

LISTA DE CONTROL PARA AUTOEVALUAR LA CALIDAD DE LA PRÁCTICA INSTRUMENTAL

El desarrollo de las habilidades implicadas en la práctica musical requiere tiempo, motivación y la aplicación de una serie de estrategias de práctica que garanticen la eficacia en las tareas y actividades que realizamos con nuestro instrumento.

El objetivo de esta lista, dirigida al alumnado de enseñanzas profesionales, es proporcionar ayuda en la toma de conciencia de aspectos determinantes en su progreso musical: control de actividades, concentración en las tareas, concienciación física, mental y emocional, organización del tiempo de práctica, actitud ante la práctica.

| | SI | NO |
|---|----|----|
| Utilizo una agenda donde apunto las piezas y secciones que practico | | |
| Suelo tener ordenadas mis partituras | | |
| Con frecuencia estudio el contenido musical de las piezas sin el instrumento | | |
| Realizo ejercicios de calentamiento antes de empezar a practicar | | |
| Realizo ejercicios de estiramiento al temirnar mi sesión de estudio | | |
| Practico todos los días al menos una hora | | |
| Practico todos los días a la misma hora | | |
| Durante los fines de semana practico al menos tres horas | | |
| Suelo utilizar el metrónomo cuando practico en casa | | |
| Procuro distribuir mi tiempo de estudio haciendo pausas cada 30-40 minutos | | |
| Tras la clase de instrumento apunto las indicaciones del profesor/a | | |
| Suelo preguntar dudas a mi profesor/a sobre las indicaciones de estudio | | |
| Utilizo dispositivos electrónicos (móvil, tablet, etc) para ver y escuchar como estudio | | |
| Me gusta ir a distintos tipos de conciertos | | |
| Me gusta escuchar música con móvil, tablet, etc. | | |
| Participo en actividades musicales distintas a las del conservatorio (coro, orquesta) | | |
| Me gusta participar en las audiciones y conciertos | | |
| Utilizo plataformas tipo Spotify o Youtube para escuchar piezas nuevas | | |
| Me gusta probar piezas nuevas e improvisar | | |
| Ayudo a otros en sus actividades musicales | | |