

# ***PROGRESAR A TRAVÉS DE LA REPETICIÓN***

por Kerstin Wartberg

***Queridos padres,*** después de algunos años de clases con su instrumento, vuestros hijos han aprendido un buen número de piezas. Para algunos padres y estudiantes, la repetición regular de todas las piezas podría parecer demasiado laborioso y complicado. Sin embargo, esta parte de la práctica no debería ser abandonada. La revisión regular de alta calidad se convierte en la más importante para incrementar los niveles de habilidad. Lo que viene a continuación ilustrará el por qué no debe ser abandonado y también como convertirlo en una experiencia divertida y excitante.

## **¿Qué efectos tiene en los niños la revisión?**

Los niños que regularmente revisan las piezas previamente aprendidas o aprenden nuevas piezas a través de la repetición sistemática, adquieren experiencias que pueden ser aplicadas en muchas áreas de la vida. Musicalmente su desarrollo es más avanzado, y tienen un mayor dominio de su instrumento que aquellos que solamente tocan las piezas actuales. Para ilustrar la importancia de la revisión, intenta imaginar los siguientes tres escenarios:

**Primer escenario:** intenta regresar en el tiempo cuando tus niños hicieron los primeros intentos de andar. Se cayeron incontables veces, se levantaron y volvieron a caer, se hicieron daño y quizás hasta lloraron. Sin embargo, cuando al fin consiguieron caminar unos pocos pasos, sin embargo, cuando lo consiguieron se pusieron muy contentos por su logro. Incansablemente intentaron caminar una y otra vez, solos o cogidos de tu mano. Recuerdas esas escenas muy claramente.

**Segundo escenario:** observamos a un artista circense balanceándose con confianza sobre la cuerda floja, haciendo acrobacias. Está sonriente y aceptando aplausos. Todos suponemos que habrá tenido un entrenamiento muy intenso y una práctica diaria para alcanzar dicha hazaña.

**Tercer escenario:** imagina un bello jardín en plena floración. Al amanecer, bajo un árbol un monje sentado pacíficamente y profundamente absorbido en la meditación. Se pone en pie, coge un arco y una flecha, y cuidadosamente dispara en el centro de una diana.

El primer escenario representa la necesidad natural de aprender y el logro encontrado en niños pequeños, cualidades que serían educadas de por vida. El acróbata representa lo que podemos alcanzar con el esfuerzo diario para mejorarnos a nosotros mismos dando gozo a los demás y ganando auto confianza en el proceso. El tercer escenario describe un camino hacia el desarrollo interior. Aquí, el disparar con un arco y una flecha sirve para la auto educación. El monje en realidad no está interesado en disparar un arco y una flecha, su objetivo puede ser encontrar la auto mejora revelada en una meta de ejecución perfecta. un dicho Zen ilustra este principio.

***Lo que hago, lo hago plenamente; dando lo mejor de mí. Lo hago naturalmente, con empeño, gozo e infinito cuidado, juguetonamente serio.***

## **¿Por qué es necesario introducir revisiones sistemáticas de las piezas?**

- A. para adquirir nuevas habilidades
- B. para refinar y asegurar técnicas ya dominadas
- C. para elevar piezas ya aprendidas a niveles más elevados técnica y musicalmente.

## **¿Qué mecanismos biológicos tienen lugar en el cerebro?**

Todo lo que se repite frecuentemente, pueden ser movimientos específicos, pasajes aislados o piezas completas, crean nuevas conexiones en el cerebro. Con cada repetición, las sinapsis neuronales fortalecen sus conexiones. El cerebro podrá realizar estas acciones familiares con mucho menos esfuerzo hasta convertirse en algo automático. Este proceso siempre ocurre en el cerebro, ya se trate de un buen o de un

mal hábito. Por esta razón es extremadamente importante aprender correctamente las cosas desde el primer momento. La calidad de la repetición es de gran importancia. El reaprender algo aprendido de forma incorrecta requiere hacer tantas repeticiones como las que utilizamos para aprenderlo de forma incorrecta en primer lugar.

### **¿Por qué revisar las piezas puede ser presentado de un modo entretenido?**

La investigación del cerebro nos dice que la gente que enlaza practicar y aprender en combinación con gozo y atmósfera agradable inicia una reacción hormonal que produce un cambio suave entre las células nerviosas. El concluir exitosamente una tarea lleva al estudiante a aplicar más y mejor un continuo esfuerzo.

### **¿CÓMO PRESENTAR EJERCICIOS DE REVISIÓN DE UNA FORMA ENTRETENIDA?**

A. Sugerencias para la práctica de nuevas habilidades técnicas o pasajes difíciles breves. O reforzar habilidades técnicas ya adquiridas.

La pirámide

El estudiante practicará la nueva técnica o pasaje lenta y cuidadosamente. Cuando estés satisfecho. Cuando salga bien intentará tocarlo dos veces seguidas sin errores. ¿Lo hizo bien? Sino lo repasaría mentalmente o en su piano mágico invisible antes de tocarlo de nuevo dos veces más en el instrumento. Cuando el resultado sea satisfactorio puede intentarlo tres veces seguidas, etc.

El niño puede ir dibujando una pirámide con sus aciertos de forma que tendría que llegar a conseguir una base de 10 veces seguidas sin errores.

### **El juego de los números**

Tu niño elige un número entre el 2 y el 9, que representa el número total de veces que el cree que puede tocar un pasaje o ejercicio sin errores. Entonces intenta conseguir su meta. ¿Fue correcta su predicción?

B. Sugerencias para repetir piezas que quieras mejorar su nivel y técnica.

El juego de los círculos

Dibujar unos círculos de papel y escribes el título de una pieza en cada círculo, les das la vuelta para que no pueda ver lo que has escrito, tu hijo sólo podrá dar la vuelta a un papelito cada vez para descubrir su tarea.

Esta tarea te permite planificar las veces que quieres repetir cada pieza de forma precisa.

Ejercicio de número de repeticiones Coloca en una bolsa papelitos numerados del uno al diez. Para cada ejercicio sacará un papelito para saber cuantas veces deberá repetir el siguiente ejercicio.

El juego de la lotería A través de este juego los niños se acostumbran a revisar regularmente todas las piezas aprendidas. El título de cada pieza será escrito en una tarjeta y almacenados en una cajita. Cada día el niño irá tomando una tarjeta, la tocará en el piano y la depositará en una segunda cajita. Las tarjetas pasarán todas de una caja a otra siguiendo las pautas de tiempo marcadas para repasar todo el repertorio, cada día, cada dos días, etc.

### **El juego de la botella**

Coloca en el suelo unos papeles con palabras como pieza con notas repetidas bonitas, o pieza con final bonito, etc. Entonces haz girar la botella y que elija una pieza con estos puntos.

### **El juego del árbol**

Dibuja un gran árbol tipo póster con ramas, cada vez que una pieza mejore su calidad se le permitirá dibujar o pegar una hoja real en la rama que pertenezca a esa pieza.

Variación: puede ser un jarrón gigante al que se le dibuja una flor por cada mejora.

Más juegos para practicar

- Al niño se le permite colocar una ficha de dominó por cada repetición correcta que realice seguidas. Cuando todos los ejercicios han sido completados se le permite comenzar el efecto dominó.
- Compra un Lego: cuando tu hijo demuestre una mejora le permites colocar una nueva sección en el Lego, con el tiempo conseguirá una obra maestra.
- La caravana: por cada nueva repetición correcta vamos añadiendo una cochecito, una muñeca o un peluche
- Casa de cartas: por cada sección correcta añadimos una nueva sección
- Cadena de papel: cada eslabón representa una práctica exitosa.

Cómo puedes ver no hay límites para tu imaginación. A pesar de la diversión en estos juegos prácticos, deberías recordar que tu función no es la entretenerle. Bajo tú guía el niño ha de recoger las experiencias fundamentales y características de aprendizaje que tendrán efecto en toda su vida: energía, continuidad,

sensibilidad, auto confianza, auto control, y lo más importante, paciencia y perseverancia. Esto sólo lo conseguirá si a los juegos se le asocia interpretaciones de elevada calidad apropiadas a la habilidad del niño. Queridos padres, cuando realicéis estas sugerencias en vuestra práctica diaria le dareis a vuestros hijos algo más que horas de agradable entretenimiento.

## **NORMAS DE ORO DE LAS REPETICIONES**

1. Práctica correctamente desde el principio.
2. Concéntrate plenamente en la tarea que va a ser aprendida
3. Practica lentamente al principio y ve cogiendo velocidad conforme adquieras confianza. Si nunca tocas lento no podrás darte cuenta de los fallos, que sólo detectarás si tocas lenta y cuidadosamente.
4. Divide una tarea difícil en varias más pequeñas. Si un pasaje no mejora divídelo en pasos más pequeños. Tanto que te permita tocarlo con seguridad cada trocito a velocidad lenta.
5. Práctica pasajes difíciles con diferentes ritmos, rápido y lento, suave y fuerte, triste o contento, etc.