

# Plan de estudio para mejorar la velocidad y la calidad de la articulación en 30 días

## Recomendaciones generales

Empezar a practicar a una velocidad cómoda en la que podamos prestar atención a todo lo que estamos haciendo y controlar el movimiento de la lengua en todo momento

Observar qué parte de la lengua toca la caña y qué parte de la caña tocamos.

Pensar en la vocal “i” para colocar la lengua en una posición más alta y que la punta de la lengua esté más cerca de la zona que debemos tocar de la caña (aproximadamente unos 2 milímetros por debajo de la punta de la caña)

**NO** golpear o darle con demasiada fuerza a la caña, tenemos que parar la vibración (recuerda la cuerda de la guitarra)

Pensar en la sílaba “Di” para conseguir la máxima suavidad y eficiencia de la lengua

La lengua es un músculo y hay que entrenarlo como cualquier otro músculo del cuerpo. Es importante practicar de forma regular y frecuente, entre 3 y 5 días a la semana.

Para practicar este ejercicio dentro de la rutina de estudio, es suficiente con 10 o 15 minutos por sesión. Después seguir con otros ejercicios para completar la rutina (notas largas, embocadura, escalas, técnica de dedos, estudios, obras...)

Darle velocidad al aire. De nada sirve tener una buena técnica de articulación si no hay una buena base y velocidad de aire. Cuanta mayor velocidad, más rápido vibrará la caña y menos esfuerzo necesitaremos para parar esa vibración.

Utiliza el metrónomo y una libreta para registrar los tempos (también puedes usar el teléfono móvil si es más cómodo para ti)

Objetivo: Subir un punto o dos al metrónomo en cada sesión de estudio. De esta manera a penas notarás la diferencia de una sesión a otra pero irás progresando día tras día.

Estancamiento: Cuanto más nos acercamos a nuestro límite, más costará subir la velocidad. Cuando eso pase, puede que necesites estar varios días con la misma velocidad.

Si has llegado a tu límite y estás más de 7 días sin conseguir subir la velocidad, cambia de ejercicio durante un tiempo. De esta manera le das otro estímulo a la lengua y trabajas la articulación desde otro ángulo.

Este plan de estudio para mejorar la articulación se puede realizar con cualquier ejercicio. Lo importante es practicarlos.

NO hay atajos, es necesario un estudio regular y constante.

## **Ejemplo plan de estudio con objetivo negra = 100, empezando desde negra = 80 (5 sesiones de estudio a la semana)**

### **Semana 1**

**Sesión 1:** negra = 80  
**Sesión 2:** negra = 82  
**Sesión 3:** negra = 84  
**Sesión 4:** negra = 86  
**Sesión 5:** negra = 88

### **Semana 2**

**Sesión 1:** negra = 88  
**Sesión 2:** negra = 90  
**Sesión 3:** negra = 92 (suponemos que empieza a costar a esta velocidad en semicorcheas)  
**Sesión 4:** negra = 92  
**Sesión 5:** negra = 93

### **Semana 3**

**Sesión 1:** negra = 93  
**Sesión 2:** negra = 94  
**Sesión 3:** negra = 95  
**Sesión 4:** negra = 96  
**Sesión 5:** negra = 97

### **Semana 4**

**Sesión 1:** negra = 97  
**Sesión 2:** negra = 98  
**Sesión 3:** negra = 99  
**Sesión 4:** negra = 99  
**Sesión 5:** negra = 100

Y para cuando estés preparado, [aquí](#) puedes seguir formándote conmigo y con otros clarinetistas profesionales que están tocando en algunas de las mejores orquestas del mundo.

Desde donde tú quieras, y a tu ritmo.

[Academia de Clarinete](#)

Un saludo,

David Botella