

JUEGOS PARA VIAJAR AL SILENCIO EN TU AULA

ISABEL ROCH

www.musicaparaeducar.com



BIENVENIDO



Soy **Isabel Roch** y te agradezco de corazón que te intereses por los recursos que preparamos en www.musicaparaeducar.com

Soy mentora de bienestar en entornos educativos, pianista, docente y escritora.

Estoy tan convencida de que la educación es la base imprescindible para mejorar la sociedad que trabajo para aportar recursos e inspiración para que los docentes y educadores puedan sentirse bien mientras desarrollan su labor con eficacia.

Buena parte de mi trabajo la dedico a la investigación sobre el entorno sonoro y los beneficios del silencio. Impartiendo formaciones, dando charlas y escribiendo sobre ello.

En esta guía vas a poder encontrar **3 juegos para viajar al silencio en tu aula**. tres juegos llenos de ritmo, movimiento, comunicación y risas para llevar de la mano a tus alumnos hacia la calma.

Gracias por formar parte de Música para Educar.



EL SILENCIO

El silencio es parte esencial de la Música, es parte esencial de la vida y es algo fundamental en el aula.

El silencio es desde donde todo lo interesante empieza y nosotros como educadores nos tenemos que convertir en maestros de su uso.

Pero el silencio para un niño no es tan natural, hay que enseñarle a conquistarla, pero sobre todo a apreciarlo y a utilizarlo en su beneficio. La conquista del silencio es un aprendizaje y **no hay mejor forma para aprender que jugando.**



www.musicaparaeducar.com

Te regalo tres juegos, que se pueden adaptar a distintas edades para conseguir el silencio en clase, pero sobre todo un silencio que genere atención, con el foco puesto en aquello que nosotros como maestros queramos.

JUEGOS PARA VIAJAR AL SILENCIO EN TU AULA ¿CÓMO UTILIZARLOS?

- **Detecta el momento** en el que es necesario un cambio de dinámica o llegar a un estado de atención y silencio especial.
- **Introduce la actividad de manera repentina** y da tiempo a los alumnos a que vayan añadiéndose a ella.
- **Aprovecha la actividad para relajarte**, hacer contacto visual con los niños y divertirte.
- **Una vez generado el silencio**, aprovecha el primer instante para decir unas palabras de agradecimiento, ánimo o admiración y para introducir de manera que suscite curiosidad o interés el tema o actividad que vamos a tratar a continuación.

CHILLAR BAJITO



En el momento que veas que necesitas el silencio, **propón un pequeño grito**, mejor con una vocal, y con gestos pides que te imiten. Cuando ya se ha hecho varias veces este juego. Los alumnos imitan de forma instintiva.

Vas animándoles a que cada vez griten más fuerte y cuando ya han hecho dos o **tres gritos intensos**, les pides que vayan **gritando cada vez más y más bajito**, pero que griten **con todas sus fuerzas** aunque no emitán sonido.

Estamos trabajando una disociación entre un gesto grande y potente que es el del grito y una emisión sonora pequeña que llega a ser inexistente.



CHILLAR BAJITO



A partir del grito sin sonido, **pasamos al susurro sin sonido y al silencio.**

Habrán **bajado sus pulsaciones** progresivamente, habrán **desahogado sus nervios.**

Es posible que se produzca alguna situación cómica y **risas**, les hace mucha gracia ver las caras de esfuerzo gritando sin sonido.

Ahora están en condiciones de **aprovechar un gran silencio.**



CABALLITOS TROTONES

Comienza haciendo ritmos rápidos y fuertes con tus manos sobre las piernas sin seguir ningún patrón rítmico. (Es ideal hacerlo por sorpresa ya que los niños no estarán habituados a ello y captarás inmediatamente su atención. Así consigues su interés y silencio sin tener que levantar la voz).

En cuanto tengas su atención, **intenta que los alumnos te imiten.** (Lo ideal sería conseguirlo sin tener que dejar de hacer el ritmo, no diciéndolo expresamente. Solo con la mirada y asintiendo a los primeros niños que imiten de forma natural, es fácil que nos sigan el juego. Si esto funciona es el momento de invitarles con palabras a seguir haciéndolo o animarles hablando sobre los bien que lo hacen).

Cuando todos (o la mayoría) estén imitándonos es el momento de dar rienda suelta a la emoción: **sube el volumen y la irregularidad del ritmo.**

CABALLITOS TROTONES

Es mucho más efectivo y divertido hacerlo acompañado de gestos exagerados y caras de susto. Los niños reirán y así habrás **conectado emocionalmente con ellos**.

Haz **subidas y bajadas de intensidad y tras ese momento de explosión, ve convirtiendo en regulares las palmas poco a poco**. De una manera natural, todo el grupo irá **sincronizando sus golpes**. Es muy importante reforzar este momento con sonrisas o gestos de aprobación.

Luego poco a poco percute **cada vez más y más suave**, hasta que las palmas no se oigan nada, aunque siga habiendo movimiento en los brazos.

En ese momento tienes completamente **captada la atención de todos y silencio en el aula**.





OLAS DE SILENCIO

JUEGO 3

En este juego vamos a enseñar a nuestros alumnos a **hacer olas** como las de los estadios deportivos.

Para hacer olas, los niños van levantando los brazos, empezando por los que están a un lado de la clase y continuando hacia el otro.

Con este juego, trabajamos la atención, la coordinación motriz y el compromiso con el grupo.

Al levantando los brazos y decimos una vocal.
(La A y la U funcionan muy bien).

La intensidad del **oleaje irá en aumento**. Las primeras veces solo levantamos los brazos, luego podemos sugerir a los niños que se levanten de la silla cada vez que les llega la ola. Los gestos serán cada vez más amplios; los brazos suben muy estirados y las olas acaban con un golpe con las manos en la mesa.





JUEGO 3

OLAS DE SILENCIO

Según el tiempo que queramos prolongar la actividad podemos cambiar las olas de dirección o hacer distintas subidas y bajadas de intensidad tanto de movimientos como de volumen.

Poco a poco el **mar se irá calmado** y pasaremos de usar todo el cuerpo a solo los brazos y cada vez **hacerlo más y más lento** hasta que en la última oleada al bajar los brazos los niños se recuesten sobre la mesa.

Ya tenemos un **mar en clama** y una clase dispuesta a escuchar.

¿QUÉ NOS APORTAN ESTOS JUEGOS?

ATENCIÓN

Al jugar con el factor sorpresa y con un principio muy disruptivo se capta inmediatamente la atención.

CONCENTRACIÓN

Durante el tiempo que dura la actividad hay un solo foco de atención. Son juegos que requieren concentración para seguir lo que está pasando en el grupo.

CONSCIENCIA CORPORAL

Para producir el sonido y hacer de forma adecuada los movimientos trabajamos con el control corporal.

COHESIÓN CON EL GRUPO

Es impresionante cuando se siente que todo el grupo va a la vez, Es algo sobre lo que se puede reflexionar después: Cómo al hacer algo todos juntos el resultado es mucho más bonito e impresionante.

OXÍGENO EN EL CEREBRO

A través del movimiento y la risa.

DIVERSIÓN

A los niños les encanta dar golpes, hacer ruido, gritar y reír. A través de la risa generamos relajación y unión con el grupo.

VALORAR EL SILENCIO

Después del ruido fuerte y de la agitación, se valora más el silencio. Te recomiendo que al terminar el juego sigas hablando en un tono muy suave y lo mantengas todo el tiempo posible..



REFLEXIONES

Como has podido comprobar, estos tres juegos se basan en el mismo esquema: partir desde la sorpresa, implicar a todo el grupo y llegar juntos a la calma respetando el ritmo de los alumnos. Cada uno de ellos tiene un ámbito motriz distinto (sólo la cara, los brazos, todo el cuerpo). Puedes elegir un juego u otro en función de la intensidad de movimiento que quieras en cada ocasión.

VARIACIONES

Cuando sea necesario volver a un estado de atención utiliza este juego. Si reflexionas en clase sobre la importancia del silencio, los niños aprenden a reconocer en qué momentos hace falta y lo piden. Cuando ya conozcan los juegos, podemos invitar a algún niño a que sea él, el que conduzca a la clase hacia el silencio.

UN CONSEJO

Os recomiendo que al terminar los juegos sigáis hablando en un tono muy suave introduciendo la siguiente actividad y que lo mantengáis todo el tiempo posible.

¿Y AHORA?

CONQUISTAR EL SILENCIO EN UN AULA ES UN CAMINO LARGO, PERO PUEDE SER APASIONANTE Y DAR INCREÍBLES RESULTADOS.

Si comprendes la importancia de dominar el silencio cómplice, participativo y eficaz para lograr un mejor ambiente en tu aula, puedes seguir profundizando en mis formaciones:

- **SILENCIO, CLAVE DEL BIENESTAR EN EL AULA**
- **DANZAMANOS**
- **PAUSAS CREATIVAS**

o hacerte con el pack de libros del silencio:

-  **MÚSICA, TU GRAN ALIADA EN EL AULA**
-  **LA PLUMA DEL SILENCIO**
-  **LENCIO, EL NIÑO RUIDOSO**

Lo encuentras todo en:

www.musicaparaeducar.com

JUEGOS PARA VIAJAR AL SILENCIO EN TU AULA



Pruébalos en tu aula y cuéntame qué
tal ha ido. Estaré encantada de
conocer tu experiencia y de ayudarte si
tienes cualquier duda.

musica@musicaparaeducar.com

No te olvides de seguirnos en Facebook e Instagram.
Música para educar por Isabel Roch