



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

**MÁSTER EN PROFESOR DE EDUCACIÓN
SECUNDARIA OBLIGATORIA Y BACHILLERATO,
FORMACIÓN PROFESIONAL Y ENSEÑANZA DE
IDIOMAS**

TRABAJO FIN DE MÁSTER

IMPLICACIONES DE LA MEJORA POSTURAL,
LA RELAJACIÓN Y EL CONTROL DEL MIEDO
ESCÉNICO APLICADOS A LA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE 6º DE
VIOLÍN DE LAS EE. PP DE MÚSICA

CURSO: 2024-2025

Alumno D.: ISMAEL HUERTAS GÓMEZ

Tutora: Dra.: VICTORIA CAVIA NAYA



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

**MÁSTER EN PROFESOR DE EDUCACIÓN
SECUNDARIA OBLIGATORIA Y BACHILLERATO,
FORMACIÓN PROFESIONAL Y ENSEÑANZA DE
IDIOMAS**

TRABAJO FIN DE MÁSTER

CURSO: 2024-2025

Alumno D.: ISMAEL HUERTAS GÓMEZ

Tutora: Dra.: VICTORIA CAVIA NAYA

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, me gustaría dar las gracias a mi tutora Victoria Cavia por su orientación, paciencia y disponibilidad para resolver cualquier duda; por su disposición y profesionalidad.

A mis compañeros del curso 2023-2024, y, en especial, a Isabel Cabañas, a Laura Ruiz y a María, por todo su apoyo y ayuda durante el periodo transcurrido juntos. Por ser soporte emocional en los momentos más difíciles. A Ana Lobo por acogerme en su casa. A Miguel Oller por recordarme que sigo siendo valenciano. A Sheila Gómez y a Mikel Zunzundegui, que me abrieron las puertas del Conservatorio de Valladolid, y me dieron libertad para trabajar con sus maravillosos alumnos, a los que estaré eternamente agradecido.

A mis profesores, por ser fuente de inspiración.

A mi familia, y a mis hermanos sobre todo, por ser los dos tercios restantes que completan mi trilogía.

RESUMEN

El alumnado que se enfrenta al último curso de EE.PP. afronta, por norma general, el paso a la mayoría de edad y su sucesiva posible inserción en la instrucción superior artística, universitaria o en el mundo laboral. Asimismo, suele coincidir con el último año de 2º de bachillerato, situación que puede añadirles estrés y agravar posibles inseguridades y presiones añadidas traducidas en miedo escénico. En esta programación didáctica, centrada en ese último curso tan especial, vamos a hacer hincapié en las posibles causas y soluciones que permitan al estudiantado solventar dichas problemáticas de una manera saludable y satisfactoria para su goce en la interpretación musical en directo, de manera que actuar ante el público sea un motivo de disfrute y no de sufrimiento.

Palabras clave

Miedo escénico, psicología, metodología, Enseñanzas Artísticas Profesionales.

Abstract

Students who face the last year of the Undergraduate Music Studies are facing the transition to the age of majority and their subsequent possible insertion in higher artistic or university education or in the world of work. Likewise, it usually coincides with the last year of the second year of high school, a situation that can add stress and aggravate possible insecurities and added pressures translated into stage fright. In this didactic program, focused on this special last year, we will emphasize the possible causes and solutions that allow students to solve these problems in a healthy and satisfactory way for their enjoyment in live musical performance, so that performing in front of an audience is a source of enjoyment and not of suffering.

Keywords

Stage fright, psychology, methodology, Undergraduate Music Studies.

ÍNDICE

1. Introducción.....	p. 11
1.1 Justificación.....	p. 11
1.2 Hipótesis y objetivos.....	p. 13
1.3 Metodología.....	p. 14
1.4 Estado de la cuestión.....	p. 15
 2. Marco teórico y legislativo.....	 p. 17
2.1 Referencia normativa.....	p. 18
2.2 Nivel de aplicación.....	p. 18
2.3 Objetivos curriculares relacionados.....	p. 18
2.4 Criterios de evaluación aplicables.....	p. 19
2.5 Relación con la presente programación.....	p. 19
 3. El contexto educativo y su organización.....	 p. 21
3.1 Instalaciones.....	p. 23
3.2 Planteamiento educativo.....	p. 24
3.3 Proyecto educativo de centro.....	p. 26
3.4 Programas que se desarrollan en el centro y su enfoque con las actividades docentes.....	p. 27
3.5 Departamento de instrumentos de cuerda-arco: violín, viola, violoncello y contrabajo.....	p. 28
 4. Programación didáctica de 6º EE. PP Violín.....	 p. 31
4.1 Requisitos mínimos para aprobar.....	p. 31
4.2 Contenidos a trabajar.....	p. 31
4.3 Situación de aprendizaje 1. El control postural. La relajación...p.	34
4.4 Situación de aprendizaje 2. La primera vista. Pérdida del miedo.....	p. 42
4.5 Situación de aprendizaje 3. La búsqueda del sonido.....	p. 51
4.6 Situación de aprendizaje 4. El estudio de la ejecución con público.....	p. 60

5. Adaptaciones para necesidades específicas.....	p. 73
6. Conclusiones.....	p. 75
7. Referencias bibliográficas.....	p. 79

1. INTRODUCCIÓN

El miedo escénico nos acompaña en nuestra vida de artista, pero también docente. A nivel general, el miedo nos alerta de un posible peligro, nos regala ese impulso primitivo de activación de todo nuestro sistema nervioso. Quién más y quien menos, y sobre todo los artistas, ha vivido momentos de tensión y ansiedad a la hora de exponerse en público, ya que entran en acción diversos mecanismos de índole sea física que psíquica, al percibir que se está siendo, en mayor o menor modo, evaluado.

Por cuanto respecta a nosotros, los músicos, estos episodios de pánico antes de salir al escenario pueden ser más o menos frecuentes, y pueden convertirse en un serio problema, si, además de impedirnos el hecho de poder disfrutar del arte sonoro, deriva en trastornos corporales y mentales, poniendo de manifiesto emociones negativas referidas tanto a nosotros como a nuestras relaciones sociales.

Para llevar a cabo nuestro trabajo, partiremos de la situación del concierto: los momentos previos, durante y después de la actuación. Qué emociones, pensamientos y tensiones se dan y como influyen en nuestro entorno. Incluiremos en la programación estrategias de estudio y otras técnicas como la visualización, el mindfulness o la respiración consciente para que el alumnado llegue lo suficientemente preparado a estas pruebas. Basándonos en la experiencia realizada durante las prácticas en el conservatorio de Valladolid, pondremos de relieve los casos de 3 alumnos de 6º de EE. PP, con los que he podido trabajar y que han experimentado estas investigaciones prácticas, preservando, para este TFM, su anonimato. En esta programación se recalca, obviamente, la importancia de la buena preparación, siguiendo el método de estudio apropiado.

1.1 JUSTIFICACIÓN

A pesar de la abundante literatura sobre miedo escénico, existe todavía una escasez relativa de trabajos aplicados específicamente al contexto de las Enseñanzas Elementales y Profesionales de Música, donde los alumnos se encuentran en etapas especialmente vulnerables. Este trabajo pretende aportar una contribución práctica al diseño de intervenciones pedagógicas preventivas, adaptadas a las necesidades emocionales de los

estudiantes de violín, mediante una programación didáctica que incluya estrategias de afrontamiento desde el propio proceso de enseñanza-aprendizaje.

Recordaremos, utilizando los métodos violinísticos de Flesch (1981), Galamian (1988), Hoppenot (2005), etc., las tensiones antes del concierto, ya que, aunque hayamos aplicado un estudio diario basado en la relajación y el esfuerzo óptimo de la mente y los músculos, en los momentos previos al concierto o durante el concierto, éstas nos pueden sobrevenir.

Siguiendo el Decreto 60/2007, de 7 de junio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas elementales y profesionales de música en la Comunidad de Castilla y León, encontramos que el alumnado afronta el último año de sus enseñanzas profesionales al llegar a 6º. Además de todos los principios de afinación, ritmo, matices, buena postura, etc., el discente entra en una fase de preparación al mundo adulto. Según el programa curricular, el pupilo deberá tener más o menos unos 17 años, a no ser que vaya adelantado, o que haya empezado más tarde su formación musical.

Generalmente, puede resultar un curso bastante estresante, ya que gran parte del alumnado estará involucrado en las enseñanzas de segundo de bachillerato, con la consecuente, o no, prueba de acceso a la Universidad.

Nos vamos a encontrar con diferentes situaciones en lo referente al alumnado de violín en 6º de EE.PP., ya que los senderos son varios. Algunos decidirán repetir el curso, por el mero hecho de ir más desahogados con el repertorio exigido; otros, puede que no lleguen al nivel estipulado para superar el examen y posterior recital; entre los más aventajados, hallaremos alumnos que, pudiendo y consiguiendo llegar al desarrollo violinístico requerido, no deseen seguir perfeccionándose en la siguiente etapa del grado superior de música; y, por último, aquellos que se dedicarán plenamente para poder afrontar con un buen nivel las pruebas de acceso a los conservatorios superiores.

Con todas estas variantes, e independientemente de si tendrán continuidad en los estudios reglados, considero que es fundamental para cada alumno encontrar su “voz” dentro del instrumento. Según el criterio de evaluación contenido en el Decreto 60/2007, encontramos que el alumno debe:

3. Demostrar sensibilidad auditiva en la afinación y en el uso de las posibilidades sonoras del instrumento.

Mediante este criterio se pretende evaluar el conocimiento de las características y del funcionamiento mecánico del instrumento y la utilización de sus posibilidades. Como resultado de un mayor grado de desarrollo madurativo, y para su posterior placer al

interpretar, ya sea en solitario, o en conjuntos de cualquier tipo, camerísticos, orquestales, y en diferentes estilos, el hecho de poder disfrutar de un sonido propio, y de poseer las herramientas necesarias para ejecutar una amplia gama de sonidos con calidad, es una condición indispensable para la individualidad del intérprete.

A través del estudio del sonido, descubrimos qué está fallando a nivel técnico-interpretativo, y si estos errores son producto de tensiones físicas, bloqueos mentales, falta de concentración, motivación y/o seguridad en uno mismo, elementos que, en el momento de abordar la ejecución delante de un público, pueden verse magnificados. Con esta programación didáctica se pretende profundizar en estos aspectos.

1.2 HIPÓTESIS Y OBJETIVOS

Las hipótesis que se van a plantear en esta investigación plasmada en la programación didáctica son varias. Se parte de la cuestión de que, si el alumno tiene la conciencia tranquila porque está listo para afrontar el escenario, se pretende averiguar qué le provoca el miedo escénico.

Delimitamos ciertas ideas que, en el gremio musical, tenemos preconcebidas:

- “No depende de nosotros, somos así y sufrimos en el escenario, no tiene solución.”
- “Abandono la carrera de violinista, no valgo.”
- “Defraudaré a mi profesor, padres, compañeros, etc.”
- “El público está en contra de mí, sólo viene a ver cómo sufro.”

Diversos factores pueden predisponer a los músicos al miedo escénico: la presión autoimpuesta, la percepción del juicio externo, la falta de preparación emocional, la escasa experiencia en actuaciones públicas y ciertos rasgos de personalidad (perfeccionismo, baja autoestima, neuroticismo) (Papageorgi, Creech & Welch, 2013; Osborne, 2016).

En el caso específico de los estudiantes de violín, la complejidad técnica del instrumento, sumada a la exposición individual durante las interpretaciones, incrementa la vulnerabilidad al MPA (*Music Performance Anxiety*) desde etapas tempranas de la formación musical (Williamon & Thompson, 2006; Spahn, Walther & Nusseck, 2016).

El miedo escénico no solo afecta el rendimiento, sino también el proceso de aprendizaje: puede generar bloqueos técnicos, disminución de la motivación, abandono de estudios musicales y, en casos severos, problemas de salud mental (Brugués, 2011; Clark & Agras, 1991).

Con lo expuesto hasta aquí establecemos una primera hipótesis de que el problema está fuera de nosotros, que no podemos hacer nada para remediarlo, y que, además, sólo el profesor tiene la autoridad para demostrar nuestra valía o nuestra “incompetencia”.

La otra hipótesis vendría a definir que todo el miedo que vivimos en el momento del concierto no es más que la punta del iceberg de lo que no se ve, y que consistiría en un entramado de emociones, pensamientos y sentimientos en los que sí que podemos actuar para encontrar soluciones que nos permitan sostener una vida más saludable, y que en este caso ni el público ni el profesor serían los “culpables”; sólo nosotros somos responsables de nosotros mismos.

El objetivo general a nivel de investigación quedaría así establecido: descubrir qué mecanismos son inherentes a la condición personal de cada alumno y cuáles son influenciados a través de la acción del profesorado, de los profesionales de la salud mental, del contexto y de las expectativas individuales.

El primer objetivo específico resultaría en establecer qué parámetros del sonido producido por el estudiante nos son útiles para delimitar inseguridades técnicas e interpretativas con la intención de profundizar en ellas y establecer el marco necesario de autoconfianza para que el alumno consiga disfrutar en el escenario.

El segundo objetivo específico, de tipo empírico, sería establecer, a través de la experiencia en el directo, qué estrategias le han resultado más útiles al discente al afrontar el posible miedo escénico.

El tercer objetivo específico pasa por plasmar los resultados en esta programación didáctica.

1.3 METODOLOGÍA

Tipo de investigación: El tipo de investigación que se efectuará será cualitativa.

Cualitativas

1. Análisis de documentación consultada como decretos, leyes, libros, monografías, documentos, artículos académicos, páginas web y blogs.

2. Observación: No participante. Comprender cómo experimentan los estudiantes ese miedo, cómo lo perciben, cómo lo afrontan, y qué factores subjetivos influyen en su aparición y evolución. Comprender la experiencia personal y profunda de los alumnos ante el miedo escénico. Observar la dinámica de los alumnos en los momentos previos a la audición, durante, y después de ella. Observar y anotar las sensaciones de los docentes en el directo de un concierto.

1.4 ESTADO DE LA CUESTIÓN

El miedo escénico, también conocido como Music Performance Anxiety (MPA), constituye uno de los principales obstáculos psicológicos a los que se enfrentan los músicos a lo largo de su trayectoria formativa y profesional (Kenny, 2011). Aunque, tradicionalmente, el trabajo instrumental ha estado centrado en los aspectos técnicos y musicales, la investigación reciente ha subrayado la necesidad de atender igualmente los factores emocionales que afectan directamente al rendimiento interpretativo (Williamon & Thompson, 2006).

El alumnado de enseñanzas profesionales de música, particularmente en cursos avanzados como sexto de violín, comienza a participar de forma más activa en audiciones, conciertos y pruebas de acceso, lo que puede intensificar la aparición de ansiedad escénica si no se le proporcionan herramientas adecuadas para afrontarla (Brugués, 2011; Papageorgi, Creech & Welch, 2013).

El miedo escénico musical se define como una respuesta de ansiedad excesiva o desadaptativa que aparece en situaciones de actuación pública, y que puede afectar tanto a estudiantes como a profesionales (Lehmann, Sloboda & Woody, 2007). Este fenómeno implica una combinación de síntomas:

- Fisiológicos: temblor, sudoración, taquicardia, problemas respiratorios.
- Cognitivos: pensamientos catastrofistas, miedo al juicio, inseguridad.
- Emocionales: miedo, angustia, baja autoestima.
- Conductuales: evitación de las actuaciones, bloqueos durante la ejecución.

Además, hay una serie de factores asociados. La aparición del miedo escénico está influida por factores personales (perfeccionismo, autoexigencia, inseguridad, baja tolerancia

al error), factores ambientales (presión familiar, expectativas externas, clima competitivo) y factores pedagógicos (exposición insuficiente a actuaciones, ausencia de preparación psicológica) (Osborne, 2016; Papageorgi et al., 2013).

En el caso específico de los estudiantes de violín, el alto nivel de exposición individual y la complejidad técnica del instrumento incrementan el riesgo de aparición de ansiedad escénica desde etapas tempranas (Spahn, Walther & Nusseck, 2016).

En cuanto a las consecuencias en el aprendizaje y rendimiento diversos estudios han documentado el impacto negativo que el miedo escénico puede tener sobre el aprendizaje musical: pérdida de concentración, fallos de memoria, deterioro técnico, baja motivación y, en casos extremos, abandono de la práctica musical (Clark & Agras, 1991; Brugués, 2011).

Por ello, los autores coinciden en la importancia de abordar esta problemática dentro del contexto pedagógico, integrando el trabajo emocional de forma transversal al aprendizaje instrumental (Kenny, 2011; Williamon & Thompson, 2006).

En cuanto a las estrategias pedagógicas y preventivas existen numerosas investigaciones sugieren que es posible reducir el miedo escénico mediante intervenciones educativas específicas:

- Entrenamiento en relajación y respiración (Spahn et al., 2016).
- Reestructuración cognitiva de pensamientos negativos (Clark & Agras, 1991).
- Exposición progresiva a actuaciones públicas controladas (Perkins & Williamon, 2014).
- Desarrollo de la autoeficacia y el pensamiento positivo (Osborne, 2016).
- Diarios emocionales y autoevaluación reflexiva (Papageorgi et al., 2013).

En esta línea, la presente programación didáctica para sexto curso de EE. PP. de Violín incorpora de forma planificada estas estrategias, buscando no solo el perfeccionamiento técnico del alumnado, sino también su preparación emocional para afrontar con éxito las situaciones de interpretación pública.

2. MARCO TEÓRICO Y LEGISLATIVO

1. Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
2. Real Decreto 1577/2006, de 22 de diciembre, por el que se fijan los aspectos básicos del currículo de las enseñanzas profesionales de música reguladas por la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
3. Decreto 60/2007, de 7 de junio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas elementales y profesionales de música en la Comunidad de Castilla y León.
4. ORDEN EDU/1118/2008, de 19 de junio, por la que se regula la evaluación de las enseñanzas elementales y profesionales de música y los documentos de evaluación, en la Comunidad de Castilla y León.
5. Decreto 24/2018, de 23 de agosto, por el que se modifica el Decreto 60/2007, de 7 de junio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas elementales y profesionales de música en la Comunidad de Castilla y León.
6. Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
7. Real Decreto 628/2022, de 26 de julio, por el que se modifican varios reales decretos para la aplicación de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, a las enseñanzas artísticas y las enseñanzas deportivas, y la adecuación de determinados aspectos de la ordenación general de dichas enseñanzas.

2.1 REFERENCIA NORMATIVA

La presente programación didáctica se fundamenta en la normativa vigente de la Comunidad Autónoma de Castilla y León, recogida en el Decreto 60/2007, de 7 de junio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas elementales y profesionales de música en dicha comunidad.

Este decreto desarrolla los principios generales establecidos en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), así como en la posterior normativa de desarrollo de enseñanzas artísticas. Dentro de este marco legal, las enseñanzas profesionales de música tienen como finalidad proporcionar al alumnado una formación artística de calidad, así como prepararlos para su futura incorporación al mundo profesional o al acceso a enseñanzas superiores.

2.2 NIVEL DE APLICACIÓN

La programación se dirige específicamente al alumnado de sexto curso de las enseñanzas profesionales de música, especialidad de violín. Este curso constituye la última etapa dentro de las enseñanzas profesionales, situando al alumno en un contexto de transición hacia el ámbito superior o profesional, lo que implica no solo la adquisición de competencias técnicas avanzadas, sino también un adecuado desarrollo personal, emocional y artístico que le permita afrontar con madurez las exigencias propias de las actuaciones públicas y de las pruebas de acceso.

En este sentido, el trabajo sobre la gestión emocional y, en concreto, la prevención del miedo escénico, adquiere una relevancia especial, en tanto que forma parte de la preparación integral del músico en su proyección hacia el mundo adulto y profesional.

2.3 OBJETIVOS CURRICULARES RELACIONADOS

De acuerdo con el artículo 9 del Decreto 60/2007, entre los objetivos generales de las enseñanzas profesionales de música aplicables a la especialidad de violín, destacan aquellos directamente vinculados con la presente propuesta:

- Desarrollar la capacidad de interpretación artística mediante el conocimiento, la comprensión y la expresión de las características de los diferentes estilos musicales.
- Adquirir la técnica instrumental necesaria para garantizar una correcta ejecución musical.
- Interpretar en público con dominio de los recursos técnicos y expresivos, mostrando seguridad escénica y sensibilidad artística.
- Desarrollar la capacidad de autocrítica, el autocontrol emocional y la superación personal en la práctica interpretativa.

2.4 CRITERIOS DE EVALUACIÓN APLICABLES

En el caso concreto de violín, el Decreto 60/2007 establece, entre otros, el siguiente criterio de evaluación especialmente relevante en el contexto del miedo escénico:

"Demostrar sensibilidad auditiva en la afinación y en el uso de las posibilidades sonoras del instrumento."

Este criterio, junto a otros vinculados a la calidad de la interpretación, la expresividad y el dominio técnico, exige que el alumno no solo haya adquirido un alto nivel técnico, sino que sea capaz de mantenerlo en situaciones reales de interpretación pública. En este sentido, la correcta gestión del miedo escénico resulta imprescindible para que el alumno pueda demostrar en público los conocimientos y habilidades adquiridos durante su formación.

2.5 RELACIÓN CON LA PRESENTE PROGRAMACIÓN

Partiendo de la normativa vigente, la presente programación incorpora de forma transversal el trabajo emocional dentro del currículo oficial, con el fin de:

- Facilitar el cumplimiento de los objetivos y criterios de evaluación establecidos.
- Favorecer la interpretación segura y expresiva del repertorio.

- Preparar al alumno para afrontar con confianza las distintas pruebas de interpretación pública propias de este nivel (audiciones internas, conciertos, pruebas de acceso a enseñanzas superiores, etc.).

- Promover el desarrollo integral de la personalidad artística y emocional del discente, de acuerdo con los fines generales de las enseñanzas profesionales.

3. EL CONTEXTO EDUCATIVO Y SU ORGANIZACIÓN

El Conservatorio de Música de Valladolid es un centro que imparte enseñanzas elementales y profesionales de música situadas en el ámbito de las Enseñanzas Escolares de Régimen Especial, único centro de carácter público en la provincia., asumido por la Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León en el curso 2006/2007. La Plantilla Orgánica del centro ya está definida, por lo que el profesorado interino es menos numeroso, suponiendo menos cambios respecto de un año a otro.

El alumnado matriculado en el centro proviene, en un gran porcentaje, de la propia ciudad o zona metropolitana, aunque no hay que descontar el que procede de otras localidades de la provincia e incluso, de otras provincias limítrofes como Zamora, León o Burgos. En el centro confluye alumnado de muy diversas edades (desde los 7 años), y debido a la normativa vigente relativa a procesos de admisión, en concreto en el 1º curso de enseñanzas elementales, las diferencias de edad en el referido curso pueden llegar a ser notables. Dado que el mayor porcentaje del alumnado cursa enseñanza obligatoria, salvo alguna excepción, el horario lectivo del centro se desarrolla mayoritariamente en horario de tarde, no interfiriendo nunca con las enseñanzas de carácter general. Desde la Jefatura de Estudios se organiza todo el horario de las clases que tienen carácter colectivo: Lenguaje Musical, Coro, Colectivas de las diferentes especialidades, Orquesta y Banda, Fundamentos de Composición, Armonía, Historia de la Música, etc., procurando, siempre que sea posible, organizar el horario de estas asignaturas de forma sucesiva, de cara a evitar lagunas en el horario presencial del alumnado, que los menores de 12 años no superen la franja horaria de las 20,30 horas y la rentabilización de los espacios físicos del centro utilizando el espacio más adecuado para la realización de la actividad.

El alumnado que cursa estudios en el centro, en general, procede de familias de clase media, cuyos padres han realizado, en su gran mayoría, estudios medios o universitarios, con gran interés en la formación músico-cultural de sus hijos.

Cada vez es más alarmante el número de abandonos de las enseñanzas profesionales de música, especialmente a partir de 3º de EE. PP, curso a partir del cual los alumnos deben cursar un gran número de asignaturas en el centro, por lo que se les hace cada vez más difícil compaginar sus estudios musicales con la Educación Secundaria Obligatoria.

La situación se agrava cuando comienzan los estudios de Bachillerato, y la solución propuesta por el centro pasa por modificar los planes de estudios, así como las leyes relativas a convalidaciones y simultaneidad.

Dado que en Valladolid existe una amplia oferta universitaria, así como de otras disciplinas artísticas, el centro recibe un número de alumnado que compatibiliza los estudios universitarios con los musicales, tanto de la propia ciudad como de otras provincias. Este alumnado genera en el centro no pocos problemas de compatibilización de horarios que, siempre que es posible, se intentan solventar.

Del Conservatorio dependen también otros centros adscritos al mismo como son los que imparten enseñanzas musicales que tienen carácter privado: Pianissimo, Castilla, Castilla II, Modulando y Santa Cecilia. Este hecho hace que, desde el punto de vista administrativo, del Conservatorio de Música de Valladolid dependan más de 1200 alumnos.

Las reuniones de los órganos de Gobierno en el centro están establecidas semanalmente la mañana de los miércoles, sin perjuicio de habilitar cualquier otro momento de reunión si existiera causa necesaria para ello.

En relación con las reuniones de los órganos de Participación en el Control y Gestión (Claustro y Consejo Escolar), están sujetas a la normativa vigente, siendo indispensables, al menos, una reunión por trimestre y siempre que sea solicitado por el presidente de este o por 1/3 de sus componentes. De igual manera son configuradas las reuniones del Claustro de Profesores, que se realizan la mañana de los miércoles. Las reuniones del Consejo Escolar son los jueves en horario de mañana.

Los Órganos de Coordinación Docente del centro (Comisión de Coordinación Pedagógica y Departamentos Didácticos) se reúnen del siguiente modo:

Comisión de Coordinación Pedagógica: al menos 1 vez al mes y en cuantas sesiones se consideren necesarias, los miércoles.

Departamentos Didácticos: 1 reunión semanal, que puede ser total o parcial. Las reuniones, además de lo establecido en la normativa vigente suelen tener mayor relevancia en los siguientes aspectos: coordinar y consensuar las programaciones de las asignaturas y especialidades que lo componen, así como todo lo concerniente a las pruebas de acceso de los diferentes cursos y niveles de enseñanza; animar a la participación del profesorado en la organización docente y perfeccionar y revisar permanentemente la labor pedagógica.

El Departamento de actividades complementarias y extraescolares se reúne periódicamente con el fin de promover y organizar las actividades del centro.

La Junta de Profesores de grupo suele reunirse al acabar cada trimestre y tiene lugar las sesiones de evaluación programadas con el fin de realizar un seguimiento integral del alumnado.

3.1 INSTALACIONES

El Conservatorio de Música de Valladolid se encuentra ubicado en un espacio propio dentro del Centro Cultural “Miguel Delibes”, edificio de nueva construcción en el que se convive con la Orquesta Sinfónica de Castilla y León, la Escuela Profesional de Danza y la Escuela Superior de Arte Dramático. El acceso a las instalaciones del Conservatorio de Música de Valladolid está restringido, en los períodos lectivos, a las personas directamente vinculadas al mismo: Profesores, Personal de Administración y Servicios, Alumnos y antiguos alumnos, Padres, Miembros de la administración educativa de rango superior.

El Conservatorio de Música de Valladolid cuenta con 18 cabinas de estudio, 6 de las cuales se utilizan como aulas dado que no se cuenta con el suficiente número de espacios para la impartición de las clases. Además, tiene a disposición un banco de préstamo de instrumentos para el alumnado que lo requiera.

El edificio reúne unas instalaciones que se suponían adecuadas para la enseñanza de la música, si bien, con el transcurso de la vida diaria en el mismo, se han detectado gravísimas deficiencias respecto a la climatización, humidificación y renovación del aire. Se han solucionado parcialmente con la apertura de 67 ventanas que permiten ventilar casi la totalidad de las aulas y cabinas, así como la mejora que supone el haber abierto hueco al exterior en un aula (1.16) que era ciega. Se han instalado filtros HEPA en las clases en las que no es posible abrir ventanas. Sin embargo, en las memorias de final de curso siempre queda patente el descontento y malestar general del profesorado, dado que las mencionadas deficiencias tienen serias repercusiones sobre la salud de los docentes. La falta de espacios para albergar el número de alumnado del centro es uno de los problemas organizativos más preocupantes. Varias cabinas de estudio se han habilitado como aulas, el aula de estudio se habilitó como aula también, para que los alumnos que tengan horas sueltas puedan usar la plaza interactiva como lugar de estudio.

Desde el curso 2021/22 y gracias a la intervención de la directora provincial de Educación de Valladolid, quedó aclarado que la Sala de Cámara del Centro Cultural Miguel

Delibes es el auditorio del conservatorio. Si bien, sigue siendo un espacio requerido por la Fundación Siglo en numerosas ocasiones.

Las relaciones con el resto de las instituciones que se ubican en el Centro Cultural “Miguel Delibes” (Orquesta Sinfónica, Danza y Teatro), son fluidas y existe una estrecha colaboración, principalmente, como es natural por su vinculación musical, con la Orquesta.

Desde el curso 2016/2017, se organiza la asistencia a conciertos de la OSCYL en grupo, siendo los alumnos acompañados por profesores del centro.

La Fundación del Teatro Calderón de Valladolid es otra de las Instituciones músico-culturales con la que el conservatorio colabora de diferentes maneras: cesión de instrumentos, formaciones de alumnos para actuaciones, etc.

El centro está abierto a realizar cualquier tipo de colaboración con cualquier institución que suponga, sobre todo, un beneficio contrastado para el alumnado, con mayor incidencia en lo relacionado con las actuaciones en público, siempre que éstas supongan un elemento motivador para los mismos, ya que el objetivo está en fomentar y promocionar aquellas agrupaciones que, por su calidad, puedan realizar actuaciones públicas tanto dentro como fuera del centro.

3.2 PLANTEAMIENTO EDUCATIVO

El Conservatorio de Música de Valladolid permanece abierto en horario ininterrumpido de 8:00 a 21:45 horas, posibilitando desarrollar la actividad lectiva de 9:00 a 21:30 horas. En éste se imparten Enseñanzas Elementales y Profesionales de 23 especialidades incluyendo canto, viola de gamba e instrumentos del Renacimiento y Barroco. Concretamente, desde el curso 2022/23 encontramos las siguientes especialidades instrumentales y/o vocales: Flauta Travesera, Flauta de Pico, Oboe, Clarinete, Saxofón, Fagot, Trompa, Trompeta, Trombón, Tuba, Percusión, Violín, Viola, Violonchelo, Contrabajo, Guitarra, Arpa, Clave, Piano, Acordeón, Canto, Instrumentos del Renacimiento y Barroco y Viola de Gamba. A todas estas especialidades hay que añadirles todo el resto de las asignaturas, tanto de carácter obligatorio como optativas. Son obligatorias: Lenguaje Musical, Coro, Música de Cámara, Historia de la Música, Armonía; y según la especialidad cursada: Piano complementario, Clave complementario, Conjunto, Orquesta, Banda y Lenguas aplicadas al Canto (Lengua italiana, alemana, inglesa y francesa). Las asignaturas

optativas ofertadas para el curso 2023/24 son Estética Musical, Historia del Arte, Improvisación I y II, Técnica Vocal, Coro, Música y Sociedad y Educación Auditiva.

La junta directiva tiene un horario de atención a padres/tutores para que todas sus dudas e inquietudes puedan ser atendidas. Las relaciones con el AMPA del Conservatorio son muy fluidas. La Asociación de Padres y Madres participa activamente en todas las acciones en las que son requeridas e impulsan por iniciativa propia numerosas propuestas.

El alumnado tiene derecho a conocer los horarios de tutoría y recibir la orientación vocacional, académica y profesional que le permita comprender los estudios del Conservatorio y posibilite eventualmente su inserción en estudios, tanto profesionales como superiores, así como en el mundo de la música profesional.

En líneas generales la convivencia en el centro es buena. La labor docente se desarrolla dentro de una normalidad casi absoluta, no apreciándose entre el alumnado actitudes que puedan menoscabar la dignidad de los compañeros, profesorado o personal del centro. Tampoco se han detectados actitudes sexistas, racistas o de agresión por motivos de credo o religión.

El centro cuenta con un plan de convivencia que recoge todas las actividades que se programen para fomentar un buen clima de convivencia dentro del centro escolar, la concreción de los derechos y deberes del alumnado y las medidas correctoras aplicables en caso de su incumplimiento con arreglo a la normativa vigente y la realización de actuaciones para la resolución pacífica de conflictos con especial atención a las actuaciones de prevención de la violencia de género, igualdad y no discriminación.

Como norma general del centro, al igual que en el resto de los centros educativos de la Comunidad, no está permitido el uso de teléfonos móviles, IPOD, IPAD, cámaras fotográficas, grabadoras, MP3 y otros aparatos semejantes durante el período lectivo, que incluye clases y actividades complementarias. Cuando cualquier profesor o profesora detecta su uso o manipulación, debe requisarlo y depositarlo en la jefatura de estudios o dirección hasta que la madre o padre, si es menor de edad, lo recoge. Tan sólo se permite el uso de estos soportes en el vestíbulo del centro.

Todas las acciones derivadas del uso de los aparatos mencionados que supongan una agresión a los derechos fundamentales de las personas, como al honor, a la intimidad, a la propia imagen, al secreto de las comunicaciones y a la protección de datos, sobre cualquier miembro de la Comunidad Educativa, implican las sanciones oportunas, que podrían entrar, incluso, en régimen disciplinario.

3.3 PROYECTO EDUCATIVO DE CENTRO

Los objetivos generales del Conservatorio de Música de Valladolid, respecto al alumnado, son:

- Dar una formación musical al alumnado con vistas a un futuro profesional, que les permita abordar las Pruebas de Acceso, tanto a las Enseñanzas Profesionales como al Grado Superior con todas las expectativas de éxito, además del permanente disfrute del hecho de hacer música.
- Impulsar las agrupaciones orquestales, la Banda y el Coro y su importancia en la formación del alumnado.
- Fomentar la importancia que tiene la enseñanza de la Música de Cámara, como asignatura fundamental para lograr una completa formación musical.
- Fomentar y promocionar aquellas agrupaciones camerísticas que, por su calidad, puedan realizar actuaciones públicas tanto dentro como fuera del centro.
- Potenciar las audiciones de todas las especialidades instrumentales, impulsando así, la actuación en público del alumnado.
- Fomentar la asistencia a actividades musicales, así como a la audición, de manera particular, de música culta.

Basándonos en la Orden EDU/1188/2005, de 21 de septiembre, por la que se regula la organización y funcionamiento de los conservatorios de música de Castilla y León, en el Conservatorio de Música de Valladolid se configuran 10 Departamentos Didácticos:

- Departamento de Instrumentos de Cuerda-Arco: Violín, Viola, Violoncello y Contrabajo.
- Departamento de Instrumentos de Cuerda Punteada o Pulsada: Arpa y Guitarra.
- Departamento de Instrumentos de Viento-Madera: Flauta Travesera, Flauta de Pico, Oboe, Clarinete, Fagot y Saxofón.
- Departamento de Instrumentos de Viento-Metal y Percusión: Trompa. Trompeta, Trombón, Tuba y Percusión.
- Departamento de Instrumentos con Teclado: Piano, Acordeón y Clave.
- Departamento Complementario: Piano Complementario, Clave Complementario, Conjunto y Acompañamiento.

- Departamento de Música Antigua: Clave, Flauta de Pico, Viola de Gamba e instrumentos de Cuerda Pulsada del Renacimiento y Barroco.

- Departamento de Teoría de la Música: Lenguaje Musical, Armonía, Análisis, Fundamentos de Composición e Historia de la Música.

- Departamento de Agrupaciones Corales e Instrumentales: Coro, Canto, Orquesta y Música de Cámara.

Aunque no es un Departamento Didáctico, también existe el Departamento de Actividades Complementarias y Extraescolares.

La continuidad del alumnado con el mismo profesor es aconsejable en la enseñanza instrumental (sobre todo en las enseñanzas elementales). En el resto de las asignaturas, la Jefatura de Estudios es la encargada de la organización de los grupos desde donde, con una visión global del horario del centro y de cada alumno, se le podrá consignar el horario que más le favorezca, equilibrar el número de alumnado por grupo, etc.

3.4 PROGRAMAS QUE SE DESARROLLAN EN EL CENTRO Y SU ENFOQUE CON LAS ACTIVIDADES DOCENTES

- Concursos: anualmente se llevan a cabo dos concursos cuyos premios son tocar de solista con una de las agrupaciones del centro, y tocar un recital o parte de un concierto como telonero de una de las agrupaciones del centro.

- Audiciones de cada especialidad instrumental: las audiciones públicas son requisito mínimo para promocionar dentro de las programaciones didácticas del centro.

- Conciertos: se suelen realizar conciertos fuera del ámbito del conservatorio en colaboración con otras instituciones que lo requieran, siempre que el marco ofrecido para la actuación sea el adecuado y suponga una experiencia favorable para el alumnado que participe.

- Intercambios: el centro realiza intercambios con otros conservatorios que sirven para el enriquecimiento y contraste del trabajo realizado.

- Cursos y clases magistrales: Cada Departamento podrá organizar los cursos de formación para alumnado que establezca por consenso en el seno del Departamento y tras su posterior aprobación en la Comisión de Coordinación Pedagógica.

- Jornadas culturales: los días 15,16 y 17 de febrero. Dichos días se ha suspendido la actividad docente, que ha sido reemplazada por cursos, conciertos, talleres y ponencias, con los que pretendían atender aquellos aspectos que quizá queden relegados a un segundo plano en el día a día por la falta de tiempo, aun siendo fundamentales para la formación integral del músico, como pueden ser el miedo escénico, la conciencia corporal, la improvisación, la interpretación histórica, la presencia escénica, etc.

- Otras actividades: El centro se encuentra abierto para la colaboración en otras actividades como pueden ser visitas culturales, conferencias, etc., siempre que se estimen beneficiosas para el alumnado y sean aprobadas en el seno de la Comisión de Coordinación Pedagógica.

- Programa Erasmus +:se prevé continuar con los programas de intercambio de alumnos y personal docente /no docente.

3.5 DEPARTAMENTO DE INSTRUMENTOS DE CUERDA-ARCO: VIOLÍN, VIOLA, VIOLONCELLO Y CONTRABAJO

El Departamento de Instrumentos de Cuerda-Arcos, está formado para este curso escolar 2024/2025 por 17 profesores: 7 de violín, 3 de viola, 3 de violoncello, 2 de contrabajo, y 2 de piano, como pianistas acompañantes. La jefa de departamento es la profesora de violín María Dolores Schkopp Vior. Muchos de los integrantes de este departamento imparten las clases de música de cámara y de orquesta.

El profesorado participa, de forma individual en el Claustro de Profesores y los Departamentos Didácticos; a través de los jefes de Departamento en la Comisión de Coordinación Pedagógica; por medio de los representantes electos en el Consejo Escolar.

Desde el curso 2022/2023 los alumnos de cuerda frotada de 3º y 4º de EE.EE. se reúnen ocasionalmente en su hora de clase colectiva para formar una orquesta de cuerdas junior. En los instrumentos de cuerda frotada, por norma general los alumnos de 1º y 2º de EP asisten a los ensayos de orquesta de cuerdas, mientras que los alumnos de 3º a 6º de EP asisten a la orquesta sinfónica. En el caso de las especialidades de violonchelo y contrabajo en función del número de alumnado matriculado en cada curso los alumnos pueden asistir a clase de banda en lugar de a orquesta.

Todos los alumnos deben participar en las pruebas de las asignaturas referidas a la práctica instrumental que, con periodicidad trimestral, organizan los departamentos de coordinación didáctica competentes.

Los objetivos de la realización de estas pruebas son:

- Preparar al alumnado para la realización de las pruebas de acceso al curso 1º de las enseñanzas profesionales de música y a los estudios superiores de música.
- Unificar los procedimientos de aplicación de los criterios de evaluación y de calificación establecidos en las programaciones didácticas de las asignaturas referidas a la práctica instrumental, especialmente en los casos en los que estas asignaturas sean impartidas por más de un profesor.
- Facilitar la labor de los jefes de los departamentos de coordinación didáctica de velar por el cumplimiento de lo dispuesto en las respectivas programaciones didácticas de las asignaturas referidas a la práctica instrumental organizadas dentro del ámbito de sus competencias, en relación con los mínimos exigibles de repertorio que debe interpretar el alumnado de estas asignaturas.

La organización de las pruebas corresponde a los departamentos de coordinación didáctica competentes en cada caso, siendo sus miembros, de forma consensuada, los que decidan el número de profesores que estarán presentes en cada prueba, el número de obras a interpretar, los requisitos que han de cumplir los alumnos para poder participar, etc., haciéndolo constar en el acta correspondiente de la reunión de departamento que en el primer trimestre se convocará a tal fin.

Por otra parte, encontramos las audiciones, que son el medio que los Departamentos Didácticos, en coordinación con el Departamento de Actividades Complementarias y Extraescolares, han proyectado para que los alumnos del centro puedan alcanzar el objetivo de habituarse a actuar en público con autocontrol, dominio de la memoria y capacidad comunicativa.

Corresponde a los Departamentos de Coordinación Didáctica establecer en las programaciones de las asignaturas dentro del ámbito de su competencia el procedimiento que se va a seguir para el cálculo de la calificación en la sesión de evaluación final ordinaria del mes de junio, en función de la secuenciación trimestral de contenidos y de los mínimos exigibles que figuren en las respectivas programaciones didácticas.

Cada profesor sigue y adapta la programación de su instrumento, basándose en el Decreto 60/2007 de 7 de junio. Por lo que respecta la asignación de las clases de música de cámara, éstas se reparten según la afinidad instrumental del profesor con los alumnos que

formarán los grupos. En el caso de este Departamento, formaciones como dúos, tríos, cuartetos o quintetos de cuerda, con o sin piano, o incluyendo otros instrumentos, suelen ser los asignados. El Departamento también se coordina para realizar audiciones de música de cámara por bloques horarios. Es decir, que un jueves a las 17:00 tocarán aquellos grupos cuya hora se corresponda con el horario normal de la clase de música de cámara, de manera que no se solape con clases individuales o colectivas de otra índole. Estas audiciones se suelen realizar, principalmente, en la Sala Polivalente 0 y en la Sala de Cámara. El alumnado, por lo general, está agrupado, siempre que sea posible, en formaciones de 3º- 4º y 5º-6º de las Enseñanzas Profesionales, con una carga lectiva de una hora por agrupación.

4: PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE 6º DE EE.PP. VIOLÍN

4.1 REQUISITOS MÍNIMOS PARA PROMOCIONAR

- Escala mayor y menor, diatónica y cromática, en tres y cuatro octavas, con arpeggios, diferentes golpes de arco y en dobles cuerdas (Terceras, Sextas, Octavas y Cuartas).

- Interpretación de 8 estudios que abarquen distintos contenidos y dificultades del curso.

- Interpretación de 4 obras o movimientos de diferentes estilos, con un nivel de dificultad adecuado al curso, ejecutándose al menos una de ellas completamente de memoria, en un recital de Fin de Enseñanzas Profesionales, con una duración mínima de 35 minutos.

- Lectura a primera vista acorde al nivel.

De la misma manera, se considerarán mínimos exigibles trimestrales, con los que demostrarán en cada prueba de evaluación, la consecución de contenidos a través de la interpretación de una escala, dos estudios y una obra adecuados a su nivel. Además, en el tercer trimestre, el alumno demostrará la consecución de los objetivos y contenidos del curso en un Recital de Fin de Enseñanzas Profesionales.

4.2 CONTENIDOS A TRABAJAR

Los contenidos que se trabajan en el curso de 6º de EE.PP. de violín son los siguientes:

- a. Perfeccionamiento de todos los golpes de arco: detaché, martelé, spicatto, saltillo, staccato, ricochet...

- b. Dominio de todas las partes del arco y de los diferentes ataques de éste: diferentes acentuaciones, dinámicas y agógica.

- c. Trabajo de los cambios de cuerda en diferentes combinaciones de arcos ligados y poniendo en práctica los golpes de arco enumerados.

- d. Control eficaz de las dobles cuerdas y acordes.

- e. Desarrollo progresivo del estudio de escalas y arpeggios, en tres y cuatro octavas, diatónicas y cromáticas, y refuerzo de las escalas y arpeggios en una sola cuerda.
- f. Trabajo de las escalas en dobles cuerdas (terceras, sextas, octavas y cuartas).
- g. Ejercicios de pizzicatos de mano derecha e izquierda, así como combinados con el arco.
- h. Estudio de portamentos y glissandos expresivos y cromáticos.
- i. Armónicos naturales y armónicos artificiales en escalas diatónicas, cromáticas y arpeggios.
- j. Trabajo de los trinos simples y en dobles cuerdas, además de otros ornamentos.
- k. Articulación y mejora de la velocidad de los dedos de la mano izquierda en posiciones fijas y con cambios de posición.
- l. Inicio en el estudio de la grafía musical contemporánea.
- m. Perfeccionamiento de la lectura a primera vista.

Estudios y técnica.

- J. Dont. *24 estudios para violín, op. 35 y op. 37.*
- D.C. Dounis. *Estudios para los cambios de posición, op. 36.*
- F. Fiorillo. *36 estudios.*
- C. Flesch. *El sistema de la escala.*
- R. Kreutzer. *42 estudios para Violín.*
- Enrico Polo. *30 estudios en dobles cuerdas.*
- Pierre Rode. *24 caprichos para Violín.*
- H. Schradieck. *The School of Violin-Technics.*
- O. Sevcik. *Escuela de Violín op.1,2,3,6,7,8,9.*
- H. Sitt. *100 estudios op.32.*

Obras

- J.S. Bach. *Sonatas y Partitas para violín solo.*
- B. Bartok. *6 Danzas Rumanas.*
- L. van Beethoven. *Sonatas. Romanzas para Violín y Orquesta op.40 y op.50.*
- M. Bruch. *Concierto en Sol menor nº1 op.26.*
- F. J. Haydn. *Concierto en Do Mayor.*
- F. Kreisler. *Preludio y Allegro.*
- E. Lalo. *Sinfonía española.*

- F. Mendelssohn. *Concierto para violín en Mi menor, op. 64.*
- W.A. Mozart. *Concierto en Sol M KV 216. Concierto en Re M KV 218. Concierto en La M KV 219 Sonatas para Violín y Piano.*
- P. de Sarasate. *Habanera op.21 n°2. Playera. Malagueña.*
- F. Schubert. *Sonatas para Violín y Piano op. 137 n° 1, 2, 3.*
- G. B. Viotti. *Concierto n.º 22*
- H. Wieniawski. *Legende op.17*

O cualquier obra de nivel similar.

4.3 SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 1. EL CONTROL POSTURAL. LA RELAJACIÓN

4.3.1 Título.

“Hoy no me puedo relajar. El fin del verano me ha dejado fatal”.

4.3.2 Introducción.

Parafraseando a Mecano, en esta primera situación de aprendizaje nos centraremos en volver a tener conciencia y control corporal, uniéndolo a la respiración consciente. Generalmente, con la pausa del verano, retomar el instrumento y empezar a trabajar todo el contenido exigido para superar el curso, puede resultar agobiante y estresante, lo que se traduce, unido a la más que probable falta de estudio durante el periodo estivo, en una posible acumulación de tensión con el instrumento.

Cuando las situaciones de tensión son continuas se pueden presentar diversas somatizaciones de mayor o menor importancia, que en muchos casos generan tensiones localizadas y que disminuyen cada vez más nuestra energía y vitalidad.

Las tensiones en el cuerpo nos envían un mensaje alertándonos de que algo va mal interiormente y expresando quizás una necesidad de cambio ante ciertas actitudes, lo cual nos invita a reflexionar sobre la manera en que vivimos y manifestamos las emociones.

“El enfoque de Varga para estudiar los cambios de posición proporciona al violinista la capacidad de cambiar utilizando tres movimientos físicos diferentes; sin embargo, (y también reconoció) el cambio de brazo es el que se utiliza con mayor frecuencia (Lukey, 2012, p. 44).”

4.3.3 Justificación o centro de interés.

Según el criterio de evaluación contenido en el Decreto 60/2007, encontramos que el alumno debe:

1. Utilizar el esfuerzo muscular, la respiración y relajación adecuados a las exigencias de la ejecución instrumental.

Con este criterio se pretende evaluar el dominio de la coordinación motriz y el equilibrio entre los indispensables esfuerzos musculares que requiere la ejecución

instrumental y el grado de relajación necesaria para evitar tensiones que conduzcan a una pérdida de control de la ejecución. Es por ello fundamental, iniciar el curso y retomar gradualmente el estudio intensivo del violín de una manera saludable para el cuerpo.

4.3.4 Temporalización.

8 sesiones para desarrollar desde el principio de curso. Se emplearán clases colectivas en las que el alumnado recibirá retroalimentación directa tanto por parte del profesorado como de los compañeros.

4.3.5 Contribución de la SDA al logro de los objetivos específicos en enseñanzas artísticas.

1. Adquirir todas las capacidades técnicas instrumentales necesarias para la interpretación de las obras programadas para cada nivel.
2. Fomentar, poco a poco, la autocorrección y la autocrítica en la práctica instrumental, desarrollando sistemas para solucionar las dificultades de forma autónoma.
3. Desarrollar en el alumnado técnicas de estudio correctas y eficaces.

4.3.6 Contribución de la SDA al desarrollo de las competencias clave.

STEM:

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

El alumno utilizará la lógica para entender cómo funciona su cuerpo, su respiración, sus mecanismos de peso, flexibilidad, sus variantes de presiones ejercidas tanto desde la mano izquierda como en la derecha, y de esta forma, analizando pros y contras, descartando procesos que sean perjudiciales tanto a nivel físico como mental y musical, y aplicando el método hipotético/deductivo, podrá experimentar los principios básicos de la producción de sonido más efectivos.

CPSAA:

CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.

CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.

CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

CE:

CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

Las competencias de aprender a aprender y emprendedora son fundamentales en el desarrollo final de la etapa de adolescente, ya que les permite ser autoconscientes de sus errores y su propio cuerpo y mente y, éstos, con las herramientas necesarias, les indican el camino a seguir para alcanzar la plenitud de la relajación en la ejecución instrumental.

4.3.7 Competencias específicas.

1. Adquirir todas las capacidades técnicas instrumentales necesarias para la interpretación de las obras programadas para cada nivel.
2. Interpretar un repertorio que incluya obras representativas de las diversas épocas y estilos, de una dificultad progresivamente mayor, de acuerdo con el nivel en que se halle el alumno o la alumna.
3. Fomentar, poco a poco, la autocorrección y la autocrítica en la práctica instrumental, desarrollando sistemas para solucionar las dificultades de forma autónoma.
4. Desarrollar en el alumnado técnicas de estudio correctas y eficaces.
5. Utilizar el esfuerzo muscular y la respiración adecuados a las exigencias de la ejecución instrumental. Con esto, se pretende evaluar el dominio de la coordinación motriz y el equilibrio entre los indispensables esfuerzos musculares que requieren la ejecución instrumental, así como el grado de relajación necesario para evitar crispaciones que conduzcan a una pérdida de control de la ejecución.
6. Adquirir y demostrar los reflejos necesarios para resolver eventualidades que surjan en la interpretación.
7. Valorar el cuerpo y la mente para utilizar con seguridad la técnica y poder concentrarse en la audición e interpretación.

4.3.8 Contenidos.

TABLA DECRETO/ SECUENCIACIÓN SDA

Decreto 60/2007. EE.PP. (violín)	SDA (secuenciado)
Continuación del trabajo sobre los cambios de posiciones. Dobles cuerdas y acordes de tres y cuatro notas. Desarrollo de la velocidad. Perfeccionamiento de todas las arcadas. Armónicos naturales y artificiales. Trabajo de la polifonía en los instrumentos de cuerda. La calidad sonora: "cantabile" y afinación. El fraseo y su adecuación a los diferentes estilos. Profundización en el estudio de la dinámica, de la precisión en la realización de las diferentes	Retomar el estudio del instrumento después de la pausa estiva desde los ejercicios básicos de calentamiento, siguiendo los principios de Enzo Porta y Kato Havas. Retomar la naturalización de los movimientos de la espalda, cuello, brazos y el resto de las articulaciones. Trabajar la respiración consciente y diafragmática. Toma de contacto con el suelo. Yoga y método Feldenkrais.

indicaciones que a ella se refieren y del equilibrio de los niveles y calidades de sonido resultantes.	Aplicar los principios de la técnica de Tibor Varga, Simon Fischer o D.C. Dounis, para trabajar los cambios de posición desde el brazo, la muñeca y los dedos, siempre de manera pausada, relajada y concentrada. Estudio del vibrato. Sevcik op.3 para el estudio de los golpes de arco. Aprendizaje cooperativo.
--	--

4.3.9 Criterios de evaluación.

TABLA DECRETO/ SECUENCIACIÓN SDA

Decreto 60/2007. EE.PP. (violín)	SDA (secuenciado)
<ol style="list-style-type: none"> 1. Utilizar el esfuerzo muscular, la respiración y relajación adecuados a las exigencias de la ejecución instrumental. 2. Demostrar el dominio en la ejecución de estudios y obras sin desligar los aspectos técnicos de los musicales. 3. Demostrar sensibilidad auditiva en la afinación y en el uso de las posibilidades sonoras del instrumento. 4. Demostrar capacidad para abordar individualmente el estudio de las obras de repertorio. 5. Mostrar una autonomía progresivamente mayor en la resolución de problemas técnicos e interpretativos. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Estudio de la postura, la efectividad corporal, a la hora de afrontar los diferentes tipos de sonidos, la producción sonora de calidad, así como las articulaciones y los ataques propios de cada obra estudiada, en su respectivo estilo musical y temporal. 2. Control consciente de la respiración, la relajación muscular. 3. Autocontrol y análisis postural para desarrollar fuera del ámbito de la clase, en casa. 4. Perfeccionar la autonomía del estudio individual.

4.3.10 Tabla de coherencia curricular.

Competencia/s clave	Contenidos	Criterio de evaluación	Actividad	Herramienta de evaluación	Evidencias de aprendizaje
STEM 1 STEM 2 STEM 5 CPSAA 2	Relajación, respiración y control postural.	N. 1 N. 2	Ejercicios de respiración y relajación aplicado posteriormente al violín.	Libro del profesor.	El alumno es capaz de tocar minimizando la tensión corporal.
CPSAA 3 CPSAA 4	Clases colectivas y/o por pares.	N. 6	Puesta en común de ejercicios básicos (escalas, arpeggios, estudios relativamente sencillos...), para comprender y debatir las posibles tensiones que aparezcan al tocar.	Grupo de discusión.	El alumnado es capaz de discernir y analizar las tensiones en los compañeros, para después ponerlas en común y buscar soluciones, tanto individuales como conjuntas.
CE 2 CE 3	Audición interna.	N. 4 N. 9	Audición interna en clase.	Diario	Audición interna en un ambiente distendido, con estudios no excesivamente

					e difíciles, pero que sirven como entrenamient o para el recital final.
--	--	--	--	--	--

4.3.11 Actividades.

Sesión 1: Clase de diagnóstico. Evaluación inicial. Escala y arpegios. Lectura – repaso de alguno de los estudios y/u obras del curso anterior. Análisis de las posibles tensiones acumuladas (o no) durante la pausa estiva. Elección conjunta de los estudios y obras que se van a trabajar durante este primer trimestre.

Sesión 2: Clase de relajación. Tumbado en el suelo en una esterilla, el alumno toma conciencia de la respiración y del peso del cuerpo, moviendo cada articulación y cada extremidad de manera pausada y relajada, siguiendo el método Feldenkrais. Posteriormente, de pie, se procede a utilizar la técnica Alexander, con ejercicios como el desarrollo de columna. Al finalizar, se procede a realizar una toma de contacto con el violín. Estiramos y calentamos el cuello, los hombros, y el alumno se ubica el violín sin ejercer ningún tipo de presión o “mordida” entre el hombro izquierdo/ clavícula (en el caso de que toque sin almohadilla) y la mandíbula. El alumno procede a realizar ejercicios de “stretching” con la mano izquierda sobre el diapasón, realizando cambios de posición y buscando no ejercer ninguna presión ni con el pulgar ni con el resto de los dedos, de manera que el antebrazo y la muñeca fluyan de manera constante.

Sesión 3: Calentamiento. Movimientos naturales expuestos por Kato Havas y Enzo Porta. Escala por micro movimientos en staccato en el arco, para controlar cada movimiento pequeño sin tensiones. Uso del vibrato lento para relajar la mano izquierda (se puede apoyar la voluta del violín en la pared, protegida por un paño; de esta manera, el alumno tiene un punto de apoyo más y le evita tensiones). Estudio de golpes de arco. Kreutzer.

Sesión 4: La misma rutina que en la anterior. Se añaden más estudios. Es importante controlar que el alumno busque la posición que le resulte más cómoda y que le dé seguridad.

Sesión 5: Clase dividida en dos partes. La primera es individual, y sirve para afianzar las escalas, la técnica y los estudios trabajados en las anteriores sesiones. La segunda parte es

una clase colectiva, donde se repasará técnica base, y el alumnado será capaz de ver reflejados sus tensiones o sus progresos en los compañeros.

Sesión 6: Clase colectiva. Escalas, arpeggios, terceras, sextas y octavas. Estudios y dúos con fines pedagógicos, pero asequibles desde un punto de vista técnico.

Sesión 7: Previa mini clase colectiva de calentamiento, audición interna de los estudios trabajados y posterior análisis y puesta en común entre los alumnos.

Sesión 8: Debate individual sobre la audición interna y recogida de impresiones del alumno tanto en el cuaderno de éste como en el libro del profesor.

4.3.12 Evaluación.

a. Evaluación inicial o diagnóstica

Realizaremos una evaluación inicial, partiendo desde los contenidos estudiados y trabajados el curso anterior. Con ello pretendemos saber en qué punto de partida está el alumno con respecto a la pausa estiva, para determinar las carencias específicas a reforzar. Tomaremos nota de los aspectos más significativos a mejorar: posición, postura, tensiones si las hubiera, respiración, concentración, etc.

b. Evaluación formativa

En la evaluación formativa desarrollaremos una tabla que contenga los siguientes parámetros: afinación, ritmo, sonido, relajación, postura, interpretación. Anotaremos, sesión tras sesión, que elementos son a mejorar, y cuáles han sido mejorados.

c. Evaluación final

En esta última evaluación de la SDA se realizará una pequeña audición interna, con los contenidos y las obras trabajadas, y se le dará un feedback al alumno. Para calificar se atenderán los criterios de evaluación propuestos para cada grado, siendo la nota numérica el resultado de la siguiente ponderación:

1. Resultado y evolución de la dinámica de trabajo en clase (50%).
2. Desarrollo de las audiciones, controles, pruebas evaluables u otras herramientas de evaluación (40%).
3. Comportamiento y actitud hacia la materia tratada en clase o la especialidad (10 %).

4.4 SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2. LA PRIMERA VISTA. PÉRDIDA DEL MIEDO

4.4.1 Título.

“Amor a primera vista”

4.4.2 Introducción.

En la improvisación, en el folk, las personas aprenden unas de otras y, sin la presión de la perfección, solo se interesan en disfrutar de la música y hacer que los oyentes también disfruten. Esto también evita tensiones mentales y físicas. El estudiante tendrá menos miedo de cambiar viejos hábitos, lo que le motivará a dominar el instrumento a través de una experiencia placentera, en lugar de dolorosa. Además, la improvisación elimina la inhibición y proporciona una espontaneidad natural hacia el instrumento. La singularidad, una mayor relajación y una mente abierta le permitirán al intérprete descubrir de nuevo el verdadero significado de tocar un instrumento: es un juego.

Con esta premisa, se defiende y se justifica la lectura a primera vista como una especie de improvisación, ya que no se pretende que la interpretación sea perfecta; sin embargo, es una herramienta muy útil para la coordinación entre el cerebro, la vista y el cuerpo, ya que nos indica de qué manera el alumno resuelve problemas técnicos y musicales sin una preparación previa.

En una primera vista, vamos a encontrar una especie de “improvisación” ya que algunas notas o pasajes se ejecutarán de manera “errónea”, e, automáticamente, el alumno creará otros que le resulten más sencillos y dinámicos.

De esta manera, se busca que el alumno aparque cualquier expectativa sobre las piezas leídas y, simplemente, se ponga a prueba de una manera divertida y con tolerancia absoluta al error.

4.4.3 Justificación o centro de interés.

Según el criterio de evaluación contenido en el Decreto 60/2007, encontramos que el alumno debe:

5. Demostrar solvencia en la lectura a primera vista y capacidad progresiva en la improvisación sobre el instrumento.

Este criterio evalúa la competencia progresiva que adquiera el alumno en la lectura a primera vista, así como su desenvolvimiento para abordar la improvisación en el instrumento aplicando los conocimientos adquiridos.

4.4.4 Temporalización.

8 sesiones para desarrollar a continuación de la primera SDA. Se emplearán clases colectivas en las que el alumnado recibirá retroalimentación directa tanto por parte del profesorado como de los compañeros. En ellas, también se leerán dúos y otras obras de música de cámara a primera vista.

4.4.5 Contribución de la SDA al logro de los objetivos específicos en enseñanzas artísticas.

1. Desarrollar la capacidad de lectura a primera vista y aplicar con autonomía progresivamente mayor los conocimientos musicales para la improvisación con el instrumento.
2. Practicar la música de conjunto, integrándose en formaciones camerísticas de diversa configuración y desempeñando papeles de solista con orquesta en obras de dificultad media, desarrollando así el sentido de la interdependencia de los respectivos cometidos.
3. Compartir vivencias musicales de grupo en el aula y fuera de ella que permitan enriquecer la relación afectiva con la música a través del canto y de participación instrumental en grupo.
4. Adquirir y demostrar los reflejos necesarios para resolver eventualidades que surjan en la interpretación.
5. Valorar el cuerpo y la mente para utilizar con seguridad la técnica y poder concentrarse en la audición e interpretación.

4.4.6 Contribución de la SDA al desarrollo de las competencias clave.

CCL:

CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.

En cierta manera, la primera vista es una lectura muy intensa, en la que no hay tiempo para descansar pero, a la vez, ayuda a conformar el criterio del gusto del alumno, apreciando, o bien aquello que le resulta más ergonómico en su ejecución, o bien aquello que le resulta más gratificante a nivel musical.

CP:

CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

Aplicado a la primera vista, encontramos infinitud de posibilidades en el repertorio que, aplicadas a la lectura en dúo, trío, etc., se convierten en herramientas para favorecer la escucha, la comunicación y el respeto.

STEM:

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

CPSAA:

CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.

CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.

CE:

CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo

colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

CCEC:

CCEC 1. CCEC 2. CCEC 3. CCEC 4.

4.4.7 Competencias específicas.

1. Conocer el repertorio de solista y de grupo, de su instrumento dentro del panorama de las diferentes épocas y estilos.
2. Adquirir un criterio interpretativo propio, a través del conocimiento de las diversas convenciones interpretativas vigentes en distintos períodos de la música instrumental, del hábito de escuchar música y de los conocimientos adquiridos en clase.
3. Desarrollar la capacidad de lectura a primera vista y aplicar con autonomía progresivamente mayor, los conocimientos musicales para la improvisación con el instrumento.
4. Practicar la música de conjunto, integrándose en formaciones camerísticas de diversa configuración y desempeñando papeles de solista con orquesta en obras de dificultad media.
5. Fomentar, poco a poco, la autocorrección y la autocrítica en la práctica instrumental, desarrollando sistemas para solucionar las dificultades de forma autónoma.

4.4.8 Contenidos.

TABLA DECRETO/ SECUENCIACIÓN SDA

Decreto 60/2007. EE.PP. (violín)	SDA (secuenciado)
Continuación del trabajo sobre los cambios de posiciones. Dobles cuerdas y acordes de tres y cuatro notas. Desarrollo de la velocidad. Perfeccionamiento de todas las arcadas. Trabajo de la polifonía en los instrumentos de cuerda. La calidad sonora: "cantabile" y afinación. El fraseo y su adecuación a los diferentes estilos. Audiciones comparadas de grandes intérpretes para analizar de manera crítica las características de sus diferentes versiones. Práctica de la lectura a vista. Práctica de conjunto.	Seguir con el trabajo en profundidad sobre la respiración, la relajación, el control postural y el equilibrio corporal, aplicados a la técnica violinística. Interpretación de los estudios seleccionados, para entender y practicar los diferentes tipos de ataque de sonido, todas las posibilidades sonoras ejercidas desde la articulación, vibrato, peso del brazo, angulación de los dedos, flexibilidad de la muñeca. Tipos de acentos y producción sonora. Lectura a primera vista de varias obras y su posterior elección. Lectura a primera vista también en conjunto.

4.4.9 Criterios de evaluación.

TABLA DECRETO/ SECUENCIACIÓN

Decreto 60/2007. EE.PP. (violín)	SDA (secuenciado)
<ol style="list-style-type: none">1. Demostrar solvencia en la lectura a primera vista y capacidad progresiva en la improvisación sobre el instrumento.2. Interpretar obras de las distintas épocas y estilos como solista y en grupo.3. Demostrar la autonomía necesaria para abordar la interpretación	Partiendo desde la base de la lectura a primera vista como un juego y una manera de tocar sin ningún tipo de expectativas, y con tolerancia absoluta hacia el error, el alumno irá encontrando el repertorio que más le agrade y más se adapte a su fisionomía corporal. Esta premisa no excluye seguir trabajando obras y estudios que le resulten más "incómodas", pero que le ayuden a mejorar tanto técnica como

dentro de los márgenes de flexibilidad que permita el texto musical.	musicalmente. También se abordará la práctica de la lectura a primera vista de manera conjunta. Asimismo, al final del trimestre se realizará una audición con la escala, los dos estudios y la obra pertinentes. Se examinará tanto el proceso como el producto.
4. Mostrar una autonomía progresivamente mayor en la resolución de problemas técnicos e interpretativos.	

4.4.10 Tabla de coherencia curricular.

Competencia/ s clave	Contenidos	Criterio de evaluación	Actividad	Herramienta de evaluación	Evidencias de aprendizaje
CCL4 CP3 CCEC1 CCEC2	Audición y solfeo de varias obras. Pequeña contextualización histórica y musicológica.	No hay.	Audición y solfeo de varias obras.	No hay.	El alumno es capaz de apreciar la variedad de obras escuchadas, dentro de su contexto.
STEM 1 CPSAA1 CE2 CE3 CCEC3 CCEC4	Lecturas a primera vista de obras a trabajar durante el curso académico y otras de mayor nivel (aunque no se utilicen en las audiciones). Las	N. 5 N. 9	Lecturas a primera vista y mejora paulatina de ellas.	Rúbrica	Este criterio evalúa la competencia progresiva que adquiera el alumno en la lectura a primera vista, así como su

	piezas de mayor nivel servirán para poner a prueba al alumnado y sacarlo de la “zona de confort”.				desenvoltura para abordar la improvisación en el instrumento aplicando los conocimientos adquiridos.
CPSAA3 CE2 CCEC3 CCEC4	Lecturas a primera vista de manera colectiva, creando un clima agradable, distendido y dinámico en el que el alumnado sea capaz de improvisar, tolerar el error y que éste no le genere frustración.	N. 5 N. 6 N. 9	Lecturas a primera vista en dúo, trío, etc.	Porfolio	Conocimiento compartido.

4.4.11 Actividades.

Sesión 1: Clase inicial. Solfeo y posterior audición comentada sobre las varias obras incluidas en la programación didáctica. Prueba de diagnóstico sobre alguna primera vista.

Sesión 2: Continuación del trabajo iniciado en al anterior SDA con las escalas y los estudios. Lectura a primera vista de algunas de las varias obras propuestas en la programación didáctica. Elección de una obra a trabajar que será llevada a la audición.

Sesión 3: Primera toma de control sobre la obra trabajada previamente en casa por el alumno. Continuación del trabajo de las primeras vistas sobre otros pasajes no trabajados

previamente (de obras que no estén en la programación). Con ello se pretende que el alumno adquiera solvencia en resolver en tiempo real problemáticas que le puedan surgir, sin tener que cumplir las expectativas ni “viciar” las piezas que portará a las respectivas audiciones.

Sesión 4: Escalas y estudios. Proseguimiento con la obra seleccionada para la audición. Introducción de nuevas lecturas a primera vista, esta vez, de nivel superior, para poner a prueba al alumno y llevarle hasta el límite de lo que puede resolver en tiempo real (poniendo siempre especial cuidado en referir que es sólo un juego y como tal, así se debe entender).

Sesión 5: Escalas, estudios y la obra seleccionada. Recuperación de las primeras vistas de la sesión n. 3, esta vez interpretadas a diferente velocidad y con posible acompañamiento del profesor.

Sesión 6: Preparación a la audición externa del primer trimestre.

Sesión 7: Feedback al alumno sobre la audición y clase colectiva sobre primeras vistas.

Sesión 8: Interpretación a dúo, trío, etc., de primeras vistas de música de cámara. Reflexión final y colectiva sobre esta SDA.

4.3.12 Evaluación.

a. Evaluación inicial o diagnóstica

Realizaremos una pequeña prueba de diagnóstico. Con ello pretendemos saber en qué punto de partida está el alumno con respecto a la ejercitación de la primera vista. Tomaremos nota de los aspectos más significativos a mejorar: velocidad de lectura, tolerancia al error, capacidad de improvisación ante este último, posición, postura, tensiones si las hubiera, respiración, concentración, etc.

b. Evaluación formativa

En la evaluación formativa desarrollaremos una tabla que contenga los siguientes parámetros: afinación, ritmo, sonido, relajación, postura, interpretación. Anotaremos, sesión tras sesión, que elementos son a mejorar, y cuáles han sido mejorados.

c. Evaluación final

En esta última evaluación de la SDA se realizará una pequeña audición interna, con los contenidos y las obras trabajadas, y se le dará un feedback al alumno. Para calificar se atenderán los criterios de evaluación propuestos para cada grado, siendo la nota numérica el resultado de la siguiente ponderación:

1. Resultado y evolución de la dinámica de trabajo en clase (50%).
2. Desarrollo de las audiciones, controles, pruebas evaluables u otras herramientas de evaluación (40%).
3. Comportamiento y actitud hacia la materia tratada en clase o la especialidad (10 %).

4.5 SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 3. LA BÚSQUEDA DEL SONIDO

4.5.1 Título.

Esto no me suena. ¿Y a ti? Vamos a la búsqueda de tu sonido.

4.5.2 Introducción.

En esta SDA, trabajaremos aspectos fundamentales en el desarrollo madurativo del interprete, intentando que el alumno encuentre su propio sonido, sin necesidad de forzar o de añadir tensiones innecesarias, desde una conciencia corporal y respiratoria natural, continuando con el trabajo realizado previamente, que le permita explorar los diferentes recursos que su instrumento le ofrece.

4.5.3 Justificación o centro de interés.

Considero que es fundamental para cada alumno encontrar su “voz” dentro del instrumento. Según el criterio de evaluación contenido en el Decreto 60/2007, encontramos que el alumno debe:

3. Demostrar sensibilidad auditiva en la afinación y en el uso de las posibilidades sonoras del instrumento.

Mediante este criterio se pretende evaluar el conocimiento de las características y del funcionamiento mecánico del instrumento y la utilización de sus posibilidades. Como resultado de un mayor grado de desarrollo madurativo, y para su posterior placer al interpretar, ya sea en solitario, o en conjuntos de cualquier tipo, camerísticos, orquestales, y en diferentes estilos, el hecho de poder disfrutar de un sonido propio, y de poseer las herramientas necesarias para ejecutar una amplia gama de sonidos con calidad, es una condición indispensable para la individualidad del intérprete.

4.5.4 Temporalización.

La puesta en marcha de esta unidad didáctica será en los meses de febrero y marzo, se desarrollará en siete sesiones (una hora máxima cada sesión) y tendrá una duración de 7 semanas aproximadamente, dependiendo de lo que se alargue cada actividad.

4.5.5 Contribución de la SDA al logro de los objetivos específicos en enseñanzas artísticas.

1. Adquirir todas las capacidades técnicas instrumentales necesarias para la interpretación de las obras programadas para cada nivel.

2. Conocer el repertorio de solista y de grupo, de su instrumento dentro del panorama de las diferentes épocas y estilos

3. Adquirir un criterio interpretativo propio, a través del conocimiento de las diversas convenciones interpretativas vigentes en distintos períodos de la música instrumental, del hábito de escuchar música y de los conocimientos adquiridos en clase.

4. Aplicar, con una autonomía progresivamente mayor, los conocimientos formales, armónicos e históricos, para solucionar cuestiones relacionadas con la interpretación. 5. Interpretar un repertorio que incluya obras representativas de las diversas épocas y estilos, de una dificultad progresivamente mayor, de acuerdo con el nivel en que se halle el alumno o la alumna.

5. Fomentar, poco a poco, la autocorrección y la autocrítica en la práctica instrumental, desarrollando sistemas para solucionar las dificultades de forma autónoma.

6. Desarrollar la capacidad de conjunción y de sentido armónico, mediante la realización de un repertorio que abarque las diversas épocas y estilos, dentro de una dificultad adecuada a cada nivel.

4.5.6 Contribución de la SDA al desarrollo de las competencias clave.

CCL:

CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales

para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.

Considero que esta competencia clave se puede adaptar a un contexto de conservatorio, ya que el término lectura y patrimonio literario lo extrapolamos a la literatura musical. Si bien es cierto que, en esta UD, el alumno no va a crear ningún “texto” musical, ya que esto se derivaría en una improvisación o en una composición, sí que es cierto que va a poder apreciar el patrimonio de las obras adecuadas a su nivel, según sus gustos y preferencias, y potencia estas últimas, de manera que pueda ofrecer su propia interpretación a través del sonido.

CCP:

CCP 1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo. y profesional.

CCP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.

CCP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

He decidido integrar los tres subapartados de la CCP, ya que la música es un lenguaje y un idioma en sí mismo, y la búsqueda del sonido propio contribuye a encontrar ese sonido que sea individual, característico, y capaz de comunicar. Al mismo tiempo, se intenta que el alumno sea tolerante con quien tiene una visión musical diferente a la suya, y participando en la creación de un sonido de calidad, interesante y personal, al tocar y compartir repertorio en las varias agrupaciones musicales de las que forma o formará parte. Desarrollo del criterio individual y puesta en común con otros intérpretes.

STEM:

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

El alumno utilizará la lógica para entender cómo funciona su cuerpo, su respiración, sus mecanismos de peso, flexibilidad, sus variantes de presiones ejercidas tanto desde la mano izquierda como en la derecha, y de esta forma, analizando pros y contras, descartando

procesos que sean perjudiciales tanto a nivel físico como mental y musical, y aplicando el método hipotético/deductivo, podrá experimentar los principios básicos de la producción de sonido más efectivos.

CPSAA:

CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.

CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

CE:

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

CCEC:

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.

CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento

4.5.7 Competencias específicas.

1. Racionalizar la afinación a través de su vinculación con la tonalidad, la armonía.
2. Seguir profundizando en el repertorio clásico y romántico.
3. Trabajar el sonido, afinación y vibrato en posiciones agudas.
4. Preparar durante todo el ciclo un programa para tocar un recital, con obras de diferentes estilos para violín solo y con piano. Interpretar un repertorio que incluya obras representativas de las diversas épocas y estilos de una dificultad acorde con este nivel.
5. Entrenar progresivamente las técnicas de respiración y dominio corporal aplicadas a la técnica del violín a fin de desarrollar calidad de sonido e interpretación.
6. Ser conscientes de la importancia del trabajo individual y adquirir las técnicas de estudio que permitan la autonomía en el trabajo y la valoración de éste.

7. Habituar a escuchar música para formar su cultura musical y establecer un concepto estético que les permita fundamentar y desarrollar los propios criterios interpretativos.

4.5.8 Contenidos.

TABLA DECRETO/ SECUENCIACIÓN SDA

Decreto 60/2007. EE.PP. (violín)	SDA (secuenciado)
Desarrollo en profundidad de la velocidad y de toda la gama de articulaciones posibles (velocidad en legato, en los distintos «staccati», en los saltos, etc.). Profundización en el estudio del vibrato de acuerdo con las exigencias interpretativas de los diferentes estilos. Trabajo de todos los elementos que intervienen en el fraseo musical: línea, color y expresión, adecuándolos a los diferentes estilos, con especial atención a su estudio en los tempos lentos. Estudio del registro sobreagudo en los instrumentos que lo utilizan.	Estudio en profundidad e interpretación de obras del barroco, clasicismo y romanticismo, para entender y practicar los diferentes tipos de ataque de sonido, todas las posibilidades sonoras ejercidas desde la articulación, vibrato, peso del brazo, angulación de los dedos, flexibilidad de la muñeca. Tipos de acentos y producción sonora.

4.5.9 Criterios de evaluación.

TABLA DECRETO/ SECUENCIACIÓN SDA

Decreto 60/2007. EE.PP. Violín.	SDA (secuenciado)

<p>1. Utilizar el esfuerzo muscular, la respiración y relajación adecuada a las exigencias de la ejecución instrumental.</p> <p>2. Demostrar el dominio en la ejecución de estudios y obras sin desligar los aspectos técnicos de los musicales.</p> <p>3. Demostrar sensibilidad auditiva en la afinación y en el uso de las posibilidades sonoras del instrumento.</p> <p>4. Interpretar obras de las distintas épocas y estilos como solista y en grupo.</p>	<p>1. Estudio de la postura, la efectividad corporal, a la hora de afrontar los diferentes tipos de sonidos, la producción sonora de calidad, así como las articulaciones y los ataques propios de cada obra estudiada, en su respectivo estilo musical y temporal.</p> <p>2. Estudio y ejecución de las obras con una calidad sonora adecuada, sin perjudicar la parte técnica.</p> <p>3. Estudio de la afinación, ritmo, producción de sonido, “<i>tone</i>”, dinámicas y matices de sonido de calidad.</p> <p>4. Interpretación de las obras indicadas con corrección, destreza, soltura, con un marcado estilo personal, cuidando siempre la producción sonora, afinación y criterio musical.</p>
---	---

4.5.10 Tabla de coherencia curricular.

Competencia/s clave	Contenidos	Criterio de evaluación	Actividad	Herramienta de evaluación	Evidencias de aprendizaje
CCL4	Elección de las obras a interpretar	N. 4	Lectura a primera vista de varias obras y su posterior elección.	Diario	Definir qué obras el alumno encuentra más estimulantes, o le resultan más naturales, de manera

					que podamos enfocarnos más en el sonido.
CCP 1 CCP 2 CCP 3	Preparar durante todo el ciclo un programa para tocar un recital, con obras de diferentes estilos para violín solo y con piano. Interpretar un repertorio que incluya obras representativas de las diversas épocas y estilos de una dificultad acorde con este nivel.	N. 3	Audición de diferentes versiones de la misma obra.	Porfolio	Saber distinguir entre una interpretación y otra.

4.5.11 Actividades.

Sesión 1: Presentación de las obras a escoger. Audición guiada a través de las partituras. Relajación y respiración. Ejercicios de calentamiento de ambos brazos, siguiendo los principios de Enzo Porta. Lectura a primera vista de las varias obras, sin ningún tipo de exigencia.

Sesión 2: Ejercicios de calentamiento. Escala y arpeggio correspondiente a la obra escogida, y tonalidades afines. Dar una visión general sobre lo que se tiene que trabajar en

casa. Estudio de varios compases, que incluyan los diseños y motivos que vamos a encontrar a lo largo de la obra.

Sesión 3: Visualización previa a la toma de contacto con el instrumento. El alumno cierra los ojos, y se imagina en un escenario, con la obra completamente trabajada. El alumno hace un recorrido mental por su cuerpo, notando si hay algún tipo de tensión. Este trabajo posterior, se puede realizar en el suelo, si el aula dispone de una esterilla, aplicando técnicas como el método Feldenkrais. Trabajo posterior de frases contrastantes de la obra: rítmicas/melódicas, diferentes tipos de ataque.

Sesión 4: Estudio lento y concentrado sobre el sonido. Búsqueda de diferentes puntos de contacto del arco en la cuerda. Trabajo sobre el vibrato. Ejecución de la/s obra/s a un tiempo más lento, donde la mayor parte de los aspectos técnicos puedan estar bajo control.

Sesión 5: Audición interna, y puesta en común con otros alumnos.

Sesión 6: Sesión de control. Repaso y análisis de posibles errores y sus causas. Aplicación de una situación de estrés controlado, de manera que el alumno se pueda “vacunar” de cara a la audición externa de final de trimestre. Ejemplo:

- Hacer saltar al alumno hasta que su cuerpo y respiración estén acelerados, de manera que se pueda traducir en una sudoración de las manos y una palpitación más rápida. De esta manera, el alumno se enfrenta a una situación parecida a la de la audición, con la diferencia de que, en este caso, no hay ninguna exposición pública ni de “peligro”.

Sesión 7: Audición externa. Audiciones conjuntas que consigan generar un ambiente sano de participación y convivencia.

4.5.12 Evaluación.

a. Evaluación inicial o diagnóstica

Realizaremos una evaluación inicial, partiendo de una lectura a primera vista. Con ello pretendemos saber en qué punto de partida está el alumno con respecto al repertorio establecido. Tomaremos nota de los aspectos más significativos a mejorar: posición, postura, tensiones si las hubiera, respiración, concentración, etc. Obviamente, no le diremos al alumno que lo estamos evaluando, ya que lo que nos interesa es que él, desde el juego de la primera vista, y con la no generación de expectativas, pueda disfrutar de la obra por primera vez y sea capaz de poner toda su atención en descubrir algo nuevo. Generalmente, la lectura

a primera vista, si está bien enfocada, resulta muy satisfactoria y divertida (por los errores que se puedan cometer), pero también supone un desafío para el alumnado, al liberarse de cualquier prejuicio de perfección.

b. Evaluación formativa

En la evaluación formativa desarrollaremos una tabla que contenga los siguientes parámetros: afinación, ritmo, sonido, relajación, postura, interpretación. Anotaremos, sesión tras sesión, que elementos son a mejorar, y cuáles han sido mejorados. Se analizará cómo se está desarrollando el proceso enseñanza-aprendizaje a mitad del curso académico.

c. Evaluación final

En esta última evaluación de la SDA se realizará una pequeña audición interna, con los contenidos y las obras trabajadas, y se le dará un feedback al alumno. Para calificar se atenderán los criterios de evaluación propuestos para cada grado, siendo la nota numérica el resultado de la siguiente ponderación:

1. Resultado y evolución de la dinámica de trabajo en clase (50%).
2. Desarrollo de las audiciones, controles, pruebas evaluables u otras herramientas de evaluación (40%).
3. Comportamiento y actitud hacia la materia tratada en clase o la especialidad (10 %).

4.6 SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 4. EL ESTUDIO DE LA EJECUCIÓN CON PÚBLICO

4.6.1 Título.

“The Show Must Go On.”

4.6.2 Introducción.

En cuanto a la interpretación, Varga enfatizó la importancia de abordar una pieza como si se tratara de una carrera. Los corredores inteligentes tienen rachas de energía y relajación; no están bajo presión todo el tiempo. Identificar qué secciones requieren tensión y fuerza muscular para una buena ejecución técnica, de modo que la mente pueda indicar al cuerpo que se relaje en secciones más líricas que requieren menos energía física. (Lukey, 2016, pp. 56-57).

¿Y qué hacemos nosotros como músicos cuando el que nos disturba visualmente es el espectador? Para esta pregunta, el violinista y pedagogo Carl Flesch, nos da una sencilla solución: cerrar los ojos. Este “fastidio” que puede dar el público al violinista, sucede cuando los espectadores están muy cerca de él, lo que produce una sensación de presión y de invasión de una “barrera” en la que el violinista tendría su espacio y su distancia para con el oyente, y no se sintiese intimidado. También podría, en cambio, fijar la vista en otros puntos: el punto de contacto del arco con la cuerda, la articulación de la mano izquierda sobre el diapasón. Flesch recomienda fijarse en el público sólo cuando esté completamente oscura la platea, o se mire un punto fijo en la lejanía, o los focos nos deslumbren tanto que veamos una masa informe de gente. (Flesch, 1981, p. 115).

4.6.3 Justificación o centro de interés.

Según el criterio de evaluación contenido en el Decreto 60/2007, encontramos que el alumno debe:

2. Demostrar el dominio en la ejecución de estudios y obras sin desligar los aspectos técnicos de los musicales.

Este criterio evalúa la capacidad de interrelacionar los conocimientos técnicos y teóricos necesarios para alcanzar una interpretación adecuada.

3. Demostrar sensibilidad auditiva en la afinación y en el uso de las posibilidades sonoras del instrumento.

Mediante este criterio se pretende evaluar el conocimiento de las características y del funcionamiento mecánico del instrumento y la utilización de sus posibilidades.

6. Interpretar obras de las distintas épocas y estilos como solista y en grupo.

Se trata de evaluar el conocimiento que el alumno posee del repertorio de su instrumento y de sus obras más representativas, así como el grado de sensibilidad e imaginación para aplicar los criterios estéticos correspondientes.

7. Interpretar de memoria obras del repertorio solista de acuerdo con los criterios del estilo correspondiente.

Mediante este criterio se valora el dominio y la comprensión que el alumno posee de las obras, así como la capacidad de concentración sobre el resultado sonoro de las mismas.

8. Demostrar la autonomía necesaria para abordar la interpretación dentro de los márgenes de flexibilidad que permita el texto musical.

Este criterio evalúa el concepto personal estilístico y la libertad de interpretación dentro del respeto al texto.

10. Presentar en público un programa adecuado a su nivel demostrando capacidad comunicativa y calidad artística.

Mediante este criterio se pretende evaluar la capacidad de autocontrol y grado de madurez de su personalidad artística.

4.6.4 Temporalización.

8 sesiones para desarrollar en el último trimestre. Se emplearán clases colectivas en las que el alumnado recibirá retroalimentación directa tanto por parte del profesorado como de los compañeros. Además, se procederá a realizar audiciones internas en las que se analizarán las causas y efectos del miedo escénico.

4.6.5 Contribución de la SDA al logro de los objetivos específicos en enseñanzas artísticas.

1. Superar con dominio y capacidad crítica los contenidos y objetivos planteados en las asignaturas que componen el currículo de la especialidad elegida.

2. Utilizar el «oído interno» como base de la afinación, de la audición armónica y de la interpretación musical.
3. Compartir vivencias musicales de grupo en el aula y fuera de ella que permitan enriquecer la relación afectiva con la música a través del canto y de participación instrumental en grupo.
4. Valorar el cuerpo y la mente para utilizar con seguridad la técnica y poder concentrarse en la audición e interpretación.
5. Interrelacionar y aplicar los conocimientos adquiridos en todas las asignaturas que componen el currículo, en las vivencias y en las experiencias propias para conseguir una interpretación artística de calidad.
6. Conocer y aplicar las técnicas del instrumento o de la voz de acuerdo con las exigencias de las obras.
7. Adquirir y demostrar los reflejos necesarios para resolver eventualidades que surjan en la interpretación.
8. Interpretar, individualmente o dentro de la agrupación correspondiente, obras escritas en todos los lenguajes musicales profundizando en el conocimiento de los diferentes estilos y épocas, así como en los recursos interpretativos de cada uno de ellos.
9. Actuar en público con autocontrol, dominio de la memoria y capacidad comunicativa.

4.6.6 Contribución de la SDA al desarrollo de las competencias clave.

CCL:

CCL1. CCL2. CCL3. CCL4. CCL5.

CP:

CP1. CP2. CP3

STEM:

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados,

apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

CPSAA:

CPSAA1. CPSAA2. CPSAA3. CPSAA4. CPSAA5.

CC:

CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

CE:

CE1. CE2. CE3.

CCEC:

CCEC1. CCEC2. CCEC3. CCEC4.

4.6.7 Competencias específicas.

1. Aplicar con autonomía progresivamente mayor los conocimientos musicales para solucionar cuestiones relacionadas con la interpretación: digitación, articulación, fraseo, etc.
2. Conocer las diversas convenciones interpretativas vigentes en distintos períodos de la música instrumental, especialmente las referidas a la escritura rítmica o a la ornamentación.
3. Adquirir y aplicar progresivamente herramientas y competencias para el desarrollo de la memoria.
4. Practicar la música de conjunto, integrándose en formaciones camerísticas de diversa configuración y desempeñando papeles de solista con orquesta en obras de dificultad media, desarrollando así el sentido de la interdependencia de los respectivos cometidos.
5. Interpretar un repertorio que incluya obras representativas de las diversas épocas y estilos de una dificultad de acuerdo con este nivel.

4.6.8 Contenidos.

TABLA DECRETO/ SECUENCIACIÓN SDA

Decreto 60/2007. EE.PP. Violín.	SDA (secuenciado)
Continuación del trabajo sobre los cambios de posiciones. Dobles cuerdas y acordes de tres y cuatro notas. Desarrollo de la velocidad. Perfeccionamiento de todas las arcadas. Armónicos naturales y artificiales. Trabajo de la polifonía en los instrumentos de cuerda. La calidad sonora: "cantabile" y afinación. El fraseo y su adecuación a los diferentes estilos. Profundización en el estudio de la dinámica, de la precisión en la realización de las diferentes indicaciones que a ella se refieren y del equilibrio de los niveles y calidades de sonido resultantes. Iniciación a la interpretación de la música contemporánea y al conocimiento de sus grafías y efectos. Entrenamiento permanente y progresivo de la memoria. Audiciones comparadas de grandes intérpretes para analizar de manera crítica las características de sus diferentes versiones. Práctica de conjunto.	Metodología significativa y constructivista. Esta última SDA que va a ocupar el último trimestre, es la culminación de todo el trabajo previo. Además de seguir desarrollando la técnica violinística y musical del alumno a través de las escalas, arpeggios y estudios, nos vamos a centrar en la interpretación de las obras escogidas. Para ello, todos los parámetros expuestos deben ser cumplidos con el fin de obtener el título del Grado Profesional de Música. Abordaremos más en detalle el miedo escénico a través de técnicas como la respiración controlada, el mindfulness, el refuerzo positivo, el estudio y mejoramiento de la interpretación mientras está en acción, simulacros de audiciones y posteriores feedbacks.

4.6.9 Criterios de evaluación.

TABLA DECRETO/ SECUENCIACIÓN SDA

Decreto 60/2007. EE.PP. Violín.	SDA (secuenciado)
1. Utilizar el esfuerzo muscular, la respiración y relajación adecuados a	1. Este criterio valora la coordinación motriz y el equilibrio entre los

<p>las exigencias de la ejecución instrumental.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Demostrar el dominio en la ejecución de estudios y obras sin desligar los aspectos técnicos de los musicales. 3. Demostrar sensibilidad auditiva en la afinación y en el uso de las posibilidades sonoras del instrumento. 4. Demostrar capacidad para abordar individualmente el estudio de las obras de repertorio. 5. Interpretar obras de las distintas épocas y estilos como solista y en grupo. 6. Interpretar de memoria obras del repertorio solista de acuerdo con los criterios del estilo correspondiente. 7. Demostrar la autonomía necesaria para abordar la interpretación dentro de los márgenes de flexibilidad que permita el texto musical. 8. Mostrar una autonomía progresivamente mayor en la resolución de problemas técnicos e interpretativos. 9. Presentar en público un programa adecuado a su nivel demostrando capacidad comunicativa y calidad artística. 	<p>indispensables esfuerzos musculares que requiere la ejecución instrumental y el grado de relajación necesaria para evitar tensiones que conduzcan a una pérdida de control.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Este criterio valora la competencia del alumnado en el conocimiento de las posibilidades sonoras del instrumento y la sensibilidad auditiva para su afinación. 3. Este criterio valora el trabajo realizado por el alumno con su oído interno, la capacidad de afinar y rectificar cuando sea necesario y controlar todas las variantes del sonido. 4. Este criterio pone de manifiesto la competencia del alumno de tener autocrítica y ser capaz de autorregularse al practicar en casa, de manera consciente. 5. Este criterio valora la competencia del alumnado en la interpretación del repertorio de su instrumento, el grado de sensibilidad e imaginación para aplicar los parámetros estéticos correspondientes. Además, valora el conocimiento que tiene de la escritura rítmica o la ornamentación y de otras convenciones de cada época y el valor que da al patrimonio cultural y artístico.
--	---

	<p>6. Este criterio valora la competencia del alumnado a la hora de usar la memoria comprensiva para interpretar obras del repertorio. Este dominio implica el desarrollo de la atención, la concentración y la recuperación actualizada y comprensiva del contenido y la secuencia de la obra.</p> <p>7. Este criterio valora la competencia del alumnado en demostrar que posee la capacidad de tomar decisiones por lo que respecta a cuestiones de índole musical.</p> <p>8. Este criterio valora la competencia del alumnado para dar una respuesta adecuada a la problemática que le puede emerger en el estudio de las obras de repertorio. Se valora la flexibilidad que demuestra, la respuesta dada desde su autonomía y la libertad de interpretación, dentro del respeto a la partitura, desde su propio concepto estilístico.</p> <p>9. Este criterio valora el autocontrol que tiene y el grado de madurez de su personalidad artística en una interpretación en público como solista o en grupo. En este último caso también se valora la coordinación en las actuaciones de conjunto y música de cámara, el</p>
--	---

	seguimiento de la obra y el director en el resto.
--	---

4.6.10 Tabla de coherencia curricular.

TABLA DECRETO/ SECUENCIACIÓN SDA

Competencia /s clave	Contenidos	Criterio de evaluación	Actividad	Herramienta de evaluación	Evidencias de aprendizaje
CCL2 CCL3 CCL4 STEM1 STEM2 CPSAA1 CPSAA2 CPSAA3 CC1 CE1 CCEC1 CCEC2	Trabajo de la técnica, escalas, estudios, obras. Dinámicas para preparar al alumno a afrontar el recital. Técnica de estudio para desarrollar en casa.	N. 1 N. 2 N. 3 N. 4 N. 6 N. 7 N. 8 N. 9	Trabajo de la concentración, refuerzo positivo, capacidad de tocar las obras sin pararse y con tolerancia al error, buscando el disfrute.	Portfolio	El alumno es capaz de progresar adecuadamente con su instrumento y demuestra que tiene la habilidad de poder analizar el estudio realizado en casa.
CCL1 CCL5 CP1 CP2 CP3 CE3 CCEC3 CCEC4	Interpretación de las obras en el recital final de EE. PP. Una tiene que realizarse de memoria.	N.1 N. 2 N. 3 N. 6 N. 7 N. 8 N. 10	Recital final de las 4 obras o movimiento.	Rúbrica	El alumno es capaz de afrontar la interpretación de varias obras en un recital con público, demostrando

					tener las herramientas necesarias para hacerlo posible.
CPSAA4 CPSAA5 CE2	Autoevaluación, análisis y retroalimentación del recital final.	No hay.	Cuestionario / entrevista al alumno y posterior reflexión final.	Cuestionario o	El alumno es capaz de hacer autoanálisis sobre su interpretación, exteriorizar sus impresiones o percepciones tanto en el plano mental como físico de las posibles tensiones o elementos de miedo escénico que le hayan podido perturbar.

4.6.11 Actividades.

Sesión 1: Siendo el último trimestre, nos vamos a centrar en trabajar más las obras que los estudios, aunque sin descuidarlos del todo. En esta primera sesión, evaluaremos el

punto de partida del alumno a través de la escucha de las obras del recital. Posteriormente, le preguntaremos por sus impresiones, por su estado de nerviosismo, etc. Lo anotaremos en su cuaderno.

Sesión 2: El objetivo de este último trimestre, sobre todo, es el de mantener la motivación del alumnado, de cara al recital final. Para ello, es importante no realizar comparaciones entre discentes ni exigirle más de aquello que esté listo para obtener. La sobrecarga de dificultad puede resultar en agobio, desmotivación y falta de disfrute. En esta sesión, nos vamos a dedicar a la visualización positiva. Para ello, solicitaremos al alumno que se imagine interpretando en un contexto plácido, rodeado de gente que quiere escucharle. A continuación, y después del trabajo realizado con las obras, le preguntaremos por sus impresiones y las anotaremos.

Sesión 3: Una herramienta muy útil es la de grabarse tocando. En esta sesión, le pediremos al alumno que se grabe en diferentes momentos: ensayando en casa solo, ensayando en casa delante de sus familiares, en la clase del profesor y en clase con otros compañeros. El trabajo para realizar por parte del educando es el de autoanalizarse, como si de una persona ajena se tratase, no sólo la parte técnica, musical y de control postural, si no también aquellos elementos visibles o de actitud que le puedan resultar extraños (Pasquali e Principe, 2011, p. 258). La intención es la de buscar la mejoría, desde la seguridad en uno mismo y el equilibrio emocional.

Sesión 4: En esta sesión le pediremos al alumno que nos cuente la crítica constructiva que se ha hecho a sí mismo y que exponga las posibilidades de su progreso. A continuación se trabajarán en clase todos los parámetros de las obras (golpes de arco, afinación, tempo, memoria, articulación, vibrato, dinámicas, musicalidad, etc.) desde la relajación y el control postural. Pondremos especial atención en el sonido, retomando lo trabajado en la SDA anterior, que nos irá indicando, a través de su buena o su irregular producción, aspectos a mejorar.

Sesión 5: “Además, Varga fomentaba la aparentemente inversa tarea psicológica de tocar una pieza por encima del tempo, para que resultara más fácil al volver al tempo deseado (Luckey, 2016, p. 56)”. Con esta premisa, y añadiendo dificultad a las obras, cuando el alumno retome el tempo real, le resultarán más sencillas. Por otra parte, vamos a trabajar la concentración y la memoria. Hay muchos elementos en el escenario que pueden disturbar al intérprete, desde luces, ruidos, ambiente, temperatura, etc. (Flesch, 1981). Es por ello por lo que vamos a poner a prueba, en esta sesión, la concentración del estudiante, añadiendo sonidos, y otros elementos que lo inciten a desconcentrarse. Como una especie de “vacuna”

de cara al recital. Otro ejercicio útil es el de tocar mirando un cuadro y describirlo a la vez que se interpreta. De esta manera, el alumno se focaliza más en lo que tiene que decir, y la música fluye, no le da tiempo a estar tenso.

Sesión 6: Lihay Bendayan, profesor de la Jerusalem Academy of Music and Dance sostenía que era necesario la corrección de los errores durante la interpretación, de manera mental, de modo que, en la siguiente ejecución, pudiésemos anticiparlos. Es decir, una forma de entrenamiento mental en tiempo directo que nos permitiese mejorar de una interpretación a otra. En esta sesión vamos a trabajar la performance de todas las obras, focalizándonos en la concentración, el análisis mental y la anticipación.

Sesión 7: Audición interna, junto con otros compañeros. Galamian nos desvela las tensiones que más nos pueden afectar a la hora de salir a tocar en público. Comenta que lo que es verdaderamente importante no son los movimientos físicos sino el control mental sobre ellos. Los músculos deben venir subordinados al cerebro, que es el que coordina. Por tanto no es tan importante la fuerza muscular, sino la respuesta que tienen a nuestras órdenes nerviosas. Deben evitarse los movimientos corporales exagerados, pero tampoco suprimir por completo estos (Galamian, 1998).

Sesión 8: Simulacro de recital. En teoría, la presencia del público nos debería envalentonar a dar lo mejor de nosotros mismos y al mismo tiempo amplificar nuestras emociones, aunque uno de los miedos más comunes, es ser criticados (Righini e Zadra, 2010, p. 113, 117).

4.6.12 Evaluación.

a. Evaluación inicial o diagnóstica

Realizaremos una evaluación inicial, después de las vacaciones de Pascua. Con ello pretendemos saber en qué punto de partida está el alumno con respecto al repertorio establecido. Tomaremos nota de los aspectos más significativos a mejorar: posición, postura, tensiones si las hubiera, respiración, concentración, etc. Evaluaremos su capacidad para ejecutar las obras sin pararse y con tolerancia al error.

b. Evaluación formativa

En la evaluación formativa desarrollaremos una tabla que contenga los siguientes parámetros: afinación, ritmo, sonido, relajación, postura, interpretación. Anotaremos, sesión tras sesión, qué elementos son a mejorar, y cuáles han sido mejorados.

c. Evaluación final

En esta última evaluación del ciclo se realizará una pequeña audición interna, con los contenidos y las obras trabajadas, y se le dará un feedback al alumno, antes del recital final. Para calificar se atenderán los criterios de evaluación propuestos para cada grado, siendo la nota numérica el resultado de la siguiente ponderación:

1. Resultado y evolución de la dinámica de trabajo en clase (50%).
2. Desarrollo de las audiciones, controles, pruebas evaluables u otras herramientas de evaluación (40%).
3. Comportamiento y actitud hacia la materia tratada en clase o la especialidad (10 %).

La calificación de la última de estas evaluaciones tiene carácter final, entendiéndose que es el resultado de la evaluación global y continua del proceso de aprendizaje del alumnado durante el curso.

5. ADAPTACIONES PARA NECESIDADES ESPECÍFICAS

El artículo 73 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, dicta así:

1. Se entiende por alumnado que presenta necesidades educativas especiales, aquel que afronta barreras que limitan su acceso, presencia, participación o aprendizaje, derivadas de discapacidad o de trastornos graves de conducta, de la comunicación y del lenguaje, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, y que requiere determinados apoyos y atenciones educativas específicas para la consecución de los objetivos de aprendizaje adecuados a su desarrollo.

2. El sistema educativo dispondrá de los recursos necesarios para la detección precoz de los alumnos con necesidades educativas especiales, temporales o permanentes, y para que puedan alcanzar los objetivos establecidos con carácter general para todos los alumnos. A tal efecto, las Administraciones educativas dotarán a estos alumnos del apoyo preciso desde el momento de su escolarización o de la detección de su necesidad.

La Orden Educativa 1152/2010 de 3 de agosto que regula la respuesta educativa al ACNEAE en los centros docentes de Castilla y León no contempla las adaptaciones curriculares significativas para las enseñanzas de régimen especial, por lo que sólo se pueden llevar a cabo adaptaciones curriculares no significativas y adaptaciones de acceso.

Alumno con NEAE. Tenemos un alumno con una malformación en el brazo derecho, resultante del empleo de la talidomida durante su gestación. En la mano izquierda dispone solo de los dedos índice, corazón y anular. Hemos procedido a adaptar el violín que utiliza.



De esta manera, el violín se sujeta solo, y no necesitamos el pulgar izquierdo para sostenerlo. Por otra parte, también hemos adaptado el arco, de manera que pueda utilizar un arco de $\frac{1}{4}$, pero con peso extra, ya que, al tener el brazo más corto, no puede desarrollar todo el movimiento de brazo necesario. Al añadir peso extra en el arco, mediante hilos de alambre en la punta y el talón del arco, incrementamos el peso del arco, de manera que el alumno pueda desarrollar su propio sonido.

Además, hemos procedido a adaptar el repertorio, quitando ciertas notas superfluas, y algunas dobles cuerdas difíciles de ejecutar en su mano izquierda, de manera que la interpretación, aunque siga siendo desafiante, se pueda convertir en satisfacción, y no en frustración.

6. CONCLUSIONES

La primera hipótesis establecía que el problema estaba fuera de nosotros, que no podíamos hacer nada para remediarlo, y que, además, sólo el profesor tenía la autoridad para demostrar nuestra valía o nuestra “incompetencia”. Hemos podido comprobar que, el alumnado, a través de un trabajo consciente, puede influir en la manera de afrontar su propio miedo escénico.

La otra hipótesis vendía a definir que todo el miedo que vivimos en el momento del concierto no es más que la punta del iceberg de lo que no se ve, y que consistiría en un entramado de emociones, pensamientos y sentimientos en los que sí que podemos actuar para encontrar soluciones que nos permitan sostener una vida más saludable, y que en este caso ni el público ni el profesor serían los “culpables”; sólo nosotros somos responsables de nosotros mismos. Se corrobora la hipótesis.

El objetivo general a nivel de investigación quedaba así establecido: descubrir qué mecanismos son inherentes a la condición personal de cada alumno y cuáles son influenciados a través de la acción del profesorado, de los profesionales de la salud mental, del contexto y de las expectativas individuales. Aunque no he podido contar con profesionales de la salud mental, durante mi estancia en el Conservatorio de Valladolid he podido comprobar que, en cierto modo, la actitud y la intervención del profesorado influyen notablemente en la predisposición de los alumnos a sentirse más seguros de sí mismos y a poder afrontar una audición, recital o examen con mayor confianza. Aún así, existen una serie de factores externos a nuestra acción, como el ambiente familiar y social, la personalidad de cada discente, que no podemos modificar del todo; por lo que respecta a sufrir ansia de prestación, ésta debería ser tratada por un especialista.

El primer objetivo específico resultaba en establecer qué parámetros del sonido producido por el estudiante nos eran útiles para delimitar inseguridades técnicas e interpretativas con la intención de profundizar en ellas y establecer el marco necesario de autoconfianza para que el alumno consiga disfrutar en el escenario. Este objetivo se ha cumplido, ya que hemos podido comprobar cómo la producción del sonido es un indicador de tensiones e inseguridades. Un agarre de la cuerda pobre, una falta de peso en el brazo del arco o una excesiva tensión en la mano izquierda, por poner algunos ejemplos, denotan, si el

alumno ya dispone de la técnica justa, una falta de confianza en sí mismo cuando se es expuesto a la audición con público.

El segundo objetivo específico, de tipo empírico, sería establecer, a través de la experiencia en el directo, qué estrategias le han resultado más útiles al discente al afrontar el posible miedo escénico. Este objetivo también se ha cumplido, a través de las experiencias de 3 alumnos que he seguido más de cerca.

El tercer objetivo específico pasa por plasmar los resultados en esta programación didáctica, que así se ha hecho.

Alumno 1 (6º de EE. PP)

Alumno 1 es un alumno mayor de edad, que ha repetido un par de veces 4º de violín. Tiene otras prioridades, ya que estudia en la Universidad, realiza muchas otras actividades, y le cuesta llegar a los mínimos requeridos, por falta de esfuerzo.

Con él he estado trabajando, sobre todo, cuestiones posturales y de sonido, desde una buena colocación de la mano derecha, relajación. Hemos realizado ejercicios de micro movimientos del arco, para poder controlar la unidad mínima controlable de movimiento. También hemos trabajado la soltura de la mano izquierda, muy importante para el vibrato y los cambios de posición. Aunque en las primeras sesiones se mostró receptivo, no tuve la impresión de que hubiera asimilado efectivamente lo que le estaba explicando. Le faltaba un poco de atención activa. La obra que llevaba es “Legende” de Wienawsky, una pieza que se presta mucho a los cambios dinámicos y juegos de sonido, y que necesita de la máxima expresividad, ya que se trata de una obra romántica.

La tensión que se manifiesta en la muñeca, mecánicamente, está relacionada con la repetición constante de los movimientos que realizamos con ella para generar la movilidad de la mano. El dolor se origina por la compresión del nervio medio que pasa por la muñeca, debido a la rigidez de los tendones y músculos relacionados.

A nivel emocional, esta tensión se vincula con un afán de control o con una resistencia interna o externa que dificulta nuestro trabajo. Estas tensiones se han manifestado más notablemente durante las audiciones y, aunque ha aumentado su rigidez, a nivel mental no ha perdido la concentración. Esto es debido a que este alumno tiene una gran capacidad de abstracción, y aunque su cuerpo le haya “fallado”, su mente le estaba diciendo que el resultado le era indiferente. Encontramos violinistas que no sufren jamás de este temor. Esto puede ser de envidia para sus compañeros de profesión que sufren de pánico escénico, pero sin embargo no trae ningún signo positivo. Su falta de emotividad no va acorde a la

sensibilidad necesaria del músico para transmitir, por tanto, puede dar la impresión de que rechaza al público. Éste deja de existir, por tanto no hay comunicación (Hoppenot, 2005, 184).

Alumna 1 (6° de EE. PP)

Alumna 1 es una alumna super capaz, entregada al máximo, además de ser la concertino de la Orquesta de 5° y 6° de EE.PP. Con ella estuve trabajando aspectos muy concretos, centrándonos en el 1er movimiento del Concierto en Sol menor de Max Bruch y en el concierto en Re Mayor KV218 de Mozart. En una sesión estuvimos buscando recursos conjuntamente para salvar un pasaje que técnicamente es bastante complicado, ya que implica un septillo a una velocidad bastante rápida, sumado a los cambios de cuerda que conlleva. Estuvimos trabajándolo por ritmos, cuerdas al aire, cambiando la métrica, por movimiento retrógrado, etc.

En Mozart estuvimos trabajando la afinación de los pasajes que incluían arpeggios por dobles cuerdas, buscando, desde la afinación de los intervalos perfectos de 8ª, 4ª y 5ª, el resto de los intervalos. Además, trabajamos aspectos fundamentales del sonido cristalino y *scherzoso* en Mozart, articulaciones varias, golpes de arco.

Fue una experiencia muy grata y divertida poder impartirle clase. Es muy perfeccionista, y si no es capaz de controlar todo lo que sucede alrededor o siente que no está del todo preparada, su nerviosismo no se traduce en falta de control si no en ausencia de disfrute sobre el escenario. Una de las técnicas que más le ha funcionado es concentrarse en la respiración continua y en el trabajo realizado durante la SDA de la primera vista con la tolerancia al error e intentar pasarlo bien en las audiciones.

Alumna 2 (6° EE. PP)

Alicia también es mayor de edad y estudiante universitaria. Es una alumna con la que trabajé muy a gusto, ya que tiene mucha facilidad para aplicar en seguida lo que se le explica. Como repertorio, Alicia estaba estudiando la 1ª Sonata BWV 1001 de J.S. Bach en Sol menor, el concierto de Bruch, y la Follia de Corelli/Kreisler. En el caso de Alumna 2, fue necesario, sobre todo, buscar una mejor colocación de la almohadilla, de manera que el violín estuviera más recto, y una postura que le fuera práctica, ya que tendía a inclinarse hacia el atril y hacia abajo.

Mi intervención fue mirada hacia estos aspectos, además de trabajar la postura de ambos brazos, la colocación de la mano izquierda con los ángulos adecuados y la anticipación

del movimiento de los dedos de la mano izquierda. También trabajamos aspectos del sonido, a través del peso, y los juegos de presión del arco en sus diferentes puntos de contacto con la cuerda, y la posición de ésta, más o menos próxima al ponticello. Alumna 2 tiende a la introversión y necesita el refuerzo positivo o la aprobación del profesor y los compañeros para poder sentirse válida en el escenario.

En su caso, una de las estrategias que más le ha ayudado es encontrar, entre las primeras filas del público, a su círculo más íntimo de familiares y amigos que le generaban un marco de bienestar.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agrillo, C. (2012). *Suonare in pubblico. L'esperienza concertistica e i processi neurocognitivi*. Carocci Editore, pp. 39, 40, 80-81.
- Alaminos Chica, A. y Castejón Costa, J. L. (s. f.). *Elaboración, análisis e interpretación de encuestas, cuestionarios y escalas de opinión*. Universidad de Alicante.
- Bisquerra Alzina, R., Pérez González, J. C., García Navarro, E. (s. f.). *Inteligencia emocional en educación*. Editorial Síntesis.
- Brugués, A. O. (2011). Music performance anxiety—part 1. A review of its epidemiology. *Medical Problems of Performing Artists*, 26(3), pp. 102-105.
- Bruser. M. (2012). *L'arte di esercitarsi. Guida per fare musica dal cuore*. EDT.
- Clark, D. M., & Agras, W. S. (1991). The assessment and treatment of performance anxiety in musicians. *The American Journal of Psychiatry*, 148(5), pp. 598-605.
- Dalia, G. (2004). *Cómo superar la ansiedad escénica en músicos*. Mundimúsica Ediciones, pp. 43, 50-51, 142.
- Dalia, G. y Pozo, Á. (2006). *El músico, una introducción a la psicología de la interpretación musical*. Mundimúsica Ediciones.
- Departamento de cuerda (2024). *Programación de la asignatura. Violín*. Real Conservatorio Profesional de Música de Cádiz “Manuel de Falla”.
- Departamento de cuerda (2024). *Programación de violín. Enseñanzas básicas y profesionales*. Conservatorio Profesional de Música de Málaga “Gonzalo Martín Tenllado”.
- Departamento de cuerda (2024). *Programación Didáctica de Violín. Curso 2024 – 2025*. Conservatorio Profesional de Música de Valladolid.
- Departamento de cuerda (2024). *Programación Didáctica de Violín. Curso 2024 – 2025*. Conservatorio Profesional de Música de Ciudad Real “Marcos Redondo”.
- Flesch, C. (1981). *L'arte del violino*. Edizioni Curci.
- Flesch, C. (1995). *Los problemas del sonido en el violín*. Real Musical.
- Galamian, I. (1998). *Interpretación y enseñanza del violín*. Ediciones Pirámide, pp. 139-142, 145, 152, 155.
- Grau Rubio, C. (2004). *Atención educativa al alumnado con enfermedades crónicas o de larga educación*. Ediciones Aljibe.

- Grappelli, S. (2020). *In viaggio con il mio violino*. Ottotipi Edizioni, pp. 7, 169.
- Havas, K. (2009). *La paura del pubblico. Cause e rimedi*. Cremona Books, pp. 26-30, 114-127.
- Hoppenot, D. (2005). *El violín interior*. Editorial Real Musical, pp. 7-22, 157-169, 174, 175, 184, 194.
- Kenny, D. T. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. Oxford University Press.
- Lehmann, A. C., Sloboda, J. A., & Woody, R. H. (2007). *Psychology for musicians: Understanding and acquiring the skills*. Oxford University Press.
- Lukey, K (2016). *Demon or philosopher: the artist and teacher Tibor Varga* (Tesis de Doctorado, The University of Sidney). <http://hdl.handle.net/2123/14382>
- Menuhin, Y. (1987). *Violín: Seis lecciones con Yehudi Menuhin*. Real Musical.
- Oakley, B., Sejnowski, T. y McConville, A. (2021). *Aprender a aprender. Cómo tener éxito en la escuela sin pasarte todo el día estudiando. Guía para niños y adolescentes*. Ediciones Obelisco.
- Oddone, E. (2013). *Anatomia violinistica. Fondamenti anatomici della tecnica violinistica*. Ricordi.
- Osborne, M. S. (2016). Music performance anxiety: A review of the literature. *Australian Journal of Music Education*, 2016(1), pp. 10-22.
- Papageorgi, I., Creech, A., & Welch, G. F. (2013). Perceived performance anxiety in advanced musicians specializing in different musical genres. *Psychology of Music*, 41(1), pp. 18-41.
- Pasquali, G. e Principe, R. (2011). *Il violino. Manuale di cultura e didattica violinistica*. Edizioni Curci, p. 258.
- Perkins, R., & Williamon, A. (2014). Learning to manage performance anxiety: Perspectives from young classical musicians. *British Journal of Music Education*, 31(1), pp. 51-66.
- Righini, F. e Zadra, R. (2010). *Maestro di te stesso. PNL per musicisti: Guida pratica alla realizzazione artistica e personale con le strategie della Programmazione Neuro Linguistica*. Edizioni Curci, pp. 113, 117.
- Ruiz Martín, H. (2020). *Conoce tu cerebro para aprender a aprender. Guía para jóvenes estudiantes*. International Science Teaching Foundation.
- Spahn, C., Walther, J. C., & Nusseck, M. (2016). The effectiveness of a multimodal intervention program on music performance anxiety in young musicians. *Psychology of Music*, 44(4), pp. 893-909.
- Sloboda, J. A. (1998). *La mente musicale*. Saggi Il Mulino, pp. 221-237.
- Williamon, A., & Thompson, S. (2006). Awareness and incidence of health problems among conservatoire students. *Psychology of Music*, 34(4), pp. 411-430.

