

ACTIVIDADES PARA LA CLASE DE MÚSICA DE E-J.DALCROZE

Emile-Jacques Dalcroze músico y bailarín suizo observó que los estudiantes no sentían la música internamente por lo que empezó a finales del S.XVIII a crear series juegos que ayudaran a las personas a tener un mejor uso de su cuerpo y a sentir mejor la música. Es importante en los ensambles porque desarrolla la camaredería, conexión y el espíritu humano.

La mayoría de la gente disfruta haciendo música con otros, compartiendo con otros y cantando para otros; simplemente juntar a un grupo para cantar una canción juntos no es un coro, debe haber una experiencia o sensación de pertenencia, una conexión artística y humana.

Dalcroze es un entrenamiento musical que provee dominio kinestésico y que ha sido adoptado alrededor del mundo por muchos profesores, bailarines y directores que consideran el movimiento y el pulso como parte vital de la musicalidad de sus estudiantes.

Lo primero que debemos lograr es asegurarnos que los niños sientan el pulso y desarrollen una especie de "metrónomo" interno; de otra manera no puede hacerse música porque el pulso es el fundamento de todo lo que se hace en música y sin él todo se vuelve errático y fuera de control.

"Nada parece ser tan importante como el tiempo" Mozart

Primero se enseña el pulso porque este puede ser irregular, y hablamos de tempo posteriormente porque este implica el manejo de acentos.

Es importante el manejo del espacio y evitar las posiciones fijas o estáticas que tienden a acelerar el tempo, mientras que cuando estamos en movimiento es mucho más fácil controlar el tempo. Además se desarrolla la concentración mental y la capacidad de improvisar adaptándose a diferentes patrones rítmicos. El alumno aprende a reaccionar rápido a pensar con anticipación para preparar su reacción futura.

La música requiere un proceso de anticipación constante porque la música nunca ocurre en el momento exacto y perfecto, debemos saber cuando anticiparnos, cuando prepararnos para acelerar, cuando prepararnos para desacelerar, cuando parar, cuando arrancar etc.

"Las características del ritmo son: continuidad y repetición" Dalcroze

"La exactitud de nuestros sentimientos musicales dependerá de la exactitud de nuestras sensaciones corporales" Dalcroze

"El ritmo puede llegar a ser complejo a través de la enseñanza progresiva" James Mursell

Antes de introducir un sistema de notación debe hacerse sentir la música en el cuerpo a través de actividades físicas y kinestésicas que provean un conocimiento profundo, percepción e internalización de la música.

Algo muy importante es que los niños siempre disfrutan aprendiendo de esta manera y nunca se puede decir que los niños les disgusta aprender con el sistema Dalcroze. La mejor forma para que los niños aprendan es cuando ellos no se dan cuenta que están aprendiendo algo porque están disfrutando el proceso formativo.

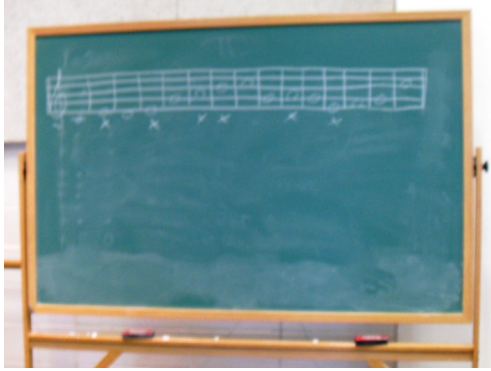
Es importante desarrollar la capacidad de predecir los movimientos del cuerpo necesarios para cumplir con las condiciones de cada juego; por ejemplo si nos lanzan la pelotita muy despacio rodando debemos adelantarnos para alcanzarla a tiempo y si nos la lanzan muy rápido debemos dejarla rodar y alcanzar por atrás en el momento correcto. Así mismo los directores deben ajustar sus gestos al pulso; si es un pulso lento sus gestos pueden ser amplios, pero conforme el pulso se vuelve más rápido es necesario reducir el tamaño de los movimientos.

Caminando es más fácil mantener el ritmo que simplemente tocándolo o cantándolo, porque hay una sensación más clara del pulso y una mejor estabilidad.

Dalcroze busca desarrollar el sentido de la atención, la concentración y la anticipación como herramientas de gran utilidad para nuestra interpretación musical.

Imágenes	Descripción de la Actividad
Siguiendo al Pianista	<p>Todos se mueven por el salón en su propio tempo y el pianista selecciona a uno y toca un acompañamiento para sus movimientos mientras los demás mantienen su propio patrón.</p> <p>Seguidamente todos empiezan a moverse pero esta vez cambiarán su patrón cuando suene el piano para adaptarse a lo que escuchan en el piano.</p> <p>El pianista toca una pieza y los alumnos tocan el pulso de la música con sus dedos sobre el corazón. Luego transfieren ese mismo ritmo a sus pies. El pianista acelera y desacelera para que el grupo lo siga, adaptándose a los diferentes ritmos.</p>
Números y Letras	<p>Mientras marcan el pulso con chasquidos de los dedos, dicen las letras del alfabeto en orden ascendente cuando chasquean con la derecha y los números en orden ascendente cuando chasquean con la izquierda, creando una secuencia que va: A, 1, B, 2, C, 3, D, 4, E, 5, F, 6, G, 7, H, 8. Luego a la inversa, primero los números y luego las letras.</p>
Palmadas frustradas	<p>En grupo marcan un pulso con palmadas y giros amplios con las manos y brazos. Cuando el profesor dice un número se deja de dar las palmadas durante esa misma cantidad de tiempos, pero se continúa haciendo el movimiento con los brazos y las manos sin chocarse.</p> <p>Todos se colocan en círculo y junto con el profesor y la ayuda de un tambor uno por uno marcan el pulso del tambor con una palmada y un giro amplio de las manos. Si el profesor dice un número, esa cantidad de alumnos deja de hacer la palmada y solo hace el gesto con los brazos y manos. Después de la cuenta de palmadas en silencio se sigue con las palmadas sonoras hasta que el profesor diga un nuevo número.</p> <p>En el mismo círculo, cuando el profesor dice un número esa misma cantidad de alumnos vuelve a dejar de palmear pero esta vez el siguiente alumno después de cada cuenta, dice la palabra “cambio” e inmediatamente se cambia de dirección el juego y se sigue hacia el otro lado con el mismo sistema.</p>
Cuentas decrecientes y crecientes	<p>En grupo caminamos 8 pulsos, luego 7 pulsos, luego 6 pulsos hasta llegar a 0 en donde se suspende el movimiento. Cada vez que se cambia de número se cambia de dirección la caminata.</p> <p>La segunda parte consiste en hacer el mismo proceso pero arrancando en 1 pulso, luego 2 pulsos, luego 3 hasta llegar a 8 pulsos en total.</p> <p>La tercera variante es realizar siempre 8 pulsos pero cada vez que cambiamos de dirección sustituimos pasos por palmadas, de manera que la primera vez haremos 8 pasos, luego 7 pasos + 1 palmada, luego 6 pasos + 2 palmadas, luego 5 pasos + 3 palmadas hasta llegar el momento en que solo se hacen palmadas. Inmediatamente se invierte el proceso haciendo 7 palmadas + 1 paso, 6 palmadas + 2 pasos etc. hasta llegar</p>

	<p>nuevamente a 8 pasos.</p> <p>A todos los ejercicios se les puede poner un fondo musical adecuado para hacerlo mas ameno, musical y efectivo.</p>
Rodando pelotitas con ritmo	<p>En parejas se lanzan una pelotita rodando por el suelo y marcando un ritmo. Este ejercicio contempla un proceso de anticipación similar a la anacruza en el gesto previo para tomar y lanzar la pelotita. Se debe dejar rodar o adelantarse a tomar la pelotita para tomarla exactamente en el último tiempo de cada compas y lanzarla de regreso inmediatamente en el primer tiempo del siguiente compás. Puede ponerse música al ejercicio.</p>
Palmadas y Óvalos	<p>En rueda damos palmadas al centro y dibujamos un óvalo con ambos brazos, si el pulso es lento el óvalo será amplio y grande; pero si el pulso es rápido el óvalo será pequeño y reducido. El profesor dice una palabra clave como “hip” para aumentar la velocidad del pulso y “hop” para reducir la velocidad del pulso una o varias veces.</p>
Palmas y Taps	<p>Se trabaja en parejas. Cada uno coloca su mano derecha con la palma hacia arriba y la mano izquierda con la palma hacia abajo, de manera que los dedos de la mano izquierda podrán tocar o hacer “tap” en la palma derecha del compañero. Luego el profesor marca un ritmo que será tocado simultáneamente por ambos jugadores con los dedos sobre la palma derecha del compañero.</p>
Palmadas Perdidas	<p>En un gran círculo, cada uno va ir dando una palmada de acuerdo con el ritmo que marca el guía en un tambor. Cuando el guía dice un número, por ejemplo: ¡tres!, significa que los siguientes tres participantes solo harán el movimiento pero no producirán el sonido de la palmada, después de tres veces volverán las palmadas normales y el guía dirá otro número.</p>
	<p>Con corbatas, bufandas u otros materiales flexibles se puede jugar en parejas. Se ponen frente a frente y cada uno toma el extremo de una corbata con la mano izquierda y el extremo de otra corbata con la mano derecha. Luego halan sincronizadamente marcando diferentes ritmos. Pueden danzar, halar, cruzarse, hacer figuras etc.pero sin soltar las corbatas, mientras mantienen el ritmo de la música que escuchan.</p>



Todas las opciones anteriores se pueden combinar en el siguiente ejercicio el cual va eliminando progresivamente notas del pentagrama. El grupo debe seguir cantando el ejercicio original pero interpretando silencios en donde se colocan las "X".