

SESIONES PERSONALIZADAS · PLAN DE EJEMPLO

Un camino claro para tocar con *más verdad*.

Así podría verse un plan de seguimiento personal de seis meses: un punto de partida, una práctica que cabe en tu vida y referencias concretas para saber qué hacer cada día.

Este documento es una muestra ilustrativa. El plan real se crea después de escuchar al alumno, revisar su forma de tocar y entender el tiempo del que dispone.



“ No necesitas correr. Necesitas saber cuál es el siguiente paso. ”

PERFIL DE EJEMPLO

De tocar cosas sueltas a sostener *una Sevillana completa.*

Este modelo representa a una alumna que conoce algunos acordes y ha probado rasgueos, pero todavía se pierde al mantener el compás y no sabe organizar su estudio.

SITUACIÓN ACTUAL

“Sé algunas cosas, pero no sé qué estudiar.”

Tiempo disponible

30 minutos, cinco días por semana.

Fortaleza

Ganas de tocar música completa y constancia suficiente para avanzar.

Bloqueo

Cambios de acorde inseguros y un compás que se rompe cuando acelera.

OBJETIVO DE SEIS MESES

Tocar una Sevillana con compás, sentido y seguridad.

Resultado musical

Interpretar “Sueña la margarita” a velocidad normal, sin detenerse.

Resultado técnico

Rasgueo estable, cambios limpios y control de tensión.

Resultado de estudio

Saber medir lo que practica y elegir el siguiente paso.

MESES 1-2 · BASE

Colocación, acordes, pulso de 3×4 y una rutina que se pueda repetir sin saturarse.

MESES 3-4 · CONSTRUCCIÓN

Rasgueos, estructura, entrada y las primeras secciones de la pieza a velocidad lenta.

MESES 5-6 · MÚSICA

Unir la Sevillana, afianzar el tempo y tocarla con continuidad y disfrute.

UNA RUTINA QUE CABE EN LA VIDA REAL

30 minutos. Cinco días. *Un trabajo medible.*

No se trata de tocar hasta cansarse. Se trata de repetir lo importante con atención, registrar el tempo y llegar a la siguiente sesión con algo concreto que revisar.

La sesión diaria

De lunes a viernes. El sábado se puede usar para tocar por placer o repasar; el domingo, descanso y escucha.

5 min

Preparar postura, respiración y manos. Dos pasadas lentas de los cambios de acordes.

10 min

Técnica y coordinación: pulgar apoyado, golpe y rasgueo con movimiento pequeño y relajado.

15 min

Compás y repertorio: una sección de la Sevillana con metrónomo y sin parar.

SEMANA 1

Trabajar a 60 BPM sin tensión.

SEMANA 4

Subir solo si salen tres pasadas limpias.

REVISIÓN

Registrar tempo, duda y sensación al terminar.

Ejercicios técnicos del primer bloque

EJERCICIO	CÓMO SE TRABAJA	MEDICIÓN
Pulgar apoyado	Dos cuerdas, sonido redondo, sin subir el hombro.	4 series de 8 notas a 60 BPM.
Golpe + rasgueo	Movimiento corto; el golpe no debe frenar el pulso.	3 pasadas de un compás estable.
Cambios de acorde	Preparar el acorde siguiente antes de que llegue el cambio.	5 cambios limpios seguidos antes de acelerar.

La velocidad no es una medalla. Solo se aumenta cuando el movimiento sigue relajado, el sonido es claro y el compás no se rompe.

NO MÁS BUSCAR ENTRE CIENTOS DE VÍDEOS

Lecciones concretas para *cada momento*.

Un plan personalizado no inventa material nuevo cuando la Academia ya tiene una lección que resuelve el problema. El trabajo de Pedro es elegirla, ordenarla y decirte cómo practicarla.

01 **Curso Básico de Acordes · Lección 2: Acordes Mayores**

Antes de correr con la pieza, ordenar posiciones y cambios. Objetivo: colocar cada acorde sin mirar continuamente la mano izquierda.

cursos.aprendeguitarra.es/cursos/acordes-de-guitarra/

02 **Curso de Sevillanas 1 · Lección 2: Compás Básico**

Escuchar y marcar dónde cae cada pulso antes de tocar la estructura completa. Objetivo: mantener el 3×4 sin perder el aire.

cursos.aprendeguitarra.es/lecciones/leccion-2-compas-basico/

03 **Curso de Sevillanas 1 · Lección 3: Estructura de una Sevillana**

Entender qué viene después. Objetivo: reconocer la forma antes de intentar memorizarla con los dedos.

cursos.aprendeguitarra.es/lecciones/leccion-3-estructura-de-una-sevillana/

04 **“Sueña la margarita” · Tonalidad y acordes → velocidad lenta → velocidad normal**

El recorrido musical se construye por capas: conocer los acordes, tocar despacio y llegar a velocidad normal sin convertir la guitarra en una carrera.

cursos.aprendeguitarra.es/cursos/curso-basico-de-sevillanas-1/

CINCO SESIONES · SEIS MESES DE TRABAJO

El plan no se entrega. *Se acompaña.*

La diferencia no está solo en recibir una lista de ejercicios. Está en mirar cómo evolucionas, corregir a tiempo y adaptar el camino a lo que ocurre cuando te pones a tocar.

SESIÓN 1 · DIAGNÓSTICO ✓

Empezar desde donde estás

Revisamos postura, pulso, acordes y objetivos. De aquí sale el plan personal y la primera semana de trabajo.

SESIÓN 2 · BASE ✓

Corregir antes de acumular

Vemos tensión, limpieza y compás. Ajustamos rutina, tempo y materiales según lo que ha ocurrido de verdad.

SESIÓN 3 · CONSTRUCCIÓN ✓

Unir lo que ya sabes

Pasamos de ejercicios aislados a estructura, rasgueos y pequeñas secciones musicales con sentido.

SESIÓN 4 · MÚSICA ✓

De lento a continuo

Trabajamos transiciones, regularidad y seguridad. Menos parar, más escuchar y sostener el toque.

SESIÓN 5 · SIGUIENTE ETAPA ✓

Medir el salto y decidir

Revisamos el objetivo alcanzado, consolidamos lo importante y trazamos el camino que sigue.

ENTRE SESIONES ✓

Una revisión que acompaña

Puedes enviar una consulta o una breve revisión por WhatsApp. Normalmente recibirás respuesta en 24-48 horas.

El objetivo no es hacer más. Es hacer lo que te toca.

Este es el tipo de acompañamiento que recibe un alumno del plan personalizado: sesiones grabadas, materiales, ejercicios y una dirección clara para que el estudio deje de depender de la improvisación.

PLAN REVISADO POR

Pedro Vázquez

PRÓXIMA REVISIÓN

Fecha a concretar con el alumno

PLAN DE ACCIÓN IMPRIMIBLE · SEMANA ____

Esta semana, *esto es lo que toca.*

Una muestra de la hoja que acompaña al plan personal. Imprime una por semana, escribe lo que vas a trabajar y registra qué ha pasado de verdad al terminar.

OBJETIVO MUSICAL DE LA SEMANA

OBJETIVO TÉCNICO DE LA SEMANA

TEMPO INICIAL / TEMPO OBJETIVO

LECCIÓN O PIEZA DE REFERENCIA

DÍA	TRABAJO CONCRETO	TEMPO / MINUTOS	HECHO
Lunes			☐
Martes			☐
Miércoles			☐
Jueves			☐
Viernes			☐

Lo que he notado esta semana

Revisión rápida

¿Cómo ha estado el compás, la relajación y la continuidad? Marca una sensación general y llévala a la siguiente sesión.


¿Quieres registrar tu estudio durante todo el proceso?

El Cuaderno de Seguimiento reúne hojas de práctica y espacio para medir tu avance sin perder el hilo entre semanas.

[Ver el Cuaderno de Seguimiento ↗](#)