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Prevenir errores desde el principio.</li><li>- Aplicar soluciones definitivas.</li><li>- Aislar las dificultades.</li></ul> <b>Lectura fragmentada:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li><li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li></ul>	<b>Mano izquierda:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Posibilidades del diapasón.</li></ul>	<b>Utilización de la gravedad a nuestro favor:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Posición acorde a la gravedad: sin generar tensiones.</li><li>- Beneficiarnos de la fuerza de gravedad al realizar ciertas acciones.</li></ul>

## Alumno 2

Obra	Estrategias de lectura	Digitación	Control corporal y autorregulación
<i>Ten little indians</i> (tradicional americana)	<b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. -Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano izquierda:</b> - Posibilidades del diapasón. - Preparación de la mano.	<b>Economía motriz:</b> - Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.
<i>Allegretto</i> (Carulli)	<b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. -Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano derecha:</b> - Alternancia de dedos. - Combinaciones de dedos fuertes. <b>Mano izquierda:</b> - Preparación de la mano.	<b>Aplicación de la respiración</b> - Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.
<i>Piratas del caribe</i> (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras).	<b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. -Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano izquierda:</b> - Preparación de la mano.	<b>Movimiento natural:</b> - Atender al ritmo fisiológico del cuerpo. - Movimientos equilibrados regulando tensión y distensión muscular. Aplicación de la respiración: - Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.
<i>How do you do</i> (tradicional americana)	<b>Lectura precisa:</b> - Aislar las dificultades. <b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. -Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano derecha:</b> - Alternancia de dedos. - Combinaciones de dedos fuertes. <b>Mano izquierda:</b> - Preparación de la mano.	<b>Movimiento natural</b> - Postura y movimiento repercuten en el control y sonido del instrumento. - Flexibilidad del cuerpo para fluidez musical y expresiva. - Eliminación de rigidez.

## Alumna 3

Obra	Estrategias de lectura	Digitación	Control corporal y autorregulación
<i>The jolly Miller</i> (tradicional inglesa)	<b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. -Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano derecha:</b> - Alternancia de dedos. - Combinaciones de dedos fuertes. <b>Mano izquierda:</b> - Preparación de la mano.	<b>Movimiento natural</b> - Postura y movimiento repercuten en el control y sonido del instrumento. - Flexibilidad del cuerpo para fluidez musical y expresiva. - Eliminación de rigidez.
<i>Allegretto</i> (Carulli)	<b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. -Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano derecha:</b> - Alternancia de dedos. - Combinaciones de dedos fuertes. <b>Mano izquierda:</b> - Preparación de la mano.	<b>Aplicación de la respiración</b> - Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.
<i>Piratas del caribe</i> (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras).	<b>Lectura precisa:</b> - Aislar las dificultades. <b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. -Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano derecha:</b> - Alternancia de dedos. - Combinaciones de dedos fuertes. <b>Mano izquierda:</b> - Preparación de la mano.	<b>Movimiento natural</b> - Movimientos equilibrados regulando tensión y distensión muscular.
<i>Fray Martín</i> (tradicional)	<b>Lectura precisa:</b> - Aislar las dificultades. <b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. -Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano derecha:</b> - Alternancia de dedos. - Combinaciones de dedos fuertes. <b>Mano izquierda:</b> - Preparación de la mano.	<b>Economía motriz:</b> - Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.
<i>Boogie Blues</i> (Hal Leonard)	<b>Lectura precisa:</b> - Aislar las dificultades. <b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. -Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano derecha:</b> - Alternancia de dedos. - Combinaciones de dedos fuertes. <b>Mano izquierda:</b> - Preparación de la mano.	<b>Economía motriz:</b> - Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.
<i>Greensleeves</i> (anónima)	<b>Lectura precisa:</b> - Aislar las dificultades. <b>Lectura fragmentada:</b> - Segmentar el material musical en unidades más reducidas. - Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.	<b>Mano derecha:</b> - Alternancia de dedos. - Combinaciones de dedos fuertes. <b>Mano izquierda:</b> - Preparación de la mano.	<b>Economía motriz:</b> - Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.

## Alumna 4

Obra	Estrategias de lectura	Digitación	Control corporal y autorregulación
<i>How do you do</i> (tradicional americana)	<p><b>Lectura precisa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aislar las dificultades.</li> </ul> <p><b>Lectura fragmentada:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li> <li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li> </ul>	<p><b>Mano derecha:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alternancia de dedos.</li> </ul> <p><b>Mano izquierda:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación de la mano.</li> </ul>	<p><b>Movimiento natural</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Postura y movimiento repercuten en el control y sonido del instrumento.</li> <li>- Flexibilidad del cuerpo para fluidez musical y expresiva.</li> </ul>
<i>Allegretto</i> (Carulli)	<p><b>Lectura precisa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aislar las dificultades.</li> </ul> <p><b>Lectura fragmentada:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li> <li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li> </ul>	<p><b>Mano derecha:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alternancia de dedos.</li> <li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li> </ul> <p><b>Mano izquierda:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación de la mano.</li> </ul>	<p><b>Aplicación de la respiración</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.</li> </ul>
<i>Piratas del caribe</i> (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras).	<p><b>Lectura precisa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevenir errores desde el principio.</li> <li>- Aislar las dificultades.</li> </ul> <p><b>Lectura fragmentada:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li> <li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li> </ul>	<p><b>Mano derecha:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alternancia de dedos.</li> <li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li> </ul> <p><b>Mano izquierda:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Uso de cuerdas al aire.</li> </ul>	<p><b>Economía motriz:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.</li> <li>- Reducir y precisar los movimientos.</li> </ul>
<i>Au du lieber Augustin</i> (tradicional alemana).	<p><b>Lectura precisa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aislar las dificultades.</li> </ul> <p><b>Lectura fragmentada:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li> <li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li> </ul>	<p><b>Mano derecha:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alternancia de dedos.</li> <li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li> </ul> <p><b>Mano izquierda:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación de la mano.</li> </ul>	<p><b>Economía motriz:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.</li> </ul>

## Alumna 5

Obra	Estrategias de lectura	Digitación	Control corporal y autorregulación
<i>Allegretto</i> (Carulli)	<p><b>Lectura fragmentada:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li> <li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li> </ul>	<p><b>Mano derecha:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alternancia de dedos.</li> <li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li> </ul> <p><b>Mano izquierda:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación de la mano.</li> </ul>	<p><b>Economía motriz:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.</li> </ul>
<i>Piratas del caribe</i> (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras)	<p><b>Lectura precisa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevenir errores desde el principio.</li> </ul> <p><b>Lectura fragmentada:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li> <li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li> </ul>	<p><b>Mano derecha:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alternancia de dedos.</li> </ul> <p><b>Mano izquierda:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación de la mano.</li> </ul>	<p><b>Movimiento natural</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimientos equilibrados regulando tensión y distensión muscular.</li> </ul> <p><b>Economía motriz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.</li> <li>- Reducir y precisar los movimientos.</li> <li>- Eliminar movimientos parásitos.</li> </ul> <p><b>Aplicación de la respiración</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.</li> <li>- Ayudarnos de la respiración para expresar el carácter de la música.</li> </ul>
<i>How do you do</i> (tradicional americana)	<p><b>Lectura precisa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevenir errores desde el principio.</li> <li>- Aplicar soluciones definitivas.</li> <li>- Aislar las dificultades.</li> </ul> <p><b>Lectura fragmentada:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li> <li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li> </ul>	<p><b>Mano derecha:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alternancia de dedos.</li> <li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li> </ul> <p><b>Mano izquierda:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación de la mano.</li> </ul>	<p><b>Economía motriz:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.</li> </ul>

# Alumno 6

Obra	Estrategias de lectura	Digitación	Control corporal y autorregulación
<i>Allegretto</i> (Carulli)	<b>Lectura precisa:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Prevenir errores desde el principio.</li><li>- Aplicar soluciones definitivas.</li><li>- Aislar las dificultades.</li></ul> <b>Lectura fragmentada:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li><li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li></ul>	<b>Mano derecha:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alternancia de dedos.</li><li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li></ul> <b>Mano izquierda:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Preparación de la mano.</li></ul>	<b>Economía motriz:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.</li><li>- Reducir y precisar los movimientos.</li><li>- Eliminar movimientos parásitos.</li><li>- Práctica lenta.</li></ul>
<i>Piratas del caribe</i> (Zimmer, arreglo de elaboración propia para trío de guitarras).	<b>Lectura precisa:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Prevenir errores desde el principio.</li><li>- Aislar las dificultades.</li></ul> <b>Lectura fragmentada:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li><li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li></ul>	<b>Mano derecha:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alternancia de dedos.</li><li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li></ul> <b>Mano izquierda:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Preparación de la mano.</li></ul>	<b>Movimiento natural</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Movimientos equilibrados regulando tensión y distensión muscular.</li></ul> <b>Economía motriz</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Movimiento eficaz para nota o grupo de notas: adecuada localización y posición en el instrumento.</li><li>- Reducir y precisar los movimientos.</li><li>- Eliminar movimientos parásitos.</li></ul> <b>Aplicación de la respiración</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Fraseo, silencios y articulaciones vinculadas con la respiración.</li><li>- Ayudarnos de la respiración para expresar el carácter de la música.</li></ul>
<i>Ten little indians</i> (tradicional americana).	<b>Lectura precisa:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Prevenir errores desde el principio.</li><li>- Aplicar soluciones definitivas.</li><li>- Aislar las dificultades.</li></ul> <b>Lectura fragmentada:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Segmentar el material musical en unidades más reducidas.</li><li>- Enlazar progresivamente cada pequeña parte con la siguiente, de lo sencillo a lo complejo.</li></ul>	<b>Mano derecha:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alternancia de dedos.</li><li>- Combinaciones de dedos fuertes.</li></ul> <b>Mano izquierda:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Preparación de la mano.</li></ul>	<b>Ayudarnos con cuatro apoyos: pies, cintura pélvica, diafragmática y escapular</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Previo a comenzar la práctica instrumental, llevar a cabo el proceso de observación-colocación y apoyo.</li></ul>



# CSMN

**Conservatorio Superior  
de Música de Navarra**  
Nafarroako Goi Mailako  
Musika Kontserbatorioa

Paseo Antonio Pérez Goyena, 1,  
31008 Pamplona, Navarra

(+34) 848 42 26 70  
[csmn.es](http://csmn.es)