

## ¡Buenos días familias!

En este archivo de texto vamos a intentar explicar un poco la actividad para que os sirva de guía y preparación previa, ya que, en esta ocasión, ¡vosotros seréis los directores de la orquesta!

- 1- **Bienvenida**: Esta canción se usa para romper el hielo y dar la bienvenida a la zona de la sesión (nosotros tratábamos de estar tocando antes de que entraran a la sala, para generar la sensación de que estamos entrando a un sitio especial y lleno de música, aprovechamos para tararear o cantar la canción).
- 2- **Imitar animales**: En esta parte se pretende estirar un poco, ejercitar movimientos acompañados de la música o recibir diferentes tipos de estímulos según el animal que nos toque.
  - a. ***León***: Imitamos los gestos y sonidos de León como lo hace Dani. Como alternativa, tratamos de hacer el mismo gesto del león sobre sus piernas, brazos o mejillas.
  - b. ***Serpiente***: Tratamos de imitar los gestos de Dani, acompañando con el siseo de la serpiente (shhhhhhhhh). Como alternativa imitamos el movimiento zigzagueante de la serpiente sobre las extremidades de los participantes.
  - c. ***Elefante***: El gran elefante nos trae dos movimientos, su fuerte pisada acompañada y el sonido de su trompa. Como alternativa “pisamos” con el puño cerrado sobre sus brazos o piernas, imitando los pasos del elefante.
  - d. ***Monos***: Imitamos el gesto típico de los monos de rascarnos el sobaco. Como alternativa les intentamos ayudar o podemos hacer leves “pellizcos” por brazos, piernas y cabeza intentando generar la sensación de que los monos son muy movidos y paran quietos.
  - e. Y por último, ***el cocodrilo***: Este animal nos sirve de unión con la siguiente actividad, iniciando un pequeño ritmo para que imiten. Como alternativa podemos usar un sonajero o algún instrumento pequeño para ayudarles a generar el ritmo.
- 3- **Cambios de ritmo**: Esta parte sirve para que intenten seguir dos ritmos diferentes, lo podemos hacer mediante algún instrumento o con el movimiento del cuerpo (hacia los lados, con los brazos, con las manos, etc...)
- 4- **Relajación**: Es el momento de cerrar los ojos y relajarnos. Podemos tumbarnos en una esterilla o sofá e intentamos centrarnos en escuchar la música, relajando todo el cuerpo. ( se puede acompañar con caricias en el pelo por ejemplo)
- 5- **Escuchamos la guitarra**: Para despertarse poco a poco. Mientras escuchamos, vamos abriendo los ojos, nos estiramos y volvemos a la posición inicial.
- 6- **Orquesta**: ¡Es el momento de tocar juntos! Preparamos algún instrumento o con percusión corporal, y vamos siguiendo la canción, que irá variando de velocidad e intensidad, para que toquemos más flojito, o más fuerte según el momento.
- 7- **Escuchamos el oboe**: Para relajarnos un poco después de la orquesta
- 8- **Despedida**: Y nos decimos hasta luego con la canción de la despedida

\*\*Añado un enlace y un par de ideas para que podáis hacer os algún instrumento casero en caso de que no tuvierais (en el siguiente video les hay muy sencillos y con materiales que todos tenemos en casa, aunque también les hay más complejos)

<https://www.youtube.com/watch?v=XSQ-fRTbaA>

Como otras opciones, siempre podemos usar una botella de plástico rellena de legumbres por ejemplo, una cuchara y una cazuela (recomiendo cuchara de madera) o incluso una caja de zapatos vacía.

Muchas gracias y muchos ánimos a todos, esperamos que estas sesiones os sirvan de ayuda para realizar vuestras actividades en casa y no perder la formación que hemos conseguido hasta ahora.