



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE ARTES Y TECNOLOGÍA EDUCATIVA  
MENCIÓN: EDUCACIÓN MUSICAL  
TRABAJO ESPECIAL DE GRADO**



**ESTUDIO SOBRE LOS EJERCICIOS FÍSICOS QUE INFLUYEN EN LA  
PRÁCTICA VOCAL COMO COMPLEMENTO DE ACTIVIDADES  
TÉCNICAS EN ESTUDIANTES DE CANTO.**

**Realizado por:**

Alex Marín

C.I: 20.976.501

Emily Vásquez

C.I: 22.510.615

**Tutor:**

Prof. Olson Aramburu

C.I. N° 4.466.877

Bárbula, febrero de 2015



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE ARTES Y TECNOLOGÍA EDUCATIVA  
MENCIÓN: EDUCACIÓN MUSICAL  
TRABAJO ESPECIAL DE GRADO**



**ESTUDIO SOBRE LOS EJERCICIOS FÍSICOS QUE INFLUYEN EN LA  
PRÁCTICA VOCAL COMO COMPLEMENTO DE ACTIVIDADES  
TÉCNICAS EN ESTUDIANTES DE CANTO**

**Trabajo Especial de Grado presentado en la Facultad de Ciencias de la  
Educación de la Universidad de Carabobo para optar al título de  
Licenciado en Educación Mención Educación Musical**

**Realizado por:**

Alex Marín

C.I: 20.976.501

Emily Vásquez

C.I: 22.510.615

**Tutor:**

Prof. Olson Aramburu

C.I. N° 4.466.877

Bárbula, febrero de 2015

## ÍNDICE

### Capítulo I.

#### El problema

Planteamiento del problema.....	1
Propósito general.....	5
Supuestos específicos.....	5
Justificación de la investigación.....	6

### Capítulo II

#### Marco teórico

Investigaciones previas.....	8
Bases teóricas conceptuales.....	13
Bases pedagógicas.....	19

### Capítulo III

#### Marco metodológico

Paradigma de la investigación.....	24
Método de la investigación.....	24
Escenario de la investigación.....	25
Técnicas de recogida de información.....	25
Actores clave.....	28
Validez de la información.....	29
Triangulación de categorías.....	30

## **Capítulo 4**

### **Análisis e interpretación de los resultados**

Análisis de los resultados.....	33
Cuadro de entrevistas.....	34
Cuadro de categorías.....	42
Interpretación de las categorías.....	48
Interpretación final de la investigación.....	52

## **Capítulo 5**

### **Conclusiones y recomendaciones**

Conclusiones.....	56
Recomendaciones.....	57
Referencias bibliográficas.....	59

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación persigue el objetivo de estudiar los ejercicios físicos que influyen en la práctica vocal como complemento de actividades técnicas en estudiantes de canto, lo cual ayudará a obtener un orden sobre ciertos elementos que influyen de forma crítica en el quehacer del director de coros, cantante lírico o coralista, con lo cual le ayudará a obtener los recursos y elementos que necesita para lograr un ensayo óptimo en el coro donde desempeñe su actividad musical y coral, sin olvidar que debe tener en cuenta los percances que debe enfrentar, si es un niño, en su desarrollo. Por lo tanto, este trabajo de investigación profundiza este fenómeno biológico en los niños, así como los principios y valores que deben obtener con la práctica coral en grupo.

El capítulo I, contiene el planteamiento del problema, el cual muestra una situación frecuente que requiere una solución, seguido de la justificación donde es necesario argumentar las razones del porque es importante este estudio donde se establece el propósito del mismo, los cuales se argumentan por el propósito general y los supuestos específicos que constituyen los fines a los cuales se desea llegar.

El capítulo II, trata sobre el marco teórico, donde se reseñan los antecedentes de la investigación y seguidamente se presentan las bases teóricas y las bases pedagógicas, las cuales ayudaron a sustentar la investigación.

El capítulo III, muestra el marco metodológico que contiene el proceso de investigación donde se establecen las técnicas, métodos y procedimientos para el apoyo de los objetivos pertinentes del respectivo estudio; también

contiene el paradigma de la investigación, el escenario y la técnica de recogida de datos, validez y confiabilidad de esta investigación y la triangulación de categorías con su respectiva contrastación de la información.

El capítulo IV, se llevó a cabo el análisis y la interpretación de los resultados obtenidos a través de un cuadro de categorías donde se interpretaron las mismas y se realizó una interpretación final de la investigación.

Seguidamente, el capítulo V, muestra las conclusiones y recomendaciones, donde finalmente se sugiere estudiar el repertorio acorde a las edades del coro, llevar un balance entre vocalización y ejercicios físicos previos antes del ensayo, y fomentar valores como la disciplina y la puntualidad en el coro, y así obtener un mejor desempeño del coralista, así como un buen rendimiento del coro en general.

## **CAPITULO I**

### **EL PROBLEMA**

#### **Planteamiento del Problema**

La educación como proceso humanístico busca realizar cambios significativos en la manera de razonar del hombre en la sociedad, generando estrategias de enseñanza y aprendizaje que faciliten la adquisición de nuevos conocimientos y a la vez modificar conductas que tengan un impacto positivo en la psiquis de los participantes. Según Henz (1976):

Educación es el conjunto de todos los efectos procedentes de personas, de sus actividades y actos, de las colectividades, de las cosas naturales y culturales que resultan beneficiosas para el individuo, despertando y fortaleciendo en él sus capacidades esenciales para que pueda convertirse en una personalidad capaz de participar responsablemente en la sociedad, la cultura y la religión, capaz de amar y ser amado y de ser feliz. (P. 39)

Dicho proceso educativo se presenta a sí mismo no sólo en el aula de clases sino que a diario las personas experimentan diferentes escenarios donde aplican conocimientos y buscan respuestas a necesidades primordiales. Según Lampe (1984): “el desarrollo cognoscitivo, es decir, a los cambios en el ámbito intelectual que ocurren en el individuo a través del tiempo y a los métodos que pueden usarse para fomentar dicho desarrollo” (P.62).

Es por ello que a nivel de procesos cognoscitivos se han hablado de inteligencias múltiples de la programación neurolingüística y de procesos de la enseñanza y aprendizaje que desarrollen aptitudes y actitudes que

permitan cambios de conducta, de temperamento y personalidad a través de dichos procesos, para lo cual se diagnostica si la persona presenta deficiencias en los contenidos que el mismo intenta abstraer de las áreas de conocimiento.

Se observa si existe motivación en la persona de querer internalizar los conocimientos y usarlos para su propio fin y su crecimiento como individuo, por lo cual necesita explotar el recurso de la codificación, siendo este conservar los conocimientos a largo plazo. No en balde, también necesita de otro proceso llamado búsqueda y recuperación en el que debe buscar el material almacenado y hacerlo accesible habiendo ya hecho el proceso de repaso en el cual actúa la memoria a corto plazo, a fin de que, el hombre para adquirir los conocimientos de forma correcta, debe codificar de manera simple y conceptualizar para entrar a memoria en corto plazo y almacenar en la memoria a largo plazo para que se logre una conducta que genere respuestas mediante un estímulo, el cual nace por la necesidad de buscar respuestas, las cuales, en el ámbito educativo, el docente facilita herramientas para una mejor abstracción de los conocimientos.

El ser humano como ser social tiene la necesidad de interactuar, convivir, integrarse y expresarse. Según Backing (1994): “La música es un producto del comportamiento de grupos humanos, tanto si son formales como informales es sonido humanamente organizado. Por lo tanto, la música es considerablemente una de las formas humanísticas más influyentes en la vida del hombre” (P. 29). Por lo expuesto, es bien sabido que la educación musical tiene como principio más allá de formar músicos, formar mejores personas para la sociedad a través de la música, en la cual intervienen varios factores que complementan a la misma, como las matemáticas, el lenguaje y la expresión corporal.



En Venezuela, la educación musical ha permitido desarrollar cambios en las actitudes y personalidades cuando de enseñanza musical se trata, por lo cual, los educadores musicales deben de obtener en su formación herramientas y recursos que lo ayuden a facilitar y administrar los conocimientos musicales de una forma sencilla y entendible para sus alumnos; es menester investigar sobre sistemas de enseñanza musicales, con los cuales se han creado infinidad de estrategias de enseñanza y aprendizaje.

Dichos sistemas se complementan no sólo con la música sino con áreas del conocimiento anteriormente mencionadas, lo cual brinda al docente un gran terreno en el cual sembrar y hacer florecer dichas estrategias ya creadas. Por lo tanto, el estudiante de música logrará ver de una forma más sencilla y dinámica los contenidos musicales con los cuales se integra e interactúa con sus compañeros de clase. Según Lacárcel (1995):

Los progresos musicales que se dan de una manera espontánea en el niño [...] El medio proporciona unos estímulos sonoros y musicales que incidirán directamente en el desarrollo cognitivo-musical, dotando de unas experiencias y de una sensibilización hacia la música propia de cada cultura y grupo, que proporcionarán al niño un desarrollo cognitivo-musical espontáneo y natural.(P. 72)

La práctica de la música implica diferentes procesos psicológicos y físicos que a medida de la constancia se van perfeccionando. La formación musical propiamente dicha, proveniente de academias, conservatorios e instituciones de música que, en general, conciben a la práctica musical, ya sea instrumental o vocal, como un propósito aferrado e invariable lo que sin duda alguna genera el desarrollo de excelentes profesionales de música. Pero, suele verse con frecuencia el alto nivel de importancia que tiene la

ejecución impecable del instrumento aún por encima del proceso previo que se necesita para lograrlo.

Factores como la falta de un régimen de calentamiento, el cuidado de la técnica, la correcta alimentación y el descanso, necesarios a la previa ejecución del instrumento o la voz, hacen evidente la necesidad de hacer un estudio para revelar la influencia que tendría la aplicación de una serie de ejercicios físicos que sirvan de apoyo así como el fomentar buenos hábitos del mantenimiento del cuerpo, lo que permitirá un cambio de personalidad, aptitud, actitud y temperamento que logrará un mayor desempeño en la ejecución instrumental y vocal.

La carencia de una técnica y disciplina de calentamiento, en practicantes de música, produce a la larga mala digitación y con el tiempo, difíciles de corregir y, en casos más radicales, enfermedades físicas, tales como: la tendinitis, síndrome del túnel carpiano, síndrome de Quervain, entre otras. En consecuencia, con esa investigación se busca dar respuestas a las siguientes interrogantes: ¿Cuál sería la importancia de un estudio de ejercicios físicos para mejorar la técnica y el rendimiento musical en estudiantes de música?, ¿Cuáles serían la serie de ejercicios físicos que servirán como estrategia para un ensayo óptimo en la práctica coral? ¿Qué factores influyen en el mal rendimiento de estudiantes de canto y coralistas?

## **Propósitos de la Investigación**

### **Propósito General**

Estudiar los ejercicios físicos que influyen en la práctica vocal como complemento de actividades técnicas en estudiantes de canto

### **Supuestos Específicos**

- Diagnosticar las fases que conforman el estudio en la práctica musical coral y su aplicabilidad como técnicas de estudio de canto
- Explicar las diferentes áreas corporales que se relacionan con la práctica musical en el canto solista o coral
- Determinar la influencia de los ejercicios físicos en el desempeño de las agrupaciones corales
- Reflexión final de los resultados obtenidos.

## **Justificación de la Investigación**

Es bien sabido que en el desarrollo de la práctica musical se encuentran implicados diferentes latitudes del ser humano. Áreas internas profundamente relacionadas al trabajo cerebral, psicoemocional y orientaciones sublimes como la espiritualidad y los sentimientos tienen su encuentro; sin embargo, el aspecto externo que lleva a cabo el producto final musical es netamente físico-corporal.

En cualquiera de las disciplinas artísticas musicales, ya sea instrumental, vocal o dancística, el cuerpo conlleva fuerte responsabilidad, siendo en ocasiones expuesto a situaciones de constantes movimientos bruscos en suma velocidad como a violinistas en un concierto de orquesta; prolongadas tensiones musculares como en cantantes líricos durante un aria de ópera y aún más explícitamente en bailarines profesionales de cualquier género.

Desde realizar una técnica indebidamente en músicos instrumentistas hasta permanecer mucho tiempo de pie en el caso de los coristas puede repercutir físicamente de manera negativa. Con frecuencia la falta de una concientización del esfuerzo que hace el cuerpo ante estos eventos produce como consecuencia aflicciones musculares, cardíacas, dolores de cabeza, oídos, entre otros. Aflicciones que bien pueden prevenirse internalizando la necesidad de la práctica de ejercicios que fortalezcan aquellas aéreas corporales más afectadas en la práctica musical que, además de mejorar el desempeño artístico, contemplen como propósito una mejor calidad de vida.

Es por ello que el estudio de ejercicios físicos es necesario, ya que se observa un déficit de técnicas vocales, los cuales afectan la ejecución e interpretación de la misma, y los ejercicios físicos ayudarán a corregir estas deficiencias físicas que se crean a raíz de malas técnicas de digitación en la voz, así que esta investigación mejorará o creará ejercicios físicos para una mejor motricidad y preservar la rutina de una técnica vocal bien ejecutada.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **Antecedentes de la Investigación**

##### **Investigaciones Previas**

A razón de la investigación, una de las investigaciones consultadas fue el trabajo especial realizado por Pérez Aldeguer (2012) titulado: “El papel de la educación rítmica en la escuela primaria: un estudio desde la perspectiva del alumnado”, presentado en la Universidad Jaume I de Castellón por, Santiago en la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales. Este tuvo como objetivo principal el diseñar, implementar y evaluar los resultados del programa de intervención “Dum-Dum” en el 2º y 3er ciclo de Educación Primaria, con el propósito de favorecer la educación intercultural a través de la educación rítmica. El área de aplicación de esta investigación se determinó bajo un muestreo aleatorio, donde se seleccionaron 96 alumnos pertenecientes a 12 centros públicos de la ciudad de Madrid. Para la recolección de datos se utilizó la entrevista individual semiestructurada.

Dicha investigación se enmarca dentro del diseño cualitativo por trabajarse con estudiantes de edad escolarizada pero a la vez complementada con un estudio cuantitativo sobre el diseño y evaluación de la implementación del programa de intervención docente *Dum-Dum*. Dentro de los resultados, discusiones y conclusiones más resaltantes, se obtuvo que: La ansiedad por el rendimiento musical puede conducir a un deterioro en el cumplimiento, es necesario comenzar las actividades a partir de la relajación y el ejercicio de tempos lentos y avanzar progresivamente; la

relajación muscular, producida por la percepción del pulso más lento, conduce a un mejor desempeño de ritmos en tempos más rápidos; el ritmo musical tiene la capacidad de cambiar el estado anímico, desinhibir y aportar calma interior antes y después de realizar ritmos todos juntos en clase, por lo que puede utilizarse como un ejercicio de calentamiento previo al desarrollo de cualquier tipo de encuentro pedagógico; la finalidad básica de la educación rítmica es la creación de habilidades para el desarrollo motor y del movimiento que mejoren el desarrollo psicológico, social, cognitivo y afectivo de las personas.

La consulta de esta investigación generó grandes aportes al reflejar la importancia del orden secuencial en la práctica musical, que debe iniciar con la relajación mental y física e ir gradualmente avanzando en la percepción del ritmo, ya sea de manera corporal o en la ejecución de un instrumento. Enfrentar abruptamente la práctica de un ejercicio rítmico rápido sin preparación puede generar en el ejecutante un bloqueo al no tener la disposición previa que le permita desenvolverse con facilidad, primicia que también aplica en la práctica de un instrumento. El ritmo como fuente para el desarrollo afectivo y el estado de ánimo, resulta en un excelente recurso para realizar series de ejercicios de calentamiento a partir de pulsos lentos que sirvan de apoyo al realizar pulsos más rápidos.

Por otra parte, se tiene la investigación realizada por Marina Salas Durán (2009) en la Universidad de Costa Rica, titulada: “Hábitos de Estiramiento y Calentamiento en Violinistas”. La investigación estuvo enmarcada dentro del paradigma cualitativo donde el objetivo central fue conocer los hábitos de estiramiento y calentamiento de los estudiantes universitarios violinistas de la Universidad de Costa Rica.

Para ello, se realizó una entrevista a 7 estudiantes, 3 hombres y 4 mujeres entre los 17 y los 27 años de edad. Por medio de dichas entrevistas se buscaba conocer cuánto saben sobre el tema en aspectos básicos como concepto y beneficios, así como prácticas personales en esos dos hábitos. Las preguntas fueron de carácter cualitativo, realizadas, grabadas y transcritas; algunas de respuesta cerrada y otras de respuesta abierta. Los estudiantes entrevistados tienen entre 8 y 18 años tocando violín al cual le dedican diariamente alrededor de cuatro horas y media distribuidos por turnos que van desde la media hora a las dos horas, siendo más frecuente no excederse de una hora de estudio.

Entre las conclusiones más resaltantes arrojadas por esta investigación tenemos que: a pesar de que la mayoría de los participantes afirma realizar estiramientos y calentamientos estos no están perfectamente adecuados ni son incorporadas en todas las rutinas de ensayos y presentaciones; su práctica no es de uso sistemáticos aunque admiten reconocer sus beneficios o mejoras a la hora de interpretar; hay confusión al definir lo que es estiramiento y calentamiento así como para ejemplificarlos e incluso tienden a dar el mismo concepto; la mayoría realiza estos hábitos por iniciativa propia, ya sea porque han sufrido lesiones o porque otros compañeros les aconsejan hacerlo lo que indica la poca difusión sobre estos temas; en la práctica musical, el esfuerzo físico es tan exigente como en otras actividades, por ejemplo el deporte, por lo que así como existen especialistas en el cuidado físico de los deportistas, resulta conveniente la capacitación de profesionales en la prevención de lesiones del ámbito musical que puedan orientar a la población desde los comienzos del aprendizaje musical.

Así pues, dicha investigación se relaciona con este proyecto al presentar la importancia del calentamiento previo en el caso específico de los violinistas e igualmente la practica musical en general. Sin embargo para el ejecutante no representa mayor relevancia pasando a un segundo plano ya sea por falta de interés en la sistematización de estos hábitos, un aprendizaje mal suscitado en la práctica del instrumento o el tomar el estudio de la técnica del instrumento como calentamiento.

De allí que esta investigación se muestre como una evidencia a nuestro propósito de realizar un compendio de ejercicios físicos que complementen el quehacer del músico ejecutante como herramienta a trabajar al igual que sus métodos de aprendizaje.

Por otro lado, otra investigación consultada que avala la presente, fue la realizada por Jorge Viraño, Pino Díaz y Aurora Martínez (2010) titulada: “Trastornos musculoesqueléticos (TMRIs) en músicos instrumentistas estudiantes de secundaria y universitarios” realizada en la Universidad de Vigo en España. Esta tuvo como objetivo principal describir la prevalencia de los trastornos musculoesqueléticos relacionados con la interpretación o TMRIs así como analizar el género como factor de riesgo. Asimismo, describir los factores socio-demográficos, estilo de vida y hábito de actividad musical de los participantes.

Con un tipo de investigación cuantitativa la recolección de datos se realizo por medio de entrevista oral y personalizada estructurada mediante cuestionarios con un diseño de corte transversal. La muestra comprende un total de 145 miembros, distribuidos en 52 hombres y 93 mujeres estudiantes de guitarra, violín, viola, violonchelo, contrabajo y piano del Conservatorio



Profesional de Música Manuel Quiroga, de Pontevedra y el Conservatorio Superior de Música de Vigo en los niveles de Secundaria y Universitaria.

Los resultados arrojados por esta investigación nos revelan que: la espalda es la zona más vulnerable en orden decreciente desde la espalda dorso-lumbar, cuello, hombros, codos, muñecas y manos; en pianistas y guitarristas se ha estimado un mayor riesgo de sufrir trastornos músculo-esqueléticos relacionados con la interpretación (TMRIs) en hombres frente a mujeres; los violonchelistas hombres tienen un alto porcentaje de sufrir TMRIs, mientras que la totalidad de las mujeres mostraron algún tipo de trastorno; en cuanto a la ejecución de alguna actividad física y/o deporte una minoría afirmó su práctica, siendo las diferencias más evidente en mujeres que en hombres; el nivel de condición física relacionada con la salud revelan un alto porcentaje de participantes que deben cuidar su condición física así como realizar cambios en sus hábitos y estilos de vida; un porcentaje considerable afirma no tener el hábito de realizar ejercicio físico preparatorio para los ensayo.

De este modo, la investigación anterior expuesta, manifiesta el desconocimiento o descuido de los músicos en relación a la práctica de su instrumento el cual, con frecuencia desenlaza en el padecimiento de trastornos musculo-esqueléticos o en el peor de los casos la incapacitación de su continuo ejercicio, por lo que resulta necesario a fin de este proyecto de investigación promover en los ejecutantes de música los diferentes ámbitos físico-corporales implícitos en el uso de su instrumento o la voz, así como la toma de conciencia en la práctica de ejercicios de calentamiento previo a la ejecución musical, que si bien no representan una cura frente a estos problemas, ayudan en la prevención de su aparición.

## Bases Teóricas Conceptuales

### Teorías

### Práctica Musical

Según Schopenhauer (1819), la música en su aspecto más pedagógico puede describirse como un medio de expresión donde se exterioriza en un lenguaje universal la esencia interior del ser. Dicha expresión se encuentra representada por la práctica musical, a través del canto o la ejecución de algún instrumento el cual, según Leng y Shaw (1991) su practica desde temprana edad ejercita el cerebro y desarrolla habilidades cognitivas superiores; además, plantea Phillips (2009) que también desarrolla en quien lo hace una personalidad metódica que cuida los detalles, planifica bien las tareas y tiene mucha capacidad de atención,

Para Muños (2010), ya sea desde la *práctica colectiva* que a partir del encuentro y la diversidad, cada participante aporta “conocimiento técnico, competencias instrumentales y talento para el logro musical” (P. 10); el desempeño individual guiado maestro-discípulo usualmente impartido de forma tradicional en los conservatorios e institutos de música o como expresa Álvarez (2009) sobre la *formación autodidacta*, donde se vale de métodos estructurados pero, en la mayoría de los casos, sin obtener los mismos resultados que en las circunstancias anteriores, la práctica musical vocal o instrumental, involucra la extensión corporal, desarrollada a partir de repeticiones constantes de movimientos sobre zonas específicas del cuerpo, al igual que, como señala Iñesta (2006), lo haría un deportista profesional.

Señala Reel (2007) que uno de los males más frecuentes en la práctica musical, refiriéndose a los violinistas, se encuentra el uso excesivo y la tensión muscular que conlleva a la pérdida de condición física; el calentamiento en estudiantes de música es un aspecto bastante olvidado, donde ni siquiera guarda relevancia en los currículos de los conservatorios y en el peor de los casos, como indica Bruser (1999): “Tememos que si simplemente nos relajamos y dejamos trabajar naturalmente y confortablemente, no seremos lo suficientemente buenos.” (P. 18).

Debido a esto, Tovar (2010) comenta que existe una clara incidencia de lesiones de tipo musculoesqueléticas en los músicos, principalmente instrumentistas, que se presenta casi a manera de epidemia. Estas lesiones son modificables y de fácil prevención con el fomento del hábito de practicar ejercicios de calentamiento.

## **El Calentamiento**

Un buen complemento a toda práctica musical es el calentamiento, comprendido que, según Álvarez (1992) es como un conjunto de ejercicios graduales que deben realizarse para activar la disponibilidad del cuerpo ante cierta actividad física que requiera un esfuerzo mayor al normal. El término “calentar” hace referencia al proceso que experimenta el cuerpo al redistribuir el flujo sanguíneo y activar el metabolismo en pro del área expuesta al esfuerzo físico. Indica Rosset y Fábregas (2005), que al estar los tejidos en acción la capacidad de respuesta es mucho más efectiva, los tejidos más elásticos además de ser un buen recurso de preparación psicológica.

Según Serrabona (2004), el calentamiento estimula los diferentes sistemas: respiratorio, endocrino, cardiovascular, muscular, que anticipa al

cuerpo para la actividad. En este aspecto, Salas (2009) indica que: “Un correcto calentamiento permite un mayor rendimiento interpretativo, una menor propensión a fatigarse o lesionarse y una mejor adaptación psicológica a la actividad” (P. 6)

A su vez, Tovar (2010) explica que la práctica del calentamiento en estudiantes y profesionales de la música debe ser estructurada dentro de ciertos parámetros:

- **Orden:** se debe comprender el orden antes de iniciarse la práctica, involucrando la totalidad de las partes del cuerpo, de pies a cabeza o viceversa.
- **Progresión:** la intensidad debe ser incrementada poco a poco.
- **Fluidez:** debe ser continuo, sin pausas y manteniendo el ritmo del proceso.
- **Especificidad:** el calentamiento debe guardar relación con la actividad principal por la que se está calentando, abarcando en la medida de lo posible un espacio de mayor exigencia en las regiones corporales involucradas con la actividad.
- **Totalidad:** el calentamiento prestará su atención no solo al área implícita en la actividad sino al resto del cuerpo, para promover el flujo sanguíneo y el metabolismo de manera general.

Las lesiones evidenciadas en el desempeño de los músicos frecuentemente se relacionan con un aumento del tiempo (velocidad) e intensidad de la ejecución (interpretación). A esto, Tovar (2010) señala que se pueden sumar condiciones como: el sedentarismo, los hábitos de práctica,

entre otros factores de riesgo que pueden resultar en una Lesión Músculo Esquelética.

### **Lesiones Músculo-Esqueléticas**

Según el Dr. Vallego (2002), las Lesiones Músculo Esqueléticas son trastornos en músculos, nervios, tendones, articulaciones, huesos, vasos, etc, alterando su función motora o sensitiva consecuencia de factores de riesgo como la repetición, fuerza, malas posturas, vibraciones, entre otros, presentándose en diferentes grupos de ocupaciones. Debido a su difícil diagnóstico representa un reto para expertos en el área de salud que con frecuencia presenta recaídas aún después de su tratamiento.

Afirma Vallego (2002) que estas pueden generarse por múltiples causas, desde el desempeño en el ambiente de trabajo hasta la interrelación con el contexto social pueden generar tales factores de riesgo como: malas posturas, movimientos repetitivos, esfuerzo que se manifiesta desde un cansancio hasta lesiones irreversibles, como:

- Movimientos repetitivos de flexión de muñeca
- Movimientos repetitivos de hombros, trabajos donde los brazos se ubiquen a nivel del hombro.
- Movimiento de flexión de muñecas y agarre fino

En un estudio realizado por el Ilustre Colegio de Fisioterapeutas de la Comunidad Valencia ICOFCV-España (2009) se alega que alrededor del 75% de los músicos a lo largo de su carrera sufren de algunos de estos padecimientos debido a lo implícito que están los factores de riesgo antes

nombrado, en la práctica musical. Igualmente Rosinés y Salo (2000) identifican que parte de esta problemática se deriva de un uso excesivo en los músicos, con respecto a lo músculo-esquelético, siendo la principal razón en estas dolencias como consecuencia de los largos periodos de práctica y ensayos.

Por otro lado, Fernández (2012) afirma que es vital identificar las lesiones más frecuentes en los músicos a partir de la función anatómica, cargas biomecánicas y los factores de riesgo como posiciones incorrectas, tensión muscular, la técnica del instrumento y el entorno, circunstancias propiciadas por la actividad musical.

Las lesiones músculo-esqueléticas que afectan a los músicos son clasificadas por el investigador Farías (2005) en tres grupos:

- Las lesiones referentes a músculos y tendones: tendinitis, tendosinovitis, tendosinovitisestenósante (de Quervain), epicondilitis medial y lateral, fibromiosítis, miosítis, mialgia y distonía focal.
- Las referentes a las articulaciones y capsulas articulares: bursitis, sinovitis y osteoartritis.
- Las referentes a inflamaciones nerviosas: síndrome del túnel carpiano, síndrome del túnel de Guyón, síndrome del túnel radial, síndrome del túnel cubital y síndrome del pronador redondo.

Para Fernández (2012), la manifestación de dolores musculares, poca coordinación, calambres, desgarres musculares, movimiento reducido, espasmos, imprecisión al tocar, tensión muscular, pérdida de resistencia, entre otros, son algunos de los signos más latentes en la aparición de

lesiones músculo-esqueléticas. Imprescindible es tratar a tiempo y fielmente dichas lesiones y evitar su irreversibilidad.

Los signos frecuentes que manifiestan una lesión músculo-esqueléticas, según Fernández, son:

- Si existe dolor que generalmente aparece luego de la práctica, con mayor evolución cuando se está en reposo. Es importante tomar en cuenta el lugar específico de la molestia.
- Si luego de la ejecución instrumental existe inflamación o aumento de volumen de la musculatura o tendón en el cual se origina la dolencia.
- Cuando existe una disminución en la resistencia durante la actividad, experimentando un claro desgate y cansancio muscular.

Dentro del marco de medidas para tratar este tipo de lesiones, se hace necesario la precaución y prevención así como el sumo cuidado cuando yace en tratamiento. En esta medida, ICOFCV-España (2009) recomienda una disciplina de estiramientos y calentamientos previos antes de ensayar o actuar, el cuidado de la buena postura ya sea de pié o sentados, el atril a la altura de la vista, respiración, de ser necesario ensayos extensos realizar descansos cada dos horas y trabajar en estado de relajación. (Fernández, 2012)

## **Didáctica General de la Educación**

### **Aprendizaje Social**

La educación como proceso transformador del ser humano, vista desde el enfoque constructivista, busca generar condiciones óptimas para su desarrollo así como interactuar positivamente con el entorno. Ante esto

Bandura (1977) plantea la teoría del *Aprendizaje Social* donde la conducta, los factores personales y del entorno interactúan en el proceso de aprendizaje. Dicho proceso se produce al internalizar códigos visuales o verbales que permiten generar nuevas conductas. La realización de acciones individuales en estado consiente, como juegos, ejercicios o actividades físicas generan aprendizaje.

La ejecución de un instrumento musical o del canto implica el internalizar no solo códigos visuales o verbales, también códigos auditivos y el desarrollo de la sensibilidad que producen nuevos conocimientos y formas de apreciación de la música. Bandura (1977) también propone que se puede aprender observando a otras personas. Este tipo de aprendizaje por observación se puede producir de dos maneras: por refuerzo indirecto, es decir, observar las consecuencias positivas de una determinada conducta; o por imitación de un modelo.

Es conveniente que el docente de música se haga del hábito del calentamiento previo a la práctica musical para que sirva como modelo de imitación a sus estudiantes, así como fomentar experiencias donde se evidencie la diferencia entre calentar y no hacerlo de manera que cada estudiante evidencie en sí mismo su importancia.



## **Aprendizaje Significativo**

En otro aspecto, Ausubel (1986) habla sobre el *Aprendizaje Significativo* que ocurre cuando nuevos conocimientos se incorporan de forma intrínseca a la estructura cognitiva del estudiante al relacionarlos con conocimientos previos. La relación entre el conocimiento que se quiere impartir y los conocimientos ya aprendidos generan procesos cognitivos de interacción que resultarán en un nuevo conocimiento. Para Ausubel, el interés del estudiante por aprender es vital para el desarrollo del aprendizaje por lo que entra en juego un nuevo factor que es la motivación.

El estudio y práctica de la música representan en sí misma una forma de automotivación, por lo que resulta más sencillo para el docente de música mantener el interés del estudiante. Asimismo, el estudiante tiene en su estructuras cognitivas previas conocimientos sobre la educación física vista en el programa escolar regular, conocimientos en deportes y otros aspectos de los cuales se puede relacionar la necesidad de realizar ejercicios de calentamiento antes de la ejecución musical, de manera que pueda apreciar y comprender su utilidad e importancia, generando como resultado el hábito de calentar antes de tocar un instrumento o cantar.

## **Didáctica Especial de la Educación Musical**

### **Método de Martenot**

Este método desarrollado por Maurice Martenot (1966) propone el desempeño de la educación musical tomando en cuenta la relación con la técnica instrumental desde la conciencia corporal así como las filosofías y metodologías óptimas para la enseñanza del lenguaje musical. De igual

forma, expresa la necesidad de que el educador debe propiciar un ambiente de relajación activa que permita el flujo creativo y la formación artística de manera natural.

Para el desarrollo de las actividades musicales, Martenot (1966) considera indispensable el proceso de relajación, el cual activa la disposición del estudiante y le prepara psicológica sin agobiarle, ni exigirle mayor esfuerzo a su disposición ya que esto puede ser contraproducente con el buen desarrollo de la actividad. De esta manera, la progresión en la práctica musical adquiere peso en la relajación y la fase de calentamiento previo los cuales no sólo adecúan el cuerpo a la actividad que realizará sino que también ubica al estudiante en el espacio donde se encuentra, le adapta al contexto y le permite imaginar cómo quiere que sea su desempeño en ese momento, visualizar las dificultades que tenga en algún pasaje del ejercicio o pieza que deba realizar así como la mejor manera de abordarla.

### **Método de Dalcroze**

El método de Dalcroze (1906) propone la relación intrínseca que existe entre la música, el movimiento y la coordinación. Busca desarrollar las aptitudes motrices y auditivas así como la memoria y concentración. Con su método busca afinar la capacidad de automatización de los movimientos, estimular la creatividad, la sensibilidad así como la percepción a través de los sentidos y la respuesta estímulo-sensorial del estudiante. Más allá del estudio de la música como disciplina y de la expresión corporal, Dalcroze se orienta a la relación de cómo el individuo percibe la música.

Basado en la gimnasia, este método trabaja en base a la capacidad física, motricidad, conciencia corporal, extensión y contracción de músculos

en tiempo y espacio determinado. Para Dalcroze (1906), la relación de la práctica musical con la conciencia corporal son inseparables, por lo que considera para el buen desempeño de la música, la buena conservación del cuerpo, al ser este quien genere los procesos cognitivos que mejoraran el desempeño en la educación musical. Desde este punto de vista, el método de Dalcroze (1906) respalda la necesidad de educar el cuerpo debidamente así como conservarlo por medio del calentamiento. Propone como estrategia la automatización en los estudiantes de los diferentes ejercicios necesarios que se pueden realizar a manera de práctica de la educación rítmica.

## **CAPITULO III**

### **MARCO METODOLÓGICO**

En el presente capítulo se expone el procedimiento que permitió desarrollar la investigación, el cual se estructuró de la siguiente manera: tipo de investigación, diseño de la investigación, escenario de la investigación y las técnicas de recolección de datos, así como actores clave, y demás procedimientos que se llevaron a cabo para comprobar la validez de la investigación, a fin de procesar y analizar los resultados para dar respuestas y realizar aportes a los objetivos planteados.

Según Arias (2006) define como marco metodológico: “conjunto de pasos, técnicas y procedimientos que se emplean para formular y resolver problemas” (p.18). Este método se basa en la formulación de hipótesis, las cuales pueden ser confirmadas o descartadas por medios de investigaciones relacionadas al problema.

La línea de investigación a la que se adscribe esta investigación adscrita al Departamento de Artes y Tecnología Educativa, es Curriculum y Artes, con la temática Campo laboral del docente y artes y la Sub-temática Realidad laboral del docente de artes y música.

#### **Paradigma de la Investigación**

La presente investigación se enmarca en la metodología descriptiva. Según el autor, Arias (2012):

La investigación descriptiva consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. Los resultados de este tipo de investigación se ubican en un nivel intermedio en cuanto a la profundidad de los conocimientos se refiere. (P. 24).

Por su parte, Tamayo y Tamayo (2009) indican que la investigación descriptiva: “comprende la descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual, y la composición o proceso de los fenómenos. El enfoque se hace sobre conclusiones dominantes o sobre grupo de personas, grupo o cosas, se conduce o funciona en presente”. (P. 35)

### **Método de Investigación**

El método empleado en esta investigación es hermenéutico. Según Dilthey (1900), uno de los principales exponentes del método hermenéutico en las ciencias humanas, define la hermenéutica como “el proceso por medio del cual conocemos la vida psíquica con la ayuda de signos sensibles que son su manifestación”. Es decir, la hermenéutica tendría como misión descubrir los significados de las cosas, interpretar lo mejor posible las palabras, los escritos, los textos, los gestos y, en general, el comportamiento humano, así como cualquier acto u obra suya, pero conservando su singularidad en el contexto de que forma parte.

### **Escenario de la Investigación**

Según De Sousa (2007), el Escenario de Investigación está compuesto por el contenido sociocultural que presenta relaciones contractivas y/o armónicas dentro de un grupo social, e interactúa de tal forma que se dirige a buscar soluciones prácticas a sus dificultades o

elementos que fortalezcan sus bondades, y conviene que sea de fácil acceso para el investigador. Para el caso de nuestra investigación será la Escuela de música Vicente Emilio Sojo.

### **Técnicas de Recogida de la Información**

Según Balestrini (2003): "la recolección de información es un proceso, que requiere una técnica e instrumento de medición, para obtener la información necesaria con la finalidad de estudiar un aspecto o el conjunto de un problema," (P. 147)

De acuerdo con Albert (2007): "en el enfoque cualitativo, la recolección de información ocurre completamente en los ambientes naturales y cotidianos de los sujetos e implica dos fases o etapas: (a) inmersión inicial en el campo y (b) recolección de los datos para el análisis" (P. 231), para lo cual existen distintos tipos de instrumentos, cada uno de ellos con sus características, ventajas y desventajas, los cuales se explican a continuación:

#### **La Entrevista**

Denzin, citado por Rojas (2010), define la entrevista como: "un encuentro en el cual el entrevistador intenta obtener información, opiniones o creencias de una o varias personas"(P. 85). Para la validez de la entrevista Pourtois y Desmont, citados por Rojas (2010)): "Proponen la triangulación interna o crítica de identidad, sugieren conocer bien a los entrevistados en sus componentes afectivos, personales, sociológicos" (P. 96).

A su vez, estos autores que sostienen es original y no testimonio referido de otros: "Proponen, asimismo, la validez de significancia dirigida a

descubrir el sentido que le dan los sujetos a las palabras"(P. 132); esto a través de darles copia de la entrevista realizada.

De igual forma, Denzin, citado por Rojas (2010), clasifica la entrevista de acuerdo a su grado de estructuración en: (a) estandarizadas programadas, en las que el orden y la redacción de las preguntas es el mismo para todos los entrevistados, de manera que las variaciones puedan ser atribuidas a diferencias reales en las respuestas y no al instrumento; (b) estandarizadas no programadas donde para este encuentro el investigador elabora un guion, en las secuencias de las preguntas estará determinada por el desenvolvimiento mismo de la conversación; (c) no estandarizada, no hay guion, ni preguntas pre-especificadas, el entrevistador está en libertad para hablar sobre varios tópicos y es posible que surjan hipótesis de trabajo que pueden probarse durante el desarrollo del encuentro, este tipo de entrevista es adecuada para estudios exploratorios. Por su parte, Valles, citado por Rojas (2010:87): distingue dos tipos de entrevistas: individuales y grupales denominadas grupos focales.

### **Entrevistas Individuales**

Taylor y Bogdan (2000) definen las entrevistas individuales como: "una conversación, verbal, cara a cara y tiene como propósito conocer lo que piensa o siente una persona con respecto un tema en particular" (P. 74). Por su parte, Albert (2007) señala que es: "una técnica en la que una persona (entrevistador) solicita información a otra (entrevistado/informante) para obtener datos sobre un problema determinado)" (P. 242). Es decir, que puede definirse como una conversación con finalidad.

Asimismo, Albert (2007) señala que en la entrevista en profundidad, el entrevistador sugiere algunas cuestiones importantes con objeto de que el entrevistado exprese libremente todos sus pensamientos y sentimientos acerca de dichos temas, es conversacional, no directiva, sin juicio de valor, con la finalidad que el entrevistado descubra por vía fenomenológica las motivaciones que incentivan su comportamiento.

En cuanto a sus desventajas, Anguera (1998), citado por Albert (2007), señala que:

(a) los datos que se recogen consisten en enunciados verbales por ende susceptibles de falsedades, exageraciones y distorsiones; (b) es posible que exista discrepancia entre lo que dicen y lo que hacen; (c) al no observarse directamente a las personas en su vida cotidiana, no se conoce suficientemente el contexto para comprender muchas de las perspectivas en las que se está interesado; (d) mala comprensión del lenguaje de los informantes. (P. 244)

Esta clase de entrevista permite preguntar sobre cuestiones más complejas con mayor detenimiento, la cual produce por parte del entrevistado mayor participación.

### **Actores Clave**

-William Alvarado: profesor de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Carabobo, profesor de Técnica Vocal del Conservatorio Simón Bolívar de Valencia y del Conservatorio Juvenil de Maracay, ambos adscritos a la Fundamusical Bolívar



-V́ctor Lozada: Director coral de los j́venes cantores de Mariara, ha participado como director en varios festivales de coros en lo largo y ancho del pa\_s, y su participaci3n especial en el festival de coros Ameride Brasil en el a\_ño 2014, con el cual recibieron el premio al segundo lugar, menci3n m\_sica folcl3rica.

-Greyllis Bracho: Cantante l\_rico, coralista con amplia experiencia en el coro sinf3nico de Carabobo, en el orfe3n de la universidad de Carabobo, ha interpretado varias obras de envergadura, entre ellas, el r3quiem de Mozart y la 9na sinfon\_ía de Beethoven.

### **Validez de la informaci3n**

Para Múnich y Ángeles (1998), toda investigaci3n debe cumplir con dos reglas b\_sicas para que la informaci3n obtenida sea v\_lida y los datos recolectados puedan ser comparados, en este m3todo de investigaci3n, la informaci3n se validara a trav3s de la triangulaci3n, la cual se utiliza para denominar la combinaci3n de m3todos, grupos de estudios, entornos locales y temporales y perspectivas te3ricas diferentes al agruparse de un fen3meno.

Según Denzin (1989) Se refiere a la utilizaci3n de diferentes tipos de datos, que se debe distinguir de la utilizaci3n de m3todos distintos para producirlos.

La confiabilidad y validez vienen de la informaci3n recogida por las opiniones los actores clave expertos en la materia de la problemática de nuestra investigaci3n, con lo cual se estableci3 si los objetivos de la investigaci3n obtendr\_n resultados o respuestas a la misma.

### Cuadro 1: Triangulación de Categorías

A continuación se implementó una triangulación de categorías con la cual, se logró definir e interpretar elementos que ayudaron a responder a las problemáticas de la investigación a través de un cuadro, donde se tomaron fragmentos claves de entrevistas hechas a los tres actores claves, los cuales ayudaron a contrastar la información.

Categorías	Informante 1 (William Alvarado)	Informante 2 (Víctor Lozada)	Informante 3 (Greyllis Bracho)	Contrastación de la información
<b>1-El calentamiento previo en coros infantiles y juveniles</b>	...puede que algunos si incorporen los procesos de vocalización... como hay otros que por falta de tiempo o presiones de sus superiores quieren que se monte el repertorio en tiempo record descuidando el proceso de calentamiento que se requiere....	...eso implicaba de pronto no ensayar dos veces a la semana sino tres veces, porque el tiempo que invierte uno en la vocalización en un día, entonces; habría que alargar un poco más las sesiones de ensayo para poder hacer vocalización y ensayos productivos... porque lo que tenemos en frente,	...normalmente no vocalizan, es lo que yo he visto, no hacen calentamiento, porque el tiempo es muy corto, entonces lo único que hacen es montar piezas musicales... van directamente a eso, ahora, en otro sitio de formación, como los conservatorios, si hacen calentamiento previo, si hacen buenas vocalizaciones e	<b>Por falta de tiempo, no se pueden realizar ejercicios tanto físicos como de vocalización, lo que conlleva a una mala preparación para un ensayo</b>

		<p>como repito, es un instrumento y ese instrumento requiere también una técnica, no tanto la técnica de director como tal, sino el instrumento que son los coralistas. Pienso que eso mucha gente lo obvia, obvia el calentamiento. Incluso, ese calentamiento completo se denomina calistenia o alguien lo denomina calistenia, que es el calentamiento, incluso corporal a nivel de relajación, de calentamiento de las cuerdas vocales y también es un calentamiento</p>	<p>incluso los hacen por cuerda, cuidando el registro de cada cuerda, en conclusión por mi experiencia propia, en los colegios y liceos no lo hacen, y en los conservatorios y escuelas de música si lo hacen...</p>	
--	--	--	--	--

<p><b>2-Desarrollo físico del niño y adolescente en el ensayo coral</b></p>	<p>en el caso de los varones sobre todo yo pienso que son como dos elementos diferentes que si bien tu puedes enseñar algunos principios de vocalización en un niño, ese niño tiene que saber que al cambiar la voz, va a tener que afrontar un instrumento diferente</p>	<p>...empezando por el aparato fonador en muchos niños o jóvenes que empiezan a cambiar la voz... uno le explica que eso es un proceso biológico, que ellos pasan por eso, luego hay un periodo de muda de voz que eso varía entre niño y niño o entre adolescente y adolescente, y que cuando ya le cambia la voz, entonces ya está en otro nivel...</p>	<p>...en el caso de los adolescentes, es a veces, hasta más complicado porque el adolescente no tiene bien definido el registro vocal porque se está desarrollando, entonces, algunos todavía cantan música coral para voces blancas y hay otros que ya pueden cantar para voces mixtas...</p>	<p><b>Hay una clara influencia, en la cual, los niños y adolescentes, al sufrir cambios biológicos, tienden a desarrollar cambios bruscos en su voz, por lo cual, su rendimiento en un coro va a ser muy diferente si ya el niño tenía experiencia en los mismos.</b></p>
---	---	---	--	---

<p><b>3-Condiciones para un ensayo optimo</b></p>	<p>Hay muchas variables, obviamente optimo querría decir preparado intelectualmente con conocimientos musicales suficientes para tomar una partitura y poder hacer una lectura suficientemente buena cosa que va a depender obviamente en su formación musical ...son cosas que varían dependiendo del nivel del director y del coro en general, obviamente si tú vas a hacer un coro en un barrio donde no existe esa experiencia pues tienes que comenzar primero por fomentar una disciplina... para gente que no ha tenido esa experiencia y obviamente en un</p>	<p>Y muchos de los detalles de afinación vienen es por detalles técnicos, esos detalles técnicos si yo no se los he enseñado no los puedo corregir. Entonces creo que todo viene del director; saber manejar su instrumento y como atacar los errores...</p>	<p>...lo ideal es hacer un estudio previo de quienes son las personas que conforman el coro, el repertorio que vas a adaptar a ese coro y de esa manera y ahí estableces calentamiento previo, sea físico y vocal, vocalizaciones acordes a ese grupo o a esa masa coral...</p>	<p><b>Existen muchos factores que influyen en el poder lograr que un ensayo sea fructífero, tanto la experiencia musical, como los valores que deben tener los coralistas y los directores.</b></p>
---	---	--	---	---

	coro donde ya el muchacho tenga esa experiencia, simplemente una formación de parte del director de altura para afrontar un repertorio más complicado...			
--	--	--	--	--

## CAPITULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

La información que se presenta y analiza en el reciente capítulo parte de la investigación realizada donde se evidenciaron varias opiniones por parte de los informantes clave, en relación al estudio de ejercicios físicos previos a un ensayo en estudiantes de coro.

En tal sentido, se realizaron una serie de entrevistas en las cuales se analizan las diferentes opiniones que tienen los informantes. Los resultados de las técnicas de recolección de datos, basados en la entrevista, fueron sujetos a interpretación sobre las categorías universales, y las categorías emergentes, confirmando a los investigadores a mejorar el proceso de estudio sobre diversos factores que influyen en un ensayo coral. Seguidamente, se presentan la definición de las categorías así como la interpretación de las mismas por parte de los investigadores, con lo cual se prosiguió a hacer una interpretación y reflexión general de los datos obtenidos, con el fin de mejorar la forma de ejecutar un ensayo coral en condiciones óptimas.

#### Categorización de las Entrevistas

**Cuadro 2: Entrevista N° 1**

	<b>Profesor William Alvarado</b>	<b>Categoría</b>
<b>N°</b>	<b>Qué opina usted sobre el desenvolvimiento de los procesos de calentamiento previo al canto en coros infantiles y juveniles</b>	
1 2 3 4	El desarrollo de coros infantiles ha sido consecuente desde hace muchos años, yo creo que la incorporación de repertorio de cantos infantiles en las escuelas primarias en los años cincuenta ya se venía desarrollando que obviamente se ha	<b>El calentamiento previo en coros infantiles y juveniles</b>

5	incrementado muchísimo con la presencia en estos últimos	
6	años con el sistema de orquestas juveniles quienes han	
7	desarrollado un programa para llegar hasta las escuelas a	
8	través de promotores musicales o profesores de música que si	
9	bien no están graduados en educación cumplen una función	
10	importante, aquí hago énfasis, <u>puede que algunos si</u>	
11	<u>incorporen los procesos de vocalización si están bien</u>	
12	<u>preparados, como hay otros que por falta de tiempo o</u>	
13	<u>presiones de sus superiores quieren que se monte el</u>	
14	<u>repertorio en tiempo record descuidando el proceso de</u>	
15	<u>calentamiento que se requiere,</u> tal vez por eso no se ha	
16	afianzado demasiado sino que está en un periodo de	
17	experimentación pero que se espera que en los próximos años	
18	de resultado a partir de allí dentro del desarrollo de esta	
19	actividad termina de atraer a estos muchachos que se acercan	
20	a estos núcleos del sistema a conformar estas agrupaciones	
21	infantiles y aún más con este primer contacto, luego se	
22	incorporan tanto a las orquestas y los coros juveniles y el	
23	sistema ha prestado más atención a esto en los últimos años y	
24	se ha logrado un buen producto tanto en caracas como en mi	
25	caso particular de la ciudad de Mérida donde se ha venido	
26	desarrollando porque ya existían unos buenos coros infantiles,	
27	así como en la ciudad de valencia, Barquisimeto y Maracay,	
28	hay una actividad coral de gente joven muy importante,	
29	justamente comentaba hace un par de días que a diferencia de	
30	estados unidos o de Europa, donde la mayoría de los coros	
31	están integrados por gente adulta, aparte de los coros	
32	universitarios, es una diferencia notable que existe en el país	
33	donde todos los coros que participan en festivales o en	
34	concursos en el exterior son bastante jóvenes, poniendo como	
35	ejemplo mi experiencia, si bien yo entre a cantar en un coro a	
36	la edad de quince años en el coro del liceo, enseguida me	
37	invitaron a un coro adulto, generalmente sigue siendo así, bien	
38	tu entras a un coro infantil en una escuela o en un liceo y luego	
39	dependiendo del interés del joven, pues se le abren las	
40	puertas a los coros juveniles del sistema o cualquier coro	
41	juvenil que se encuentre fuera del sistema.	
	<b>Relate su opinión sobre las influencias del desarrollo físico del niño o adolescente en el canto coral</b>	
47	Yo en cuanto a eso soy muy cuidadoso en lo personal como	
48	profesor de canto, <u>yo pienso que el desarrollo vocal de un niño</u>	
49	<u>tiene que ser muy cuidadoso porque no va a ser el mismo</u>	
50	<u>necesariamente o el hecho de que un niño haya rendido bien</u>	
51	<u>en un coro infantil no puede garantizar que lo vaya a hacer</u>	
52	<u>después de su desarrollo, de su cambio vocal en el caso de</u>	
53	<u>los varones sobre todo yo pienso que son como dos elementos</u>	
54	<u>diferentes que si bien tu puedes enseñar algunos principios de</u>	
55	<u>vocalización en un niño, ese niño tiene que saber que al</u>	
56	<u>cambiar la voz, va a tener que afrontar un instrumento</u>	
57	<u>diferente,</u> es como si tu comienzas tocando flauta y después	
58	vas a tocar oboe, obviamente hay cosas que son similares en	
		<b>Desarrollo físico del niño y adolescente en el ensayo coral</b>



59	cuanto a lo musical, pero en cuanto a lo técnico no entonces	
60	yo pienso que deben ser a pesar de que, obviamente un	
61	muchacho que ha tenido la costumbre, la disciplina de	
62	intervenir en un coro infantil va a poder trasladar eso a un coro	
63	juvenil y adulto, en lo netamente vocal las cosas tienen su	
64	diferencia. <b>-¿en cuanto a lo físico en que lo ayuda?</b> Yo no	
65	diría que lo ayuda, <u>lo ayuda el conocimiento precisamente</u>	
66	<u>intelectual de saber que hay principios de colocación de la voz</u>	
67	<u>de sonoridad que va a tener que afrontar como adulto,</u>	
68	obviamente tener estos principios ya claros, se le será más	
69	fácil esa transición más fácil, es un proceso prácticamente	
70	individual, y saber cuáles son las características que permitan	
71	al niño desarrollarse luego, características físicas en este caso	
72	desarrollarse luego de ser adulto	
	<b>Cuál es su opinión sobre las características o condiciones para desarrollar un ensayo óptimo en coros infantiles y juveniles.</b>	
76	Hay muchas variables, obviamente óptimo querría decir	
77	preparado intelectualmente con conocimientos musicales	
78	suficientes para tomar una partitura y poder hacer una lectura	
79	suficientemente buena cosa que va a depender obviamente	
80	en su formación musical, de su paso por el solfeo, luego	
81	dentro del punto de vista vocal, que tenga esos principios	
82	vocales, que bien se pueden desarrollar en ese niño en un	
83	coro infantil, y que como te dije, luego se transporta al coro	
84	juvenil, obviamente factores como precisamente la disciplina,	
85	la puntualidad la atención en los ensayos, la vocalización, toda	
86	una cantidad de recetas que contribuyen al unirse a que el	
87	ensayo sea óptimo, cosas como el conocimiento como lo es	
88	la dicción en los diferentes idiomas, porque los muchachos de	
89	estos coros afrontan música que no solamente es cantada en	
90	español, o incluso siendo cantada en español tiene que acatar	
91	unas reglas, claras de cómo se pronuncia y obviamente en	
92	muchos idiomas más, como el latín, inglés, alemán, francés,	
93	italiano, resultado de todas estas cosas, es lo que se podría	
94	considerar un ensayo óptimo, por supuesto, <u>son cosas que</u>	
95	<u>varían dependiendo del nivel del director y del coro en general,</u>	
96	<u>obviamente si tú vas a hacer un coro en un barrio donde no</u>	
97	<u>existe esa experiencia pues tienes que comenzar primero por</u>	
98	<u>fomentar una disciplina de puntualidad de presencia, digamos</u>	
99	<u>de buen comportamiento y luego todas las demás cosas</u>	
100	<u>musicales, para gente que no ha tenido esa experiencia y</u>	
101	<u>obviamente en un coro donde ya el muchacho tenga esa</u>	
102	<u>experiencia, simplemente una formación de parte del director</u>	
103	<u>de altura para afrontar un repertorio más complicado.</u>	
104		
105		
106		
107		
		<b>Condiciones para un ensayo óptimo</b>

**Cuadro 3: Entrevista N° 2**

Inf. 2	Víctor Lozada	Categorías
N°	1- Qué opina usted sobre el desenvolvimiento de los procesos de calentamiento previo al canto en coros infantiles y juveniles	
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33	<p>En mis inicios la parte de calentamiento no es que era secundaria, sino no la veía muy importante; incluso había momentos en que cuando yo ensayaba con ciertos grupos decían “pero porque vamos a vocalizar tanto, eso es perder tiempo”, <u>entonces eso implicaba de pronto no ensayar dos veces a la semana sino tres veces, porque el tiempo que invierte uno en la vocalización en un día, entonces; habría que alargar un poco más las sesiones de ensayo para poder hacer vocalización y ensayos productivos. Sí, al principio yo como cantante tampoco tenía mucho conocimiento en la parte técnica y uno como director lo que le importa es que el coro suene; ahora, yo siendo cantante o sabiendo las técnicas del canto como tal, sé que tengo frente de mí un instrumento que necesito pulirlo a nivel técnico. Pienso que todo director debe tener conocimiento, esa noción a nivel del canto porque lo que tenemos en frente, como repito, es un instrumento y ese instrumento requiere también una técnica, no tanto la técnica de director como tal, sino el instrumento que son los coralistas. Pienso que eso mucha gente lo obvia, obvia el calentamiento. Incluso, ese calentamiento completo se denomina calistenia o alguien lo denomina calistenia, que es el calentamiento, incluso corporal a nivel de relajación, de calentamiento de las cuerdas vocales y también es un calentamiento, vamos a decir, psicológico para que el niño o el joven este psicológicamente preparado para un ensayo de una hora u hora y media, o un repertorio “equis”</u></p>	<p><b>El calentamiento previo en coros infantiles y juveniles</b></p>

<p>34 35 36 37 38 39 40 41 42 43</p>	<p>que de pronto no le guste o unas condiciones de un salón que haya mucho calor, etc., etc. o que estén muy nerviosos para una presentación. Pienso que debe haber un calentamiento previo de cualquier tipo y sobre todo a nivel vocal. Que los directores se tienen que preparar para saber si el niño esta desafinado. Mucha gente dice: “cónchale coro afinen”, ¿afinen? Pero ¿qué afinen? Y <u>muchos de los detalles de afinación vienen es por detalles técnicos, esos detalles técnicos si yo no se los he enseñado no los puedo corregir. Entonces creo que todo viene del director; saber manejar su instrumento y como atacar los errores</u> y eso uno va mejorando la actitud del muchacho, la pronunciación, la dicción y es un producto muchísimo mejor.</p>	
	<p><b>2- Relate su opinión sobre las influencias del desarrollo físico del niño o adolescente en el canto coral</b></p>	
<p>44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66</p>	<p>Por supuesto, toda actividad artística tiene un resultado primero psicológico o conductual donde el muchacho, un muchacho común, emplea otras partes del cerebro que no emplea cualquier persona. Trata de aplicar eso a su vida académica estudiantil; eso le mejora un poco la habilidad numérica y por supuesto a nivel corporal, <u>empezando por el aparato fonador en muchos niños o jóvenes que empiezan a cambiar la voz. Es traumático a veces en los adolescentes cuando le cambia la voz (se llama muda de voz) y existe mucho el “bullying” porque, “que si el bigotico”, “que si la voz”, “que si no sé qué”, “el pollo y la cosa” entonces uno como docente de canto, de dirección coral, uno le explica que eso es un proceso biológico, que ellos pasan por eso, luego hay un periodo de muda de voz que eso varía entre niño y niño o entre adolescente y adolescente, y que cuando ya le cambia la voz, entonces ya está en otro nivel. A nivel auditivo es complicado pues, pero uno como orientador le explica y trata de, ¡sí! orientarlos en cuanto a ese proceso que está</u></p>	<p><b>Desarrollo físico del niño y adolescente en el ensayo coral</b></p>

<p>67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80</p>	<p>viviendo el chamo. En las niñas no es tan traumático, sin embargo hay algunas que sí, el cambio es un poco drástico pero no es tan dramático como en los varones. Por supuesto ellas mejoran su proyección de voz al hablar, también pierden un poco de miedo escénico y también la postura corporal que; es increíble. Yo tengo un maestro que dice: “ya yo sé cuál coro va a cantar bien y cual coro va a cantar mal, solamente con la entrada del coro; la primera impresión que da a uno es la postura corporal” Si el niño está distraído, está parado firme, están atento al director; es una postura que lo van a adoptar desde el momento en que ya lo aprendieron hasta toda su vida porque eso es técnica. Y bueno, también a nivel emocional, porque a nivel físico uno ve el cambio pero pienso que a nivel emocional es lo más importante. Si a nivel emocional se siente bien, entonces su aspecto físico o su salud como tal, cambia</p>	
	<p><b>3-Cuál es su opinión sobre las características o condiciones para desarrollar un ensayo óptimo en coros infantiles y juveniles.</b></p>	
<p>81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98</p>	<p>Como acoté hace un momento, los coros infantiles y juveniles dependen por supuesto de la cabeza de la institución. En las instituciones públicas yo soy docente en el área de Lengua y Literatura pero estoy metido también en la parte cultural, musical etc. Y he tenido la oportunidad de tratar de hacer un coro pero es un poco complicado porque obviamente no tenemos el espacio, que se yo: “¡ay, un teatro!” o “¡ay, salón de cultura!” no, eso no existe; en mi liceo no. Pero a nivel general eso no está estipulado como decir, La Cancha. Eso es para deportes y debe haber en todas las escuelas, en todos los liceos, sino la inventan; al igual que los laboratorios de física y de química. Esos espacios están porque hay una malla curricular que lo exige pero el área de música en las escuelas los profesores especialistas tienen que tratar de luchar con las</p>	<p><b>Condiciones para un ensayo optimo</b></p>

99	maestras, incluso, para poder hacer una	
100	actividad extra cátedra, “que si sacar a los	
101	niños”, “que esto y que lo otro”. Si se va a meter	
102	en el salón de computación “¡que tenemos clase	
103	aquí!”, etc. No hay un salón designado para el	
104	área de música como tal, que debería, a nivel	
105	incluso universitario no existe ese espacio, por lo	
106	tanto los maestros y profesores que tienen la	
107	posibilidad de dirigir un coro, se las ingenian.	
108	Entonces, las condiciones: lo primero es que	
109	debe ser un espacio fresco, amplio, debe tener	
110	un instrumento musical armónico que puede ser	
111	guitarra, cuatro o un teclado. Por supuesto sus	
112	asientos, debe tener un filtro de agua o decirle a	
113	los niños que traigan sus aguas, la hidratación	
114	es importante, y que el ensayo o la actividad no	
115	se prolongue más de una hora y media para que	
116	los niños puedan trabajar bien. Si mi salón no	
117	tiene esas condiciones, el docente debe buscar	
118	una estrategia de motivación “¿ah, que se	
119	cansaron?” Bueno, le vuelvo a hacer una	
120	calistenia o un calentamiento otra vez a manera	
121	de juego. “¿ah que se me quedaron las	
122	partituras?” Bueno, vamos a hacer un juego de	
123	memorización. Aplicar las técnicas para que el	
124	ensayo no sea tan tedioso si son grupos	
	numerosos o muy calurosos el salón. Por el resto	
	yo aplaudo mucho al docente en el área de	
	música tanto a nivel de escuelas como de liceos	
	porque yo creo que son magos en crear salones	
	de música para llevar a cabo sus actividades	
	porque lamentablemente no tienen.	

**Cuadro 4: Entrevista N° 3**

<b>Inf. 3</b>	<b>Greylis Bracho</b>	<b>Categorías</b>
<b>N°</b>	<b>1- Qué opina usted sobre el desenvolvimiento de los procesos de calentamiento previo al canto en coros infantiles y juveniles</b>	

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13	Bueno, en los coros infantiles y juveniles que se encuentran formados en los liceos y en las escuelas básicas, es otro caso, <u>normalmente no vocalizan, es lo que yo he visto, no hacen calentamiento, porque el tiempo es muy corto, entonces lo único que hacen es montar piezas musicales,</u> van directamente a eso, ahora, en otro sitio de formación, como los conservatorios, si hacen calentamiento previo, si hacen buenas vocalizaciones e incluso los hacen por cuerda, cuidando el registro de cada cuerda, en conclusión por mi experiencia propia, en los colegios y liceos no lo hacen, y en los conservatorios y escuelas de música si lo hacen.	<b>El calentamiento previo en coros infantiles y juveniles</b>
	<b>2- Relate su opinión sobre las influencias del desarrollo físico del niño o adolescente en el canto coral</b>	
14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25	<u>Absolutamente, los niños por ejemplo no tienen pasillo, y eso es un problema, eso quiere decir que no pueden cantar todos los repertorios, porque hay repertorio que el registro vocal de los mismos no alcanza, es muy bajo o es muy agudo, entonces para los niños, en particular, el repertorio tiene que ser obligatoriamente hecho para voces blancas, en el caso de los adolescentes, es a veces, hasta más complicado porque el adolescente no tiene bien definido el registro vocal porque se está desarrollando, entonces, algunos todavía cantan música coral para voces blancas y hay otros que ya pueden cantar para voces mixtas</u>	<b>Desarrollo físico del niño y adolescente en el ensayo coral</b>
	<b>3-Cuál es su opinión sobre las características o condiciones para desarrollar un ensayo óptimo en coros infantiles y juveniles.</b>	
26 27 28 29 30 31 32 33	Primero conocer bien cuáles son los integrantes del coro, las edades, el desarrollo que tienen, hay niños que tienen trece años y están muy bien desarrollados y pueden pertenecer a un coro mixto, <u>lo ideal es hacer un estudio previo de quienes son las personas que conforman el coro, el repertorio que vas a adaptar a ese coro y de esa manera y ahí estableces calentamiento</u>	<b>Condiciones para un ensayo optimo</b>

34	<u>previo, sea físico y vocal, vocalizaciones acordes</u>	
35	<u>a ese grupo o a esa masa coral,</u> y así no vas a	
36	tener problema con el montaje del repertorio y va a ser mucho más sencillo.	

**Cuadro 5: Cuadro de Categorías**

CATEGORIAS	SUBCATEGORIAS	INFORMANTE 1 (WILLIAM ALVARADO)	COD.	INFORMANTE 2 (VICTOR LOZADA)	COD.	INFORMANTE 3 (GREYLIS BRACHO)	COD
DESCUIDO DE CALENTAMIENTO		...puede que algunos si incorporen los procesos de vocalización... como hay otros que por falta de tiempo o presiones de sus superiores quieren que se monte el repertorio en tiempo record descuidando el proceso de calentamiento que se requiere...	12-17	...eso implicaba de pronto no ensayar dos veces a la semana sino tres veces, porque el tiempo que invierte uno en la vocalización en un día, entonces; habría que alargar un poco más las sesiones de ensayo para poder hacer vocalización y ensayos productivos...	5-10	...normalmente no vocalizan, es lo que yo he visto, no hacen calentamiento, porque el tiempo es muy corto, entonces lo único que hacen es montar piezas musicales...	3-6
	(1)Calistenia (desarrollo de calistenia)			(1)...Pienso que eso mucha gente lo obvia, obvia el calentamiento. Incluso, ese calentamiento completo se denomina calistenia o alguien lo denomina calistenia, que es el calentamiento, incluso corporal a nivel de relajación, de calentamiento de las cuerdas vocales y también es un			



				calentamiento, vamos a decir, psicológico...			
<b>IMPORTANCIA DEL CONOCIMIENTO DE LA TECNICA VOCAL</b>		...yo pienso que el desarrollo vocal de un niño tiene que ser muy cuidadoso porque no va a ser el mismo necesariamente o el hecho de que un niño haya rendido bien en un coro infantil no puede garantizar que lo vaya a hacer después de su desarrollo... lo ayuda el conocimiento precisamente intelectual de saber que hay principios de colocación de la voz de sonoridad que va a tener que afrontar	48-53 67-70	...al principio yo como cantante tampoco tenía mucho conocimiento en la parte técnica y uno como director lo que le importa es que el coro suene; ahora, yo siendo cantante o sabiendo las técnicas del canto como tal, sé que tengo frente de mí un instrumento que necesito pulirlo a nivel técnico. Pienso que todo director debe tener conocimiento, esa noción a nivel del canto...	10-17	...Absolutamente, los niños por ejemplo no tienen pasillo, y eso es un problema, eso quiere decir que no pueden cantar todos los repertorios, porque hay repertorio que el registro vocal de los mismos no alcanza, es muy bajo o es muy agudo, entonces para los niños, en particular, el repertorio tiene que ser obligatoriamente hecho para voces blancas...	14-24

		como adulto				
	<b>(2)Conocimientos musicales previos del coralista</b>	(2)...optimo querría decir preparado intelectualmente con conocimientos musicales suficientes para tomar una partitura y poder hacer una lectura suficientemente buena cosa que va a depender obviamente en su formación musical, de su paso por el solfeo...		<b>(2)...docente</b> debe buscar una estrategia de motivación “¿ah, que se cansaron?” Bueno, le vuelvo a hacer una calistenia o un calentamiento otra vez a manera de juego. “¿ah que se me quedaron las partituras?” Bueno, vamos a hacer un juego de memorización. Aplicar las técnicas para que el ensayo no sea tan tedioso si son grupos numerosos o muy calurosos el salón...		
	<b>(3)Aptitudes del</b>			<b>(3)</b> solamente con la		

	coralista			entrada del coro; la primera impresión que da a uno es la postura corporal” Si el niño está distraído, está parado firme, están atento al director; es una postura que lo van a adoptar desde el momento en que ya lo aprendieron hasta toda su vida porque eso es técnica			
<b>CAMBIO VOCAL EN EL NIÑO Y EL ADOLESCENTE</b>		en el caso de los varones sobre todo yo pienso que son como dos elementos diferentes que si bien tu puedes enseñar algunos principios de vocalización en un niño, ese niño tiene que saber que al cambiar la voz, va a tener que afrontar un instrumento diferente	53-58	...empezando por el aparato fonador en muchos niños o jóvenes que empiezan a cambiar la voz... uno le explica que eso es un proceso biológico, que ellos pasan por eso, luego hay un periodo de muda de voz que eso varía entre niño y niño o entre adolescente y adolescente, y que cuando ya le cambia la voz, entonces ya está en otro nivel...	50-52 56-61	...en el caso de los adolescentes, es a veces, hasta más complicado porque el adolescente no tiene bien definido el registro vocal porque se está desarrollando, entonces, algunos todavía cantan música coral para voces blancas y hay otros que ya pueden cantar para voces mixtas...	20-25

<b>EXPERIENCIA TANTO DEL DIRECTOR COMO DE LOS CORALISTAS</b>		<p>...son cosas que varían dependiendo del nivel del director y del coro en general, obviamente si tú vas a hacer un coro en un barrio donde no existe esa experiencia pues tienes que comenzar primero por fomentar una disciplina... para gente que no ha tenido esa experiencia y obviamente en un coro donde ya el muchacho tenga esa experiencia, simplemente una formación de parte del director de altura para afrontar un repertorio más complicado...</p>	97-107	<p>...Y muchos de los detalles de afinación vienen es por detalles técnicos, esos detalles técnicos si yo no se los he enseñado no los puedo corregir. Entonces creo que todo viene del director; saber manejar su instrumento y como atacar los errores...</p>	37-41	<p>...lo ideal es hacer un estudio previo de quienes son las personas que conforman el coro, el repertorio que vas a adaptar a ese coro y de esa manera y ahí estableces calentamiento previo, sea físico y vocal, vocalizaciones acordes a ese grupo o a esa masa coral...</p>	29-34
	<p><b>(4) Estudio de las condiciones del grupo coral</b></p>		<p><b>(4)...</b>Primero conocer bien cuáles son los integrantes del coro, las edades, el desarrollo que tienen, hay niños que tienen trece años y están muy bien desarrollados y</p>				

						pueden pertenecer a un coro mixto...	
	(5) Valores del coralista	(5)...obviamente factores como precisamente la disciplina, la puntualidad la atención en los ensayos, la vocalización, toda una cantidad de recetas que contribuyen al unirse a que el ensayo sea optimo...					

## **Interpretación de las categorías**

### **Categoría Universal: Descuido de calentamiento:**

Fenómeno que ocurre por la omisión de incorporar procesos de vocalización, ya sea por falta de tiempo o presiones de los superiores quieren que se monte el repertorio en tiempo record descuidando el proceso de calentamiento que se requiere; eso implica de no ensayar dos veces a la semana sino tres veces, porque el tiempo que se invierte en la vocalización en un día. Entonces, hay que alargar un poco más las sesiones de ensayo para poder hacer vocalización y ensayos productivos, normalmente no se vocaliza, es lo que se ha visto, no hacen calentamiento, porque el tiempo es muy corto, entonces lo único que hacen es montar piezas musicales.

### **Reflexión de la Categoría:**

Con frecuencia, las agrupaciones corales enfrentan diferentes tipos de obstáculos para el desempeño de sus actividades. La organización debe ser parte esencial del quehacer en el canto coral. Desde el espacio físico hasta la disponibilidad de tiempo de los coralistas y el director serán elementos resaltantes que determinan la realización efectiva de ejercicios de calentamiento previo necesarios en esta práctica. En resumen, según el objetivo musical que se proponga la agrupación coral, será el grado de importancia que el director le dé al proceso de calentamiento, ya sea que la visión se enfoca en el montaje de piezas musicales para el cumplimiento de programas escolares o a cultivar la condición de los coralistas para el alcance de una agrupación de nivel vocal o interpretativo que en cuyo caso se requeriría mayor tiempo.

### **Categoría Universal: Importancia del conocimiento de la técnica vocal:**

Desarrollo vocal de un niño o adolescente en el cual ayudado con su conocimiento precisamente intelectual de saber que hay principios de colocación de la voz de sonoridad que va a tener que afrontar como adulto, por lo cual debe tener en cuenta que su voz es un instrumento y necesita pulirse a nivel técnico así como todo director debe tener conocimiento, esa noción a nivel del canto y tiene que afrontar que los niños no tienen pasillo; eso quiere decir que no pueden cantar todos los repertorios, porque hay repertorio que el registro vocal de los mismos no alcanza, es muy bajo o es muy agudo, entonces para los niños, en particular, el repertorio tiene que ser obligatoriamente hecho para voces blancas.

### **Reflexión de la Categoría:**

Entre los conocimientos primordiales que debe tener un director de coros, particularmente en coros infantiles o juveniles, se encuentra el dominio de la técnica vocal, ya que permitirá el desarrollo eficiente de la actividad musical. La carencia de esta puede desencadenar no sólo en crear hábitos incorrectos en el uso del aparato fonador sino también la frustración en algunos participantes que se hallan sin la capacidad de hacer ciertos sonidos que sean muy graves o muy agudos al manejar un repertorio que no concuerde con la etapa o edades de los miembros del coro. Es necesario para el director comprender a profundidad la capacidad vocal de sus coristas, el registro o extensión de voz que poseen, los elementos del cuerpo que colaboran al canto además de la voz, fomentar el estudio teórico musical que agilizaría el proceso de montaje de piezas así como el cuidado incluso de la parte estética visual.

### **Categoría Universal: Cambio vocal en el niño y el adolescente:**

Cambios especialmente biológicos en el cual la voz de los niños, especialmente en varones, empieza a cambiar, ese niño tiene que saber que al cambiar la voz, va a tener que afrontar un instrumento diferente, luego hay un periodo de muda de voz que eso varía entre niño y niña o entre adolescente y adolescente, y que cuando ya le cambia la voz, entonces ya está en otro nivel; en los varones es más complicado porque el adolescente no tiene bien definido el registro vocal porque se está desarrollando, lo cual conlleva a que algunos todavía cantan música coral para voces blancas y hay otros que ya pueden cantar para voces mixtas.

### **Reflexión de la Categoría:**

La peculiaridad de la muda de voz en niños varones es un estado que debe ser abordado con especial cuidado por el director de coros así como el resto del grupo. Con frecuencia implica una recesión del niño a la actividad coral por no tener dominio de su cuerpo; sin embargo, cada niño lo experimenta de manera distinta e igualmente deber el director atender cada caso en base a su particularidad obedeciendo a lo que predomine más durante el cambio, ya sea su voz blanca en la que, independientemente de su edad, puede todavía formar parte de un coro infantil o la transformación a una voz mucho más madura en la que se podría ubicar como Tenor o Barítono según sea el caso, pudiendo desenvolverse en repertorios de coros mixtos. Este último cambio requiere no sólo de una preparación vocal diferente sino de una madurez psicológica diferente, ya que el repertorio de coros mixto con frecuencia se maneja en edades de adolescencia hasta la adultez. Combinar estas edades representa un cambio abrupto para el niño que recién supera la pubertad y que en algunos casos su capacidad



cognitiva continúa en estado de niñez, por lo que se evidencia la importancia de los Coros Juveniles que den pie prudente al proceso de transición.

### **Categoría Universal: Experiencia del director como de los coralistas**

Son diversos elementos que varían dependiendo del nivel del director y del coro en general, en el cual se comienza primero por fomentar una disciplina, el director tendrá que afrontar estos elementos comenzando por infundar valores. De acuerdo a la experiencia que tenga el director servirá para corregir detalles de afinación que vienen es por detalles técnicos si un coro no está bien preparado, por lo cual se deberá hacer un estudio previo de quienes son las personas que conforman el coro, el repertorio que vas a adaptar a ese coro y de esa manera y ahí establecer calentamiento previo, sea físico y vocal, vocalizaciones acordes a ese grupo o a esa masa coral.

### **Reflexión de la Categoría:**

Al formar una nueva agrupación coral se debe considerar los conocimientos musicales que traen los diferentes miembros. Casi siempre cuando se habla de fundar coros infantiles o juveniles los estudiantes no poseen mucha experiencia en el canto coral por lo que dependen netamente de las decisiones del director. Gran parte de la experiencia del director de coros se formó siendo coralista, por lo que debe comprender el funcionamiento de un montaje, la ubicación del grupo por cuerdas o tipo de voz, la expresión para dar ciertas indicaciones musicales al grupo y mantenerlo en constante progreso. No obstante, cada coro tiene su propia manera de ser, como resultado del entorno donde se desarrolla. Un coro infantil formado en una escuela privada no tendrá las mismas condiciones de aquellos que se realizan en escuelas públicas. Lo mismo en aquellos que

sean fundados en institutos de música, estos últimos suelen tener más condiciones por dedicar mayor tiempo y esfuerzo a los resultados. Los factores sociales como la música que más escuchan, el sector donde viven, el apoyo familiar a su formación musical, deben ser considerados por el director a la hora de comunicarse con sus coralistas, ya sea para efectos de ensayo o el ejercicio de la disciplina la cual de la mano con el poder transformador de la música se obtienen muy buenos resultados no solo musicales sino conductuales.

### **Interpretación del Supuesto de la Investigación**

Durante el desarrollo de esta investigación, por medio de las diferentes fuentes de información teórica, bibliográfica y de experiencia personal de las personalidades entrevistadas se puede contrastar elementos importantes, que dan forma a las interrogantes planteadas.

En el caso particular de las entrevistas, se evidenció que cada entrevistado proporcionó un punto determinante en la investigación. El maestro William Alvarado hace énfasis en los valores que se deben a los integrantes del coro como la disciplina y la puntualidad, factores que determinan una buena organización del tiempo de ensayo y por ende de los ejercicios previos que se requieren antes de cantar. Para el profesor Víctor Lozada el buen desempeño de un coro va a influir en el estado psicológico-emocional de sus miembros; si estos no están identificados con la actividad o atraviesan un momento crucial a nivel emocional de tristeza o enojo, no será igualmente productivo.

Según la especialista en canto lírico Greylis Bracho, la importancia de que un ensayo sea fructífero recae en la buena escogencia del repertorio en

base a un diagnóstico del grupo para determinar sus conocimientos musicales previos.

La información clave aportada en consonancia con las tres fuentes principales entrevistada ocurrió al referirse al cambio o muda de voz que experimenta el niño. Este aspecto es planteado como un salto abrupto o el manejo de un nuevo instrumento desconocido, haciendo hincapié el profesor Víctor Lozada en el cambio psicológico que implica y como llevarlo de la mano entre el director y el coralista. Es por eso que vale añadir la necesidad de los directores e coros infantiles en el uso de la pedagogía así como prestar atención a las situaciones que se suscitan en el coro con estudiantes que representen una dificultad para la agrupación, lo cual podría desencadenar un estudio de casos y por ende una nueva corriente de investigación. Lo mismo ocurre para la creación de nuevas estrategias que agilicen los ensayos haciendo necesaria una investigación-acción que corrobore la utilidad de los mismos.

Igualmente, vale resaltar los aportes en terminología que hacen los informantes en el caso del profesor Víctor Lozada, el cual explica que el proceso de calentamiento que va desde ejercicios de relajación, respiración, estiramiento, vocalización, se denomina calistenia. De igual manera, Greylis Bracho habla sobre el “Pasillo” que corresponde al paso de “voz de cabeza” (uso del velo del paladar) a la voz de pecho ubicado en el aparato fonador, elementos que contribuyen de forma crucial a la práctica coral.

Las experiencias de los diferentes informantes, enriquecen la investigación permitiendo analizar diferentes puntos de vista de una misma cualidad, complementándose mutuamente. Las categorías extraídas de las entrevistas constituyen la columna vertebral de la investigación determinando

como factor principal en la problemática de la ausencia de calentamiento previo y la falta de tiempo en los ensayos por falta de organización de parte de los directores de coros.

No obstante, se lograron diagnosticar las fases que conforman el estudio en la práctica musical coral, y el cómo se aplican; en primer lugar, se debe realizar un estudio previo a las edades de los coralistas para así saber que técnicas y estrategias se debe usar en la práctica del coro, seguido de esto, hacer una prueba diagnóstica de los conocimientos musicales previos de cada coralista.

En cuanto a las diferentes áreas corporales que se relacionan con la práctica musical en el canto solista o coral, según la información recaudada, cada coralista, cada director, debe tener como un pilar esencial antes de comenzar un ensayo de coro, un buen conocimiento y aplicabilidad de la calistenia, la cual es el calentamiento corporal previo antes de un ensayo, por lo cual se puede deducir, que muy pocos coralistas y directores tienen conocimiento sobre este elemento, por lo cual, las áreas corporales que se relacionan con la práctica en el canto solista o coral van de la mano con una buena aplicación de la calistenia (estiramiento de las manos, relajación del cuello, estiramiento de los pies y movimientos anaeróbicos). Estos ayudarán al coralista a obtener una mejor postura, así como una mejor disposición para poner a trabajar el diafragma y, consecuente a esto, el coralista independientemente de la edad tendrá un mejor desempeño en el proceso de vocalización así como en el montaje de piezas corales de cualquier índole.

Los ejercicios físicos anteriormente mencionados son indispensables y se puede determinar que existe una gran influencia de los mismos en el

desempeño de las agrupaciones corales que lamentablemente por falta de tiempo y carentes conocimientos, algunos directores y coralistas no tienen percepción sobre el efecto positivo al realizar los ejercicios físicos.

## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **Conclusiones**

En la investigación se llevaron a cabo diferentes fases con las cuales se logró determinar cuáles eran los elementos o factores que influyen en el acto previo al ensayo coral, estos elementos son perjudiciales, ya que al presentarse ciertas circunstancias a nivel musical y a nivel emocional, eclipsan el trabajo que se quiere realizar con un coro. Debido a esto, es importante aportar que uno de los pilares que se tiene que tomar en cuenta a la hora de realizar la actividad coral es la buena organización y esto conlleva a que se debe realizar un estudio previo de los integrantes del coro para el buen desenvolvimiento del mismo.

Por otra parte, en la investigación fueron efectuadas unas entrevistas, en las cuales los actores clave dieron su opinión sobre el tema que se investigó, las cuales permitieron recaudar información interesante, ya que cada uno hace énfasis en distintos elementos que conllevarían a la realización de un buen ensayo. Se llegó a la conclusión de que los directores de coro, deben obtener al menos una base pedagógica antes de enfrentarse, ya sea a un coro de escuela pública así como coros de escuelas de música especializados. Asimismo, no pueden descuidar los conocimientos musicales, ya que son primordiales para llegar a obtener un balance entre estrategias que ayuden a tener una sincronía sobre estos elementos.

Sin embargo, no se debe descuidar un factor crucial a la hora de realizar un ensayo coral, el cual es la enseñanza de los principios y valores

como la puntualidad y disciplina así como la buena convivencia, la humildad y el trabajo en grupo, cabe resaltar la situación emocional en la cual algún integrante del grupo vocal este sumergido, ya que esto influirá positiva o negativamente en el ensayo, y el cual puede afectar a los integrantes del coro en cuestión.

Es por ello, que el estudio realizado sobre los ejercicios físicos que influyen en la práctica vocal como complemento de actividades técnicas en estudiantes de canto, aporta a la búsqueda de factores indispensables para poder realizar un ensayo optimo, a fin de que los grupos vocales tanto en escuelas públicas y privadas, como conservatorios o escuelas de música, tengan un mejor rendimiento musical y social.

### **Recomendaciones**

Las recomendaciones que se presentan a continuación deberán ser tomadas en cuenta para lograr el éxito deseado en el estudio de ejercicios físicos que influyen en la práctica vocal como complemento de actividades técnicas en estudiantes de canto:

- 1- Llevar un balance entre vocalización y ejercicios físicos previos para un mejor rendimiento en el grupo vocal.
- 2- Fomentar principios como la disciplina y la puntualidad por parte del director en los integrantes del coro; esto repercutirá en que se aprovechara el tiempo pautado para el ensayo y lograr con esto un ensayo óptimo.

- 3- Realizar diagnósticos en los integrantes del coro para saber cuáles son sus fortalezas y debilidades; esto dará más facilidad de corregir los detalles en cuanto a la técnica vocal que posean los mismos, así como los conocimientos musicales e intelectuales.
  
- 4- Escoger un repertorio acorde a la masa coral, para evitar mal desenvolvimiento de las voces y determinar el nivel de dificultad de las piezas de acuerdo con los conocimientos previos de los coralistas.
  
- 5- Preparar académicamente al director y coralista sobre cómo afrontar el cambio o muda de voz de un niño o adolescente, para poder lograr que tenga un mejor rendimiento en el coro si ya tenía experiencia en el mismo.
  
- 6- Mejorar e implementar la calistenia como recurso vital en un ensayo de un grupo vocal, ya que esto mejorara la actividad para los coralistas, y se podrá obtener una mejor proyección del coro.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

De Sousa, M. (2007). *La actitud hacia la investigación en el Instituto Pedagógico de Miranda "José Manuel Siso Martínez"*.

Denzin, N. (1989). *La ley de investigación: una introducción teórica a métodos sociológicos*. Editorial: Prentice Hall (Englewood Cliffs, N.J.) 3ª edición.

Dilthey, W. (1900). The rise of hermeneutics. En: Connerton, P. (Ed), *Critical sociology*, Penguin, Nueva York, 1976.

*Escuela Nacional de Medicina del Trabajo (2014)* Instituto de Salud Carlos III Escuela Nacional de Medicina del Trabajo Avda. Monforte de Lemos, 3-5 Campus de Chamartín - Pabellón 13 28029 Madrid (España)

Henz, H. (1976). *Tratado de la pedagogía sistemática*. Ed: Herder, Barcelona, 1976

Lacarcel, M. (1995). *Musicoterapia en educación especial*. Universidad de Murcia. España

Lampe, A. (1984). *Perspectivas de las metodologías del desarrollo cognitivo*. Caracas: UNA/UPEL

More

Munich, L. y Ángeles, E. (1998). *Métodos y técnicas de investigación*. Editorial Trillar, S.A. México.

Salas, M. (2009) *Hábitos de estiramiento y calentamiento en violinistas: investigación con estudiantes de violín de la Universidad de Costa Rica*

Arthur Schopenhauer (1819) *El mundo como voluntad y representación* Arthur Schopenhauer. Editorial Brockhaus, de Leipzig.

Xiaodan Leng y Gordon Shaw (1991) *Concepts in Neuroscience, Vol. 2, No. 2* Estados Unidos.

- Carolyn Phillips (2006) - *Music Education Online - Children's Music Workshop* Estados Unidos.
- Stella Maris Muños De Britos (2010), *La práctica musical colectiva. Aprendizaje artístico y social*, Universidad Nacional de San Martín, Argentina.
- Reel, J. (2007). *Warming up. Strings*. 2(4), 16-17. Recuperado el 25 de marzo de 2009, de la base de datos Academic Research Library, Nueva York
- Bruser, M. (1999). *The art of practicing: a guide to making music from the heart*. New York: Bell Tower.
- Álvarez del Villar, C. (1992). *La preparación física del fútbol basada en el atletismo*. Ed. Gymnos. Madrid.
- Rosset Llobet, J., Fàbregas Molas, S. (2005). *A tono- ejercicios para mejorar el rendimiento del músico*. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.
- Serrabona y Cols (2004). *1001 ejercicios y juegos de calentamiento*. Barcelona. Paidotribo. 3<sup>o</sup> edición.
- Salas Duran, Mariana (2009), *Hábitos de estiramiento y Calentamiento en Violinistas de la Universidad de Costa Rica*. Revista La Retreta. Edición N° 3, Costa Rica.
- Hernán Gilberto Tovar Torres (2010) *La necesidad de realizar habitualmente calentamiento en los músicos instrumentistas*. Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - N° 141
- Dr. José Luis Vallejo González (2002), *ERGONOMIA OCUPACIONAL SC. Numero 8: LESIONES MUSCULO ESQUELETICAS DE ORIGEN OCUPACIONAL*. <http://www.ergocupacional.com/>
- Jaume Roset-Llobet; Dolors Rosinés-Cubells; Joseph M. Saló-Orfila. (2000) *Detección de factores de riesgo en los músicos de Cataluña*. Barcelona (España)

Fátima Fernández, 2012 *Músicos de Alto Rendimiento Lesiones musculoesqueléticas en los músicos*. <http://www.venezuelasinfonica.com/>

Farías, J. (2005). *Técnica de la guitarra flamenca*. Sevilla: Ed. Galene.

Boluda, Juan López (2009). *Revista del ilustre colegio de fisioterapeutas de la comunidad valenciana*. Al día. [www.colfisiocv.com](http://www.colfisiocv.com) vol. Nº 2. Junio 2009. España

<http://www.e-torredebabel.com/leyes/Bachillerato-Loe-Madrid/lenguaje-practica-musical-bachillerato-LOE-Madrid.htm>

<http://www.consumer.es/web/es/salud/psicologia/2009/11/09/189056.php>

<http://www.rieoei.org/deloslectores/3589Muinos.pdf>

[http://www.alabenle.com/pdfs/articulos/8-por\\_que\\_aprender\\_a\\_leer\\_musica.pdf](http://www.alabenle.com/pdfs/articulos/8-por_que_aprender_a_leer_musica.pdf)

<http://www.efdeportes.com/efd124/importancia-del-calentamiento-antes-de-la-practica-deportiva.htm>

<http://www.efdeportes.com/efd141/calentamiento-en-los-musicos-instrumentistas.htm>

<http://www.europapress.es/comunitat-valenciana/noticia-fisioterapeutas-senalan-75-musicos-sufre-alguna-lesion-musculo-esqueletica-largo-carrera-20130717141129.html>

[http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0465-546X2013000100009&script=sci\\_arttext](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0465-546X2013000100009&script=sci_arttext)

<http://www.ergocupacional.com/4910/20743.html>