

Cargarse de Energía

Energizar Nuestros Cuerpos con Ritmos



Artista/Autor(a): Antonio M. Gómez

Tiempo Necesario: 10-20 minutos

Enfoque Artístico: Música

Rango de Edad: 3-8

Descripción de la Pequeña Lección:

En esta lección, los alumnos energizarán sus cuerpos y mentes creando patrones rítmicos de percusión corporal, con la opción de crear variaciones y vocalizar para ayudar a crear un enfoque energizado.

Conceptos Clave:

Aplausos; ritmo; patrones; percusión corporal; cantar; llamar y responder; unísono; partes múltiples; enfoque.

Materiales Necesarios/Preparación:

- Cuerpos y voces
- Un espacio libre de objetos que distraigan
- Espacio para mover manos y/o dar fuertes pisadas
- Esta actividad funciona mejor cuando los alumnos están sentados en un círculo (ej., círculo matutino) o en un círculo de pie.
- Una vez presentada, esta actividad también se puede utilizar con los alumnos sentados frente al/a la instructor(a), por ejemplo, durante el tiempo de alfombra, después de una lectura en voz alta o una lección, o cuando el grupo necesite ser energizado y reenforcado.

Paso a Paso:

1. Prepárese para la lección practicando algunos ritmos o patrones que usted podría usar. Experimente con diferentes variaciones de aplausos y palmaditas en las piernas mientras se sientan con las piernas cruzadas. Un patrón introductorio podría ser el palmadita-palmadita-palmada de la canción "We will rock you" que es popular en los eventos deportivos.
2. ¡Practique hablar mientras hace el patrón, para que usted esté listo(a) para liderar el ritmo y aún interactuar!
3. Sentados en círculo con las piernas cruzadas, déjeles saber al/a los niño(s) que usted va a crear un ritmo. Invítelos a escuchar atentamente toda su frase/patrón y cómo se repite. Una vez que lo escuchen, ellos pueden unirse.
4. El uso de palmadas y palmaditas en las piernas inicia un patrón rítmico.
5. Brinde comentarios positivos a medida que los alumnos comiencen a participar. ¿Están secuenciando el patrón? ¿Mantienen un tempo constante al unísono con usted y entre ellos?
6. Una vez que todos hayan aplaudido el patrón y usted esté listo(a) para finalizar la actividad, diga: "¡1, 2, listos, deténganse!" y vea si todos pueden terminar al mismo tiempo, con un enfoque compartido.
7. Si los integrantes del grupo no pueden terminar juntos al mismo tiempo, intente comenzar el ritmo nuevamente usando señales para escuchar. Escanee el grupo para establecer contacto visual para reforzar la cuenta regresiva con una pista visual.

Variaciones y Pasos Siguintes:

- Apoye a cualquier alumno(a) con capacidades diferentes mediante el uso de diferentes tipos de percusión corporal o enfatizando los gestos sincronizados si trabaja con alumnos con dificultades auditivas.
- Agregue otros sonidos además de palmaditas en las piernas y palmadas, como chasquidos, palmaditas en el hombro o en el pecho, etc.
- Lidere esta actividad de pie e incorporando pisadas fuertes o marchas en el lugar.
- Agregue complejidad con la mitad del grupo tocando un patrón y la otra mitad con un patrón diferente.
- Invite a los alumnos a ser líderes de canciones ideando y enseñando sus propios patrones.
- Para un desafío multitarea, agregue cantos sobre los patrones rítmicos como:

Líder: Nuestras mentes

Grupo: ¡Son perspicaces!

Líder: Nuestros corazones

Grupo: ¡Están abiertos!

Líder: Nuestros cuerpos

Grupo: ¡Están listos!

Vea un video de esta Pequeña Lección de Creative Start y encuentre más recursos en: <https://www.arts.wa.gov/creative-start/>