



PROGRAMA DE BACHILLERATO EN MÚSICA
TRABAJO DE INVESTIGACIÓN CONDUCENTE A GRADO

**“GUÍA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE
DEL TROMBÓN DE VARA PARA LOS
BENEFICIARIOS DE SINFONÍA POR EL PERÚ DEL
NÚCLEO LA VICTORIA”**

Presentado por

Jorge Yanfranco Gutiérrez Córdova

**Programa académico de Interpretación musical. Interpretación
musical en Trombón**

Asesor

Dr. Ramon Thiago Mendes de Oliveira

Lima, 30 de septiembre del 2020

GUÍA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE DEL TROMBÓN DE VARA PARA LOS BENEFICIARIOS DE SINFONÍA POR EL PERÚ DEL NÚCLEO LA VICTORIA

Jorge Yanfranco Gutiérrez Córdova

RESUMEN

La presente investigación busca realizar una guía metodológica para el aprendizaje del trombón de vara, aplicada para los beneficiarios de Sinfonía por el Perú del núcleo La Victoria. Este proyecto liderado por Juan Diego Flores beneficia en la actualidad a más de 10000 niños y jóvenes en condiciones de riesgo en todo el territorio nacional. En mi experiencia como docente de esta institución en la especialidad de trombón y con el entusiasmo de contribuir al crecimiento de niños y jóvenes elaboré esta pequeña guía, que va de acuerdo con los objetivos de Sinfonía por el Perú del núcleo La Victoria, esperando que tenga alcance y se pueda aplicar en los demás núcleos de esta institución.

PALABRAS CLAVE: Guía, aprendizaje, trombón de vara, Sinfonía por el Perú

ABSTRACT

This research compiles a learning guide and a method for trombone. It is designed to be used by the students of the social project "Sinfonía por el Perú del núcleo La Victoria". This project, led by the singer Juan Diego Flores, currently provides free music lessons to more than 10000 kids living in underprivileged conditions throughout the country. In my experience as a trombone teacher in this institution, and with the enthusiasm to contribute to the growth of these kids, I developed this small guide, which is in line with the objectives of "Sinfonía por el Perú del núcleo La Victoria". Hopefully, it will be also reachable and applicable in the other teaching centers of this institution.

KEYWORDS: Guide, apprenticeship, trombone, Sinfonía por el Perú

INTRODUCCIÓN

Con la motivación de mis alumnos y maestros, desarrollo este trabajo ya que en el núcleo La Victoria de Sinfonía por el Perú no existe en la actualidad un método de aprendizaje del trombón adecuado con los lineamientos de la institución y sus objetivos. Tocar el repertorio de una orquesta sinfónica requiere de un cierto nivel técnico al igual que el trabajo de fila y ensamble, la parte teórica-musical es esencial para lograr que esto funcione. Así es como nace el interés por hacer un trabajo de esta naturaleza.

Siendo estudiante de Interpretación en trombón, luego de haber participado en algunos seminarios y clases maestras, observé que una de las principales falencias de los alumnos que comienzan a tocar el trombón es la falta de información sobre cómo abordar la técnica, es decir, que el tiempo que pasan practicando con el instrumento puede que no se aproveche de la mejor manera. Esto por la falta de un maestro que guíe de la forma correcta o no tener un material adecuado para trabajar en su iniciación con el trombón.

Para contextualizar este trabajo se usaron diversas fuentes bibliográficas como libros, métodos y trabajos de investigación, seleccionando lo que en mi experiencia como alumno y docente ha tenido resultados favorables en la práctica del trombón. En la actualidad la escuela de trombón holandesa es una de las más influyentes en la formación de nuevos trombonistas. Es así, que en los ejercicios propuestos en esta investigación muestro una selección de métodos elaborados y desarrollados por los maestros y alumnos de esta escuela.

Este trabajo presenta 3 capítulos, en el primero describo los antecedentes y algunas conclusiones afines con mi proyecto. El segundo capítulo aborda una breve reseña de Sinfonía por el Perú, su importancia e impacto en la sociedad, seguidamente presento los primeros ejercicios de aire y estiramiento así como las primeras aproximaciones al trombón, calentamientos y algunas rutinas diarias. Por último, en el tercer capítulo expongo mis conclusiones.

Finalmente, elaborar este trabajo fue una experiencia que me ha dado mucha satisfacción como docente de Sinfonía por el Perú al emplear esta guía con mis alumnos y tener buenos resultados.

CAPÍTULO 1

Estado de la cuestión

En junio del 2016, el licenciado Franklin Ordóñez Escobar, presentó el trabajo *Guía metodológica para el aprendizaje del trombón de varas dirigida al sistema integrado filarmónico infanto juvenil SINFÍN de la UTPL. primer año, nivel inicial*. Publicado en Cuenca, Ecuador, aborda en parte el empleo del método Edgar Willems, su fundamentación pedagógica, desarrollo auditivo, ritmo, métrica, lectura y algunos alcances de escritura.

Este trabajo también hace referencia al principio del proceso de aprendizaje de la educación musical y su aplicación al sistema integrado filarmónico infanto juvenil. Enfatiza las distintas escuelas de trombón, menciona sus cualidades y sus principales representantes. Ordóñez (2016, p. 144) llega a la conclusión de que el sistema integrado filarmónico infanto juvenil SINFÍN es una institución que aún está en proceso y que carece de un método apropiado y diseñado para el aprendizaje del trombón de varas para la realidad de dicha institución, conclusión que es afín al tema de mi investigación.

El año 2012, Luis Alfredo Córdor Pumisacho, sustentó su tesis *Manual didáctico de trombón para el proceso de enseñanza-aprendizaje dirigido a los estudiantes de 12 a 16 años de edad, etapa inicial en el conservatorio nacional de música [sic] de la ciudad de Quito*.

En la primera parte describe la pedagogía en general y la pedagogía musical. Se mencionan los métodos Dalcroze, Suzuki, Orff, Martenot y Kodaly explicando el impacto que cada uno de estos métodos tiene en estudiantes de música y en la formación de músicos profesionales, se alude a los diferentes tipos de aprendizaje así como la elaboración de un currículo y qué aspectos se deben tomar en cuenta para la creación de uno. También menciona el ciclo de aprendizaje Kolb y una breve descripción de este.

En la segunda parte se describe el trabajo de campo y se exponen las siguientes conclusiones:

Según Córdor (2012, p. 65) los estudiantes consideran que debe existir una concepción pedagógica moderna, de tal manera que les sean presentados los conocimientos de manera atractiva y estimulen como sea posible para que se sientan interesados en la tarea que se les propone, y en segundo, favorece el interés y promueve una actitud positiva por parte del estudiante ante el hecho artístico relacionado con la música.

Estas son algunas de las conclusiones que van de acuerdo al objetivo del presente trabajo de investigación.

Una tesis publicada en enero del 2018 es la de Edwin Huanca Yana titulada *Aplicación del método de respiración “jacobs”: su eficiencia en el mejoramiento del sonido en instrumentistas de viento metal de la Institución Educativa Adventista Americana de Juliaca, 2017.*

Huanca menciona a Arnold Jacobs y relata brevemente su vida y trabajo como tubista principal de la Sinfónica de Chicago, también su experiencia con alumnos y cómo este los ayudaba a través de una filosofía de enseñanza llamada “Song and Wind”.

Explica también conceptos de postura corporal, relajación, respiración y conceptos afines. Algo muy valioso es que toma en consideración los trabajos de vibración de labios y con la boquilla para una correcta emisión del sonido.

Huanca también hace una breve descripción de las características del sonido y describe los instrumentos de viento metal a excepción del corno.

Este trabajo se relaciona con la presente investigación en lo siguiente: según Huanca (2017, p. 50) el método Jacobs ayuda a mejorar la emisión y calidad del sonido en personas que lo emplean, a la vez que aumenta la capacidad de la respiración muscular. Estas mejoras son comprobadas con los estudios de Huanca, que demostraron resultados positivos en varios aspectos.

En 2006 se publica la primera edición en lengua española del *Estudio de la orquestación* de Samuel Adler; correspondiente a la tercera edición en inglés. Esta fue publicada en España. Da un acercamiento más específico al trombón, su historia y los tipos de trombones que se usan en la orquesta actualmente (trombón alto, tenor y bajo). A la vez, explica las tesituras, afinación de cada uno de éstos y nos da una visión general de algunas técnicas que se pueden usar en el trombón como el *legato*, el *stacatto* y los *glissandi*, con ejemplos de pasajes orquestales. También describe brevemente el trombón contrabajo y el trombón de válvulas o pistones.

En 2004, Ben van Dijk, trombonista bajo de la Filarmónica de Róterdam, publica en Holanda su método llamado *Ben’s Basics* en el cual propone ejercicios de respiración, rutinas diarias y calentamientos. Éste método, como pocos, no sólo muestra los ejercicios, sino que el autor hace un acercamiento de cómo él piensa y estudia éstos, dando muchos alcances al estudiante de cómo realizar un estudio más eficiente.

Ben van Dijk explica que el tiempo es fundamental desde que el estudiante practica los ejercicios de aire y que la relajación del cuerpo es parte importante. Propone algo que él denomina “sonido de caballo” entre ejercicios para poder relajar los músculos de la boca y los labios. Describe también la forma de realizar las diferentes articulaciones (*legato*, *portato*, *stacatto*, *glissandi*, etcétera) y las incorpora en sus ejercicios.

Un enfoque cercano a la realidad social que se vive en uno de los núcleos de Sinfonía por el Perú es el que muestra Diana Luz Montes Álvarez en su tesis “Niños empoderados: el caso del Proyecto Sinfonía por el Perú”. Montes describe el impacto del proyecto social mediante un estudio cualitativo, llegando a las siguientes conclusiones:

Con relación a la participación de los niños y jóvenes en el Núcleo de Manchay y los lazos y vínculos que desarrollan dentro de este espacio, es importante rescatar que el Núcleo actúa para ellos como un espacio de pertenencia. Así, todos señalaron que sienten por el mismo un sentimiento de apego y familiaridad, considerando incluso que se trata de “su segundo hogar”. Para alcanzar esto, fue importante para los entrevistados haber encontrado un espacio con otros niños con intereses y responsabilidades similares a las suyas, por lo que han logrado desarrollar una mejor empatía con el espacio. Además, para lograr un espacio de convivencia positiva entre los participantes, se identificó que el rol de los maestros fue muy importante, quienes se basan en su experiencia personal para lograr espacios democráticos y saludables; esto debido a que el Núcleo no brinda lineamientos claros sobre las actividades que se tienen que realizar. (Montes, 2016, p. 81)

Por otro lado, se identificó que el Proyecto sí ha contribuido a que los niños y jóvenes participantes desarrollen una mejor autoestima, capacidad que han logrado mediante distintas actividades relacionadas a la música. En ese sentido, se identificó que los maestros dentro del Núcleo de Manchay buscan que los niños aprendan en conjunto y ayuden a sus compañeros que presentan problemas con el instrumento, actuando incluso a veces como si fueran ellos mismos los profesores. Esto también fue señalado por los mismos entrevistados, por lo que se considera que consiste en una actividad valorada y que ha logrado un impacto positivo en la confianza y mejora de autoestima. Por otro lado, otra de las actividades que han permitido el desarrollo de la confianza, son los conciertos que tienen los niños y jóvenes participantes, espacios donde se presentan en público y tienen que superar temores como la vergüenza o los nervios. Así, todos los entrevistados mencionaron que estar expuestos a estas actividades han contribuido a fortalecer su seguridad y tener menos temor a enfrentarse a situaciones desconocidas. (Montes, 2016, p. 81)

Sinfonía por el Perú también ha permitido que sus beneficiarios logren desarrollar una mayor autonomía, ya que ha generado que los niños y jóvenes desarrollen capacidades como la responsabilidad, el sentido de organización y confiar en sus propias decisiones. Sobre este punto, es importante rescatar que características como la responsabilidad y organización son ampliamente valoradas por los padres y docentes, ya que consideran que la labor principal del Núcleo es que los niños y jóvenes participantes logren desarrollar capacidades artísticas, para lo cual es relevante el desarrollo de acciones vinculadas a estos valores. (Montes, 2016, p. 81)

Estas conclusiones denotan que el trabajo que se realiza en Sinfonía por el Perú tiene un importante alcance no solo musical sino emocional, fundamento que considero importante como parte de esta investigación.

CAPÍTULO 2

2. a. Descripción de Sinfonía por el Perú y sus beneficiarios

Sinfonía por el Perú es un programa de ayuda social a nivel nacional, dirigido a niños y adolescentes de nuestro país. Su origen se remonta al modelo venezolano de Orquestas y Coros Infantiles y Juveniles que busca la formación en valores para la vida como el respeto, la disciplina y el trabajo en equipo, que a través del poder de la enseñanza musical instrumental o coral, aseguran una alta motivación en un ambiente de mística y gozo. (Página oficial de Sinfonía por el Perú, 2019).

Estas actividades se llevan a cabo en un espacio llamado “núcleo”. En su mayoría se encuentra dentro de una institución educativa, que atienden entre 300 y 600 beneficiarios en coros, orquestas sinfónicas y, en algunos casos, bandas de jazz. Sinfonía por el Perú contribuye a la formación integral de la persona ya que atiende los aspectos cognitivo, social y socioemocional: En lo cognitivo, por considerarse como un lenguaje de expresión no verbal que promueve la atención, la concentración, el razonamiento, etcétera. En lo social, por la formación en valores que hacen posible que uno se relacione con los demás en el respeto, la disciplina, el trabajo en equipo, etc. Además de en lo socioemocional, donde permite el conocimiento interno de la persona desde la autoestima y su empatía con otros.

Los beneficiarios, que son los niños y jóvenes inscritos en los núcleos, son casi en su totalidad estudiantes en etapa escolar. Muchos de ellos llegan a Sinfonía por el Perú sin algún conocimiento previo en música. Si el beneficiario es menor de 12 años pasa por una instrucción coral, haciendo más fácil una futura enseñanza instrumental. Si el beneficiario es mayor de 12 años, en la mayoría de casos se opta por la enseñanza instrumental directa.

Si bien es cierto que el objetivo de Sinfonía por el Perú no es formar músicos profesionales, sí es un objetivo que el beneficiario ejecute un instrumento en una orquesta sinfónica y desarrolle parte del repertorio universal sinfónico, por lo cual es deber del maestro de especialidad guiar a los beneficiarios en los aspectos técnicos de dominio del instrumento y en el área de lenguaje musical para el buen desarrollo de estas actividades. (Página oficial de Sinfonía por el Perú, 2019).

2. b. Ejercicios de estiramiento y aire con aplicación al trombón.

Almeida (2011) hace un profundo estudio de la actividad física, hábitos y enfermedades en músicos de orquestas sinfónicas profesionales. En este estudio, propone el método *The Breathing Gym* como uno de los indicados para comenzar a estudiar posturas saludables, esto enteramente dirigido a instrumentistas de orquesta. En su trabajo indica que estos ejercicios sirven para mantener una condición óptima para la ejecución musical y muestra las

consecuencias de no establecer en el día a día alguna preparación física para desarrollar esta actividad.

Así antes de cualquier contacto con el trombón en clase, es necesario preparar el cuerpo del estudiante a través de distintos ejercicios de estiramiento y aire. Estos son igual de importantes que algún otro de flexibilidad o articulación, puesto que también son parte esencial de los fundamentos para una correcta ejecución, para ello se propone algunos ejercicios sin el instrumento. Como a seguir:

La forma de la boca al tomar el aire siempre será el de una vocal abierta de preferencia “a” u “o”, esto, para facilitar la entrada del aire al cuerpo y tener la garganta abierta al realizarlo. Además se tendrá que respirar uniformemente durante toda la inhalación respetando el pulso (cuatro pulsos para la inhalación y cuatro para la exhalación).

Los brazos subirán y bajarán proporcionalmente con el pulso del metrónomo y sobre todo se tratara de mantener relajado el cuerpo, pues, estos ejercicios además de incrementar nuestra capacidad y control de aire, buscan que adoptemos siempre una postura relajada a la hora de ejecutar el trombón. (Ver imagen 1)

El metrónomo será una herramienta indispensable en estos trabajos, a fin de crear desde este punto una conciencia de pulso interno y estable. El pulso recomendado para estos ejercicios será el de negra igual a 60 pulsaciones por minuto.



Imagen 1. Ejercicios de estiramiento y aire con aplicación al trombón.
Fuente: *The Breathing gym*. Elaboración propia

En la imagen 2 vemos algunas malas posturas, estas generan tensión y si no se corrigen a la brevedad se volverán un vicio que creará dificultad al momento de ejecutar el trombón. Estas posturas no ayudan a que el aparato respiratorio se encuentre en óptima posición, haciendo que nuestra inhalación y exhalación sea ineficiente.



Imagen 2. Ejemplos de malas posturas.
Fuente: *The Breathing gym*. Elaboración propia

Estos ejercicios servirán para activar el cuerpo ya que, al igual que un deportista, es importante estirarnos para realizar las actividades con el trombón. En las próximas imágenes (imagen 3) vemos un ejercicio con su variación (con los brazos levantados). La finalidad de esta variación es preparar los brazos, sobre todo el derecho que es el brazo con el que manipularemos la vara del trombón, para evitar cualquier tipo de lesión por algún movimiento rápido o digitación compleja.



Imagen 3. Estiramiento de brazos y movimiento del tronco antes de tocar el trombón.

Fuente: *The Breathing gym*. Elaboración propia

En el próximo ejercicio se mezcla el estiramiento de las manos brazos y tronco con la respiración. En el primer momento intercalamos los dedos como muestra la imagen, luego inhalamos y estiramos los hombros hacia atrás. Para exhalar, relajamos poco a poco los dedos y llevamos nuevamente los hombros hacia adelante.



Imagen 4. Ejercicios de estiramiento y aire con aplicación al trombón.
Fuente: *The Breathing gym*. Elaboración propia

Con la finalidad de variar los ejercicios, la imagen 5 presenta algunos cambios rítmicos para la inhalación y exhalación. Siempre se tendrá presente que estos se realizarán en un tiempo tranquilo y con la mayor relajación posible. Es probable que se presenten algunos mareos en la ejecución de estos. Hay que tener en cuenta que esto será un trabajo progresivo y se irá aumentando el número de repeticiones, siempre supervisado por el maestro responsable y dando el ejemplo de la realización de estos. Es más fácil que el beneficiario imite al profesor haciendo dichos ejercicios correctamente y poco a poco asimile las sensaciones que una buena respiración y relajación aportan a la buena ejecución del trombón. Haremos inhalaciones de aire cortas con la boca e inmediatamente exhalamos de la misma manera en un tiempo calmado, luego estas inhalaciones y exhalaciones se harán con duraciones un poco más largas hasta alcanzar la redonda. Es necesario utilizar un metrónomo, el tiempo recomendado es el de negra igual a 60 pulsaciones por minuto, en caso de no tener metrónomo utilizaremos un reloj para calcular cada pulso basado en los segundos.

Siempre buscaremos una respiración que vaya hacia la parte baja del estómago y no hacia el pecho, pues, esto también genera tensión y no se aprovecha el uso del músculo diafragmático.

Es importante recalcar que todos estos ejercicios tienen como fin acondicionar el cuerpo del estudiante para un buen desempeño a la hora de ejecutar el trombón. Es labor del docente que estos fundamentos no queden en simples técnicas de respiración, sino establecer una conexión entre estos ejercicios y la práctica del trombón.

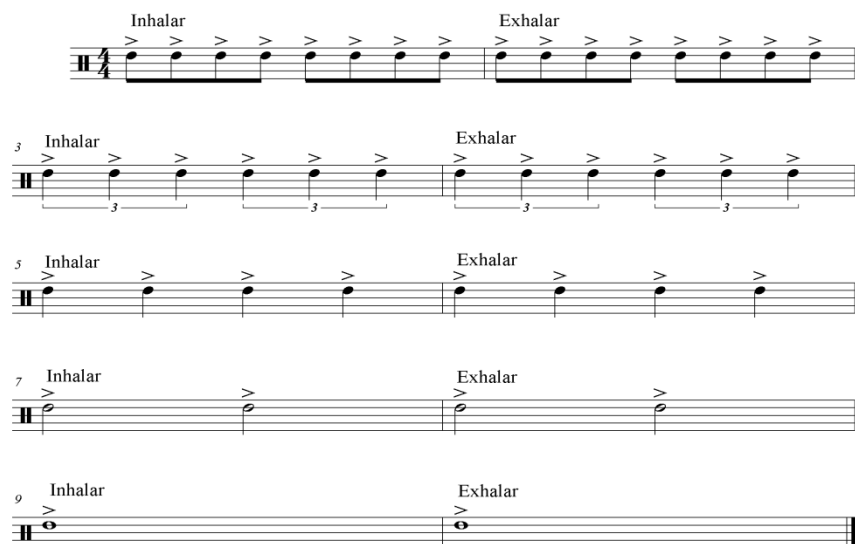


Imagen 5 Variaciones rítmicas sobre los ejercicios de aire.
Fuente: *The Breathing gym*, 2002, p.12. Reelaboración del autor, 2019

2. c. Aproximación al trombón, ejercicios básicos, calentamiento técnico y rutinas.

Lo primero en enseñar al beneficiario es cómo armar correctamente el trombón e indicar el cuidado que debe tener con el instrumento, primero abrimos el estuche en una superficie plana, luego sacamos la vara y nos cercioramos de que tenga el seguro puesto, después montamos la campana a la vara por el lado de la rosca de tal manera que quede la campana y la vara en un ángulo de 90 grados, ajustamos hasta que quede firme y en el orificio que queda libre colocaremos la boquilla. Es necesario limpiar antes y después de usar tanto el instrumento como la boquilla, esto para preservar su duración, con un paño o franela que no dañe el metal secaremos el instrumento de la saliva o sudor. Para la parte interna de la vara ocuparemos alguna crema o líquido lubricante que el núcleo posea en su almacén. Luego se le indicará la forma en cómo debe sujetar el instrumento e indicarle sus partes: Vara, campana, puntillo, salivero, bomba de afinación, boquilla y rotores en caso sea un trombón con transpositor o bajo.

Es probable que el beneficiario tenga nociones de lectura musical, por su paso en el coro. De no tener conocimientos de solfeo previos, se le enseñará poco a poco. Esta instrucción tiene que ir de la mano con el nivel técnico y musical que se irá desarrollando con el trombón, para así tener un avance equilibrado.

Esta serie de ejercicios se toma como fundamento para un calentamiento, ya que usa los primeros armónicos del trombón y las notas más sencillas de conseguir. A su vez, puede ser empleado como un ejercicio introductorio, porque tiene figuras de larga duración, emplea el uso de la boquilla (desarrollando la entonación y vibración) y utiliza los *glissandi* como medio de conexión entre las notas haciendo que el sonido se mantenga.

Ejercicio 1 a



Imagen 6. Ejercicio de *glissandi* y boquilla desde F.
Fuente: *Ben's Basics*, 2004, p.17. Reelaboración del autor, 2019

Ejercicio 1b



Imagen 7. Ejercicio de *glissandi* y boquilla desde Bb.
Fuente: *Ben's Basics*, 2004, p.17. Reelaboración del autor, 2019

Ejercicio 1c



Imagen 8. Ejercicio de *glissandi* y boquilla desde Bb en registro grave.
Fuente: *Ben's Basics*, 2004, p.17. Reelaboración del autor, 2019

El trombonista bajo de la Orquesta Filarmónica de Rotterdam Ben Van Dijk propone en su método *Ben's Basics* estos ejercicios (ver imágenes 6, 7 y 8) como primer acercamiento al trombón. En dichos ejercicios se combinan las notas largas y el trabajo con la boquilla. David Muñoz, músico tubista español en su artículo *El trabajo con la boquilla en los instrumentos de viento-metal*, resalta la importancia y la eficiencia de estas prácticas así como la de los *glissandi*. En su artículo cita a los músicos Roger Bobo, Arnold Jacobs, Stefan Schulz y Charles

Vernon todos destacados instrumentistas de viento-metal y profesionales de las mejores orquestas del mundo, en estas menciones se muestran fragmentos de las partituras de los ejercicios que ellos realizan, estos son similares en función a los que se proponen en este capítulo. Cabe señalar que las prácticas diarias de dichas actividades combinadas sirven como base de la técnica de todo trombonista profesional o amateur.

Este ejercicio (imagen 8) ayuda a explorar toda la vara, por lo que se recomienda tener un afinador para que el estudiante conozca las distancias entre las posiciones y vaya tomando conciencia de la digitación correcta de estas. La primera vez se tocará en el trombón y en la repetición se usará solo la boquilla, buscando un sonido estable y la misma entonación que se tuvo con el trombón. Esto ayudará en el corto plazo a que el beneficiario desarrolle un sonido estable y con más armónicos.

Ejercicio 2

The image shows a musical score for Exercise 2, written in bass clef with a 3/4 time signature. The score consists of six staves of music. The first staff starts with a key signature of one flat (Bb) and contains four measures. The second staff starts at measure 5 and contains five measures. The third staff starts at measure 11 and contains five measures. The fourth staff starts at measure 17 and contains five measures. The fifth staff starts at measure 23 and contains five measures. The sixth staff starts at measure 29 and contains five measures. The music features various rhythmic patterns, including eighth and sixteenth notes, and rests. Slurs are used to group notes across measures. Accidentals, including flats and sharps, are used to change notes within the exercise.

Imagen 9. Ejercicio de coordinación de aire vara y lengua.

Fuente: *The Remington Warm-Up Studies*, 1980, p. 17. Reelaboración del autor, 2019

Estos ejercicios (ver imagen 9) muestran las ligaduras. Estas serán ejecutadas pronunciando la sílaba “ra” o “ro” mientras que las negras que tienen la articulación *tenuto* serán tocadas con la sílaba “da” o “do”. Desde luego, las primeras corcheas de cada compás se tocarán con la sílaba “ta” o “to”. Estas ideas fonéticas ayudarán al beneficiario a diferenciar poco a poco las distintas articulaciones. Aquí será muy importante la coordinación del aire, lengua y la vara.

El tiempo recomendado para esta serie de ejercicios será el de negra igual 80 pulsaciones por minuto y se evitarán en todo momento los *glissandi*.

Ejercicio 3a

♩ = 60-70

mf

8

para trombón con rotor y trombón bajo

15

Imagen 10. Ejercicio de flexibilidad con valores largos.

Fuente: *Warm Up one simple guide one simple warm up*, 2018, p. 8. Reelaboración del autor, 2019

Ejercicio 3b

♩ = 60-70

7

Imagen 11. Ejercicio de flexibilidad en el registro medio.

Fuente: *Warm Up one simple guide one simple warm up*, 2018, p. 8. Reelaboración del autor, 2019

Estos ejercicios (imagen 10 y 11) son de flexibilidad entre armónicos. Ayudarán al estudiante a conectar las notas y el registro mediante la columna de aire. Es

importante respetar los tiempos indicados en los ejercicios, puesto que estos fortalecerán la embocadura del beneficiario.

La primera nota se articulará, mientras que las siguientes serán conducidas con aire y sin usar la lengua. Utilizaremos para estos ligados entre armónicos la vocal “a” u “o”. El metrónomo será imprescindible junto a la entonación correcta de los intervalos. Se evitará acentuar las notas y buscaremos en todo momento la uniformidad del sonido en cada serie de estos ejercicios. La dinámica a usar será *mezzo piano*.

Ejercicio 4

continuar descendiendo cromáticamente hasta E

Imagen 12. Ejercicio de articulación cromático.

Fuente: *15 Minute Warm-Up Routine*, 1997, p. 3. Reelaboración del autor, 2019

Este ejercicio (ver imagen 12) servirá para mejorar la articulación de la lengua, ya que al tener notas repetidas, esta tiende a entorpecerse y no permite el paso del aire haciendo que la calidad de la emisión no sea buena. En principio será difícil conseguir que el beneficiario complete toda la serie. Sin embargo, buscaremos la uniformidad de la articulación en las notas repetidas y estaremos pendientes siempre del tiempo. A medida que va bajando el registro se tendrá especial cuidado con el uso incisivo de la lengua.

Ejercicio 4

continuar descendiendo por el círculo de quintas hasta completar

Imagen 13. Escalas mayores en círculo de quintas.

Fuente: *15 Minute Warm-Up Routine*, 1997, p. 13. Reelaboración del autor, 2019.

Las escalas son parte fundamental en la formación de los beneficiarios de Sinfonía por el Perú, Davis presenta estas en el círculo de quintas, pero a partir de si bemol mayor. De este modo estaremos reforzando la parte teórica de los estudiantes a la vez que desarrollan el sentido de la afinación en una tonalidad. Es muy importante trabajar este ejercicio con un afinador y hacer entonar al beneficiario cada escala que se trabaje.

CONCLUSIONES

- _ Con relación a la inserción de beneficiarios a Sinfonía por el Perú, es importante mencionar la mejora de actitudes y valores que proporciona una formación musical orientada a la práctica orquestal y coral. La ubicación de este núcleo en uno de los distritos con índices de delincuencia juvenil más altos de Lima ayuda a que la sociedad mejore, a que los niños y jóvenes tengan expectativas de desarrollo personal y profesional que no tenían antes de conocer este proyecto.

- _ Como instrumentistas de viento, es fundamental conocer el funcionamiento de nuestro aparato respiratorio. El control de la entrada y salida de aire le proporcionara al beneficiario la tranquilidad para una buena ejecución del trombón. Los ejercicios de estiramiento propuestos sirven tanto a músicos profesionales como estudiantes a preparar el cuerpo y los resultados son satisfactorios al no presentar lesiones cuando se ejecuta el instrumento.

- _ Se identifica que las notas largas al igual que el trabajo con la boquilla es la base de un buen sonido, por eso, todos los ejercicios propuestos se recomienda repetirlos con la boquilla. La flexibilidad nos proporcionara comodidad para movernos por todo el registro. Todo esto contribuye a que el repertorio propuesto por Sinfonía por el Perú sea ejecutado y no afecte la técnica que va desarrollando el beneficiario.

- _ Esta guía refleja un trabajo de mucho tiempo, seleccionar cuales ejercicios son los más adecuados con el propósito de Sinfonía por el Perú y desarrollar cada uno de ellos pensando en los beneficiarios del núcleo La Victoria. Como docente de esta institución comprobé que esta pequeña guía ayuda de una manera eficiente a los nuevos alumnos como a los antiguos. Se identificaron los principales problemas técnicos, de acuerdo a esto se propusieron todos los ejercicios. Queda en manos de las personas correspondientes llevar esta guía a los diferentes núcleos de sinfonía por el Perú y porque no a otras instituciones con un perfil similar.

REFERENCIAS

- Betancor, I (2011). *Hábitos de actividad física en músicos de orquestas sinfónicas profesionales: un análisis empírico del ámbito internacional*. (Tesis de doctorado). Universidad de las Palmas de Gran Canaria. Las Palmas de Gran Canaria. España.
- Cóndor, L (2012). *Manual didáctico de trombón para el proceso de enseñanza – aprendizaje dirigido a los estudiantes de 12 a 16 años de edad, etapa inicial en el conservatorio nacional de música de la ciudad de Quito*. (Tesis de maestría). Universidad de Cuenca. Quito. Ecuador.
- Davis, M. (1997). *15 Minute Warm-Up Routine*. New York: Hip-Bone Music.
- Huanca, E. (2018). *Aplicación del método de respiración “Jacobs”: su eficiencia en el mejoramiento del sonido en Instrumentistas de viento metal de la Institución Educativa Adventista Americana de Juliaca, 2017*. (Tesis de maestría). Universidad Peruana Unión. Lima. Perú
- Hunsberger, D. (1980). *The Remington Warm-Up Studies*. New York: Accura Music.
- Krimperis, G. (2018). *Warm Up one simple guide one simple warm up*. (s.l.) Recuperado de: <https://gkrimperis.files.wordpress.com/2018/01/warm-up-english-preview1.pdf>
- Montes, D. (2018). *Niños empoderados: el caso del Proyecto Sinfonía por el Perú*. (Tesis de maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima. Perú.
- Muñoz, D. (2012). *La Importancia del Trabajo con la boquilla en los instrumentos de viento-metal*. (s.l.) Recuperado de: http://www.elcantodelamusa.com/docs/2012/diciembre/doc_2laboq.pdf
- Ordóñez, F (2106). *Guía metodológica para el aprendizaje del trombón de varas dirigida al sistema integrado filarmónico infanto juvenil sinfín de la UTPL. Primer año, nivel inicial*. (Tesis de maestría). Universidad de Cuenca. Cuenca. Ecuador
- Pilafian, S. y Sheridan, P. (2002). *The Breathing gym*. (s.l): Focus on Excellence.
- Sinfonía por el Perú. (2011). *¿Qué es Sinfonía por el Perú?* Recuperado de: <https://sinfoniaporelperu.org/>
- Van Dijk, B. (2004). *Ben´s Basics*. (s.l): BVD Music Productions.

Jurgen

Firma

Dni: 70047545