

MOVIMIENTOS MUSICALES

Tema: ¡Aventúrate!

Información general: en esta serie de actividades, los alumnos explorarán movimientos creativos en forma de música y danza. Se moverán y bailarán a varios ritmos distintos, crearán obras de arte para representar diferentes canciones y aprenderán bailes de distintas culturas, lugares y géneros.

Vocabulario:

- Energía: aquello que necesitamos para movernos, trabajar y jugar. Algunas actividades requieren más energía que otras.

Actividad 1: Dame ritmo

Tipo de actividad: Energía para interpretar, Energía para moverse, Energía para descubrir

Dominio: cognitivo, lingüístico, físico, auditivo

Los alumnos:

- Describirán los sonidos y el tempo de diferentes ritmos.
- Se moverán al ritmo de varios tempos distintos.

Materiales:

- Un tambor o algo que pueda usarse como tal (recipiente vacío, lata de café, etc.)
- Baquetas, palillos para marcar el ritmo, lápices sin punta o reglas

Duración: de 20 a 30 minutos

Instrucciones:

1. Invite a los alumnos a sentarse en círculo.
2. Demuéstreles cómo hacer palmas para marcar el ritmo de las sílabas de su nombre. Por ejemplo, si su nombre es Srta. Jones, hará cinco palmas: cuatro palmas rápidas, y una más lenta y más prolongada. Solicite a los alumnos que repitan el ritmo de su nombre.
3. Uno a la vez, solicite a los alumnos que hagan palmas al ritmo de las sílabas de sus nombres. Para los alumnos más pequeños, puede usar solo el primer nombre. Para los alumnos más grandes, puede incluir el apellido. Después de que cada alumno tenga su turno, invite a la clase a repetir el patrón de palmas de esa persona.

4. Explique a los alumnos que han creado música. La música se trata de crear ritmos y sonidos, como acaban de hacer. Pueden crear música con prácticamente cualquier cosa.
5. Reparta los palillos para marcar el ritmo, las baquetas, las reglas o los lápices a los alumnos y solicíteles que repitan el ejercicio golpeando al ritmo de las sílabas de sus nombres.
6. Luego, solicite a los alumnos que dejen sus palillos para marcar el ritmo e invítelos a ponerse de pie. Explique que creará música con el tambor. A medida que golpea, ellos deben moverse de manera que vayan con el ritmo.
7. Comience con un golpe lento. Dígales a los alumnos que ese es su golpe de paso lento. Invítelos a recorrer la sala lentamente.
8. Acelere los golpes. Dígales a los alumnos que ese es su golpe de paso rápido. Invítelos a recorrer la sala rápidamente.
9. Acelere aún más los golpes. Dígales a los alumnos que ese es su golpe para trotar. Invítelos a moverse por la sala trotando.
10. Por último, vaya muy rápido. Dígales a los alumnos que ese es su golpe para correr. Invítelos a correr (de manera segura) por la sala.
11. Pregunte a los alumnos cuál fue su ritmo favorito y por qué.
12. Continúe haciendo diversos tipos de tempos y ritmos diferentes en el tambor: lento, rápido, fuerte, suave, alto, bajo, etc. Esta vez, aliente a los alumnos a escuchar y moverse al ritmo de lo que escuchan en el tambor bailando. Deben bailar lentamente para los ritmos lentos y con mayor rapidez a medida que el ritmo se acelera. También pueden hacer una danza suave para los ritmos suaves y una danza salvaje para los ritmos salvajes.
13. Si el tiempo lo permite, invite a los alumnos a que se turnen en la función de tamborilero y a que usen la imaginación para crear diferentes ritmos mientras los demás alumnos se mueven.

Actividad 2: Ritmo de arte

Tipo de actividad: Energía para crear, Energía para moverse

Dominio: físico, auditivo

Los alumnos:

- Practicarán grandes habilidades motrices al aprender distintos bailes.

Materiales:

- Dispositivo para reproducir música
- Varias canciones de diferentes tempos (estilos clásico, country, rock and roll, pop)
- Papel de diario o papel madera

- Pinceles
- Pinturas

Duración: de 20 a 30 minutos

Instrucciones:

1. A medida que los alumnos ingresan a la sala, tóqueles una canción. Solicíteles que describan la canción usando cualquier palabra. Dé a cada alumno una oportunidad para compartir su palabra.
2. Explique a los alumnos que existen muchas maneras de mostrar cómo se sienten respecto de la música. Ellos simplemente compartieron una palabra. Pero también pueden crear arte musical.
3. Pegue con cinta una hoja grande de papel de diario o papel madera sobre una mesa.
4. Dé a cada alumno un pincel. Coloque algunas pinturas de color e invite a los alumnos a sumergir sus pinceles en un color de pintura.
5. Toque distintas canciones a los alumnos. Invítelos a caminar alrededor de la mesa con sus pinceles y a pintar en el papel madera/papel de diario al ritmo de la música. Si la música es lenta, deben hacer pinceladas lentas. Si la música es rápida, deben hacer pinceladas rápidas. Pero deben seguir caminando y moviéndose mientras pintan. Nota: Si cree que moverse al mismo tiempo que pintan puede resultar desordenado o difícil, simplemente solicite a los alumnos que pinten al ritmo de la música sin caminar.
6. Una vez que termine la canción, repita el proceso con una nueva hoja de papel y una nueva canción. Continúe hasta que los alumnos hayan hecho al menos tres dibujos.
7. Una vez que hayan terminado, solicíteles que observen cada dibujo y describan cosas en las que estos se parecen o son diferentes.

Actividad 3: El baile alrededor del mundo

Tipo de actividad: Energía para interpretar

Dominio: cognitivo

Los alumnos:

- Practicarán habilidades auditivas y del movimiento mientras aprenden un baile.

Materiales:

- Dispositivo para reproducir música, como un reproductor de CD, una radio, una computadora, un reproductor de música portátil

- Canciones de distintas culturas y géneros Esto podría incluir, entre otros, ritmos de salsa, israelíes, mexicanos, hula-hula, vals, samba, danzas regionales irlandesas, polca, etc.
- Planisferio o globo terráqueo (opcional)

Duración: de 20 a 30 minutos

Instrucciones:

1. Reproduzca diversos tipos distintos de música de todo el mundo y de diferentes géneros para los niños. Solicíteles que mencionen o describan si hay alguna que conocen. Mencione cada tipo de música para los niños. Si es posible, muéstreles de qué parte del mundo proviene la música en un mapa o en el globo terráqueo. A medida que escuchan, aliente a los alumnos a describir el tipo de música. Pregunte: ¿es rápida? ¿Lenta? ¿Fuerte? ¿Suave? ¿Divertida? ¿Triste? ¿Cómo los hace sentir cada tipo de música?
2. Explique a los alumnos que las personas de todo el mundo tienen bailes y música que son especiales para ellos. Pregunte a los alumnos si saben qué tipo de música es especial para los miembros de su familia. Permita que los voluntarios compartan sus respuestas.
3. Seleccione uno de los bailes para enseñar a los niños. Es posible que prefiera seleccionar el baile antes de la clase o esperar a ver qué tipo de música resulta más interesante para los alumnos. También puede escoger un baile que sabe que estará relacionado con los alumnos desde el punto de vista cultural o uno con el que no están todos familiarizados.
4. Reproduzca la canción e invite a los alumnos a moverse al compás del ritmo.
5. A continuación, enseñe a los alumnos algunos movimientos de baile que pueden hacer al son de la música. Puede usar los movimientos de baile que sean más adecuados para la edad y el nivel de desarrollo de sus alumnos o pueden enseñar movimientos tradicionales para la canción. Puede encontrar muchos videos con instrucciones por Internet.

Modificaciones:

Esfuerzo adicional para los alumnos más grandes

- Los alumnos más grandes podrían aprender más de un baile cultural.

Disminución del esfuerzo para los alumnos más pequeños

- Es posible que los alumnos más pequeños aprendan una danza folklórica repetitiva, como Chicken Dance (El Baile del Pollo) o Mulberry Bush (El árbol de moras).

Alineación con los estándares de la Asociación Nacional para la Educación de Niños Pequeños (National Association for the Education of Young Children, NAEYC)

- **2.A.10** El programa de estudios orienta a los docentes para incorporar contenido, conceptos y actividades que promueven el desarrollo social, emocional, físico, lingüístico y cognitivo, e integran áreas de contenido clave que incluyen alfabetización, Matemática, Ciencia, Tecnología, Expresión creativa y arte, Salud y seguridad y Estudios sociales.
- **2.K.01** A los niños se les proporcionan diversas oportunidades y materiales que fomentan prácticas de buena salud, como servirse y alimentarse solos, descansar, tener buena nutrición, hacer ejercicio, lavarse las manos y cepillarse los dientes.
- **2.C.03** Los niños cuentan con diversas oportunidades y materiales que respaldan el desarrollo de la motricidad fina.
- **2.C.04** Los niños tienen diversas oportunidades y se les proporcionan los medios para participar en importantes experiencias motrices que estimulan una variedad de habilidades; mejoran la integración motor sensorial; desarrollan movimientos controlados; permiten que los niños con diversas habilidades tengan importantes experiencias motrices similares a las de sus pares; oscilan entre lo familiar y lo nuevo y desafiante; los ayudan a aprender juegos físicos con reglas y estructura.
- **2.J.06** Los niños tienen muchas y variadas oportunidades abiertas y materiales para expresarse de manera creativa a través de (a) la música, la (c) danza y el (d) arte bidimensional o tridimensional.
- **2.L.01** Los niños tienen diversas oportunidades de aprendizaje que fomentan la identidad positiva, y el sentido emergente de uno mismo y los demás.
- **2.L.03** Los niños tienen varias oportunidades y materiales para desarrollar su comprensión de la diversidad en la (a) cultura.

¡“Sé inteligente desde el principio” en casa!

No se espera que los niños de edad preescolar comprendan el concepto de las calorías y la forma en que el cuerpo utiliza la energía. Sin embargo, pueden comenzar a aprender información fundamental que les ayudará a tomar decisiones saludables en cuanto a la dieta y el ejercicio. Las lecciones de “Sé inteligente desde el principio” consisten en actividades diseñadas para introducir y reforzar esos conceptos, y le instamos a que integre el resto de las actividades de “Mis decisiones y yo” y de “¡Inténtalo!” en su plan de estudios actual. Por medio de estas actividades, los niños aprenderán respecto a la energía que necesitan para trabajar y jugar; a tomar decisiones saludables en cuanto a lo que comen y beben de una variedad de grupos de alimentos; y a moverse a lo largo del día con actividades divertidas que mantendrán su corazón fuerte y sano.

A medida que los alumnos avancen en la escuela primaria, el plan de estudios “[Decisiones saludables, hábitos saludables](#)” de Juntos Contamos™ les ayudará a enfocarse en conceptos más rigurosos en relación con la autoestima, la toma de decisiones, la nutrición saludable y la actividad física regular.

Energía en el hogar

Esta semana, su hijo aprendió todo sobre la música, el movimiento y la danza. El movimiento a través de la música y la danza ayuda a los niños pequeños a seguir instrucciones, escuchar un ritmo, practicar el desarrollo motriz, y desarrollar la coordinación y el equilibrio. Aprendieron que las personas de todo el mundo tienen música y bailes que son especiales para ellos.

La danza y los movimientos relacionados con la música son actividades atractivas que pueden compartirse con los miembros de la familia de todas las edades. Solicite a su hijo que le muestre lo que aprendió. Luego, hable sobre la música y los bailes que son especiales para su familia y su cultura. Por último, reproduzca música y muévanse juntos.