



TAKISHPA PUKLLASHUN

Jugar Cantando
Tercera edición 2023

Descripción breve

Libro de Juegos Cantados para facilitar el proceso enseñanza aprendizaje de facilitadores, futuros docentes y docentes de Educación Física.

Tarpuk Analuiza – Cristina Cáceres
efanaluiza@uce.edu.ec / danzamericaac@gmail.com

TAKISHPA PUKLLASHUN

Jugar Cantando

Tercera edición digital 2023

TAKISHPA PUKLLASHUN
Jugar Cantando

Trabajemos por una educación de calidad e inclusiva para nuestros niños y jóvenes.
Tarpuk Analuiza A.

Autores:

-Edison Analuiza

-Cristina Cáceres

Quito, agosto 2023

**Revisado por: MSc. Jorge
Nela (Universidad Nacional
de la Plata - Argentina)**

ISBN: 978-9942-21-518-5

ISBN 978-9942-21-518-5



*Para construir
hay que sumar y multiplicar
esfuerzos.*

*Y si añades un poquito de amor
se construye más rápido y sin mucho esfuerzo.*

*Al gran espíritu de los andes, y al inmenso amor de
Cris, Nina Aygul, Samy, Ari y Toa.*

*Dedicado a la niñez y juventud
indígena, mestiza y afro del Ecuador.*

INTRODUCCIÓN

El niño, la niña, el joven no es una botella en la cual debemos llenar conocimientos; el ser humano es un ser bio-psico-social, es decir un ser integral, por lo tanto, debemos desarrollar con igualdad los dominios: cognitivo, psicomotor y socio afectivo. Y precisamente el Juego Cantado es la técnica precisa que logra este cometido.

“Educar es sacar de y no poner en”, el juego cantado saca el verdadero yo, saca los conocimientos previos, la experiencia, la iniciativa, y la creatividad para proponer nuevas variantes, crea un ambiente de libertad, de respeto y sin miedos y es allí donde comienza la verdadera educación. El niño, la niña, el joven, hombre o mujer dejan de tener miedo cuando juegan, cuando cantan y logran relacionarse con todos mirándose a la cara y como dice, Gregorio Firgerman: “El juego es la misma expresión de la vida, jugar es vivir”, de la mano del juego se puede llegar a los aprendizajes significativos.

Por ello el esfuerzo de compilar estos juegos cantados, para ofrecer a todos quienes están inmersos en el proceso enseñanza-aprendizaje, promotoras/es, futuras maestras/os, y a los colegas docentes, una guía que facilite el íter aprendizaje y los momentos de la hora clase sean más dinámicos.

Aquí está plasmada la creatividad de muchos amigos, amigas, maestros, cantantes, recreadores, que compartieron conmigo sus experiencias, la iniciativa y pasión de niños y niñas que observé jugar y cantar, y especialmente la participación de varios grupos de alumnas del Liceo Municipal Fernández Madrid y de la Escuela de Parvularia de la Universidad Central con quienes probamos en la práctica la validez de estas actividades. Lo único que me pertenece son las propuestas de algunas variantes, adaptaciones de movimiento, adaptaciones de canciones tradicionales, y la paciencia de cinco años para preguntar, investigar y escribir este sumario.

Además del Jugar cantando a la clase de danza y baile hay un solo paso, la siguiente propuesta ha sido aplicada en múltiples sesiones de trabajo con los clubes de danza de varias instituciones educativas, así, por ejemplo: Escuela Fiscal “Humberto Mata Martínez” Hight School “Ludoteca”, Liceo Municipal “Fernández Madrid”; en decenas de talleres con grupos de danza nacional independientes y de las parroquias rurales de Quito y en Agrupación Cultural Danzamérica.

Dejo en sus manos este compendio, su acertado criterio puede orientar, sugerir, corregir, variar y volver a re-crear.

RECOMENDACIONES

Estimado monitor/a o maestra/o siga con atención las siguientes recomendaciones para que pueda manejar con mayor facilidad el grupo de trabajo.

- ✓ *Prepare con anticipación la canción o el juego con todos los materiales e insumos a utilizarse y realice las adaptaciones necesarias para que estas cumplan los objetivos propuestos en el plan de clase.*
- ✓ *Elija la canción o el juego correcto de acuerdo con el momento o el objetivo trazado, así, hay canciones rompehielos, de integración y de refuerzos de aprendizajes, te doy un ejemplo:
Rompehielo: Ali ba ba
Integración: Aran zan zan
Refuerzo: El árbol de la montaña*
- ✓ *Estas canciones pueden ser adaptadas y cambiadas de ser necesario, no siga al pie de la letra todo, solo son sugerencias. Todo depende de la edad y número de participantes, del momento del trabajo y del objetivo que desee alcanzar, así, por ejemplo: con párvulos puede utilizar solo una estrofa, en cambio con púberes y adolescentes cree y realice movimientos más complejos, con adultos mayores disfrute de su alegría y motivación.*
- ✓ *No tenga miedo ni recelo de su voz, cante, cante mil veces hasta adaptar la letra a su tono personal y hasta que la domine.*
- ✓ *Si observa que una canción o juego aburre al grupo, cambie enseguida a otra.*

- ✓ *Nunca inicie diciendo: “a ver niños hoy vamos a cantar la siguiente canción que se titula” ..., comience directo, así podrá lograr la atención del grupo rápidamente.*
- ✓ *Trate de que ningún participante sea excluido del juego y si tiene estudiantes con capacidades diferentes tiene que planificar variantes y realizar adaptaciones curriculares.*
- ✓ *Ponga mucha pasión, imaginación, creatividad y dinamismo en el trabajo, sobre todo sea usted la primera o el primero en actuar y disfrutar del juego cantado.*
- ✓ *Si se olvidó el ritmo de una canción no importa, adapte otro ritmo, recree y cree.*
- ✓ *Motive siempre a las y los estudiantes a expresarse con el cuerpo sin recelo, a cantar en voz alta y a actuar con dinamismo.*
- ✓ *Recuerde siempre que el jugar cantando, rompe los miedos y crea un ambiente de libertad y respeto.*

CANCIONES

“La enseñanza que deja huellas no es la que se hace de cabeza a cabeza, sino de corazón a corazón”.

Hendricks Howard

1. A BAILAR SAN JUAN

Monitor/a: ¿Por qué estoy triste al bailar regged?

Todos/as: No sé, porque

A bailar san juan
a bailar san juan
a bailar, a bailar
a bailar, san juan

Todos en círculo, tomados de los
hombros.

Paso de san Juan (triples)

saltos a pies juntos

Esta canción es una adaptación de la letra “A moler café”

Variante: se puede invertir, san juan por regged o cualquier otro ritmo

2. A MOLER CAFÉ

Monitor/a: ¿Por qué me sube la bilirrubina?

Todos/as: No sé, porque

A moler café
a moler café
a moler, a moler
a moler café.

En círculo, paso derecho e izquierdo

con saltos adelante atrás
primero tomados de los hombros
después de la cintura
por último, abrazados por la cintura

Canción ideal para el calentamiento y desarrollar trabajo en equipo

3. A SALTAR POR LA HIJA

Ala lata
ala tero
ala hija
del chocolatero.

En círculo de costado
salto lateral
salto lateral
salto adentro,

Ala pin
ala pon
a la hija
del conde Simón.

atrás, lateral
lo mismo en sentido contrario

Canción ideal para desarrollar nociones adelante atrás, derecha e izquierda; conforme se repite ir aumentando la dificultad y achicando el círculo

4. ABRAZAR CON AMOR

*En el cielo brilla una estrella
en la tierra brilla una flor,
a mi lado tengo una amiga (un amigo)
que abrazaré con amor.*

Realizar los gestos y movimientos que indica la canción, al final abrazar y saludar con el compañero o compañera.

Letra y música: Jaime Torres

5. AGUA DE LIMÓN EN PAREJAS

*Agua de limón
vamos a jugar
el que se queda solo
solo se quedará. (bis)*

Hey.

Variante del juego en círculo: Todos los jugadores se ubicarán en parejas frente a frente y enganchados de los brazos, a excepción de una persona que irá en busca de su pareja. Las parejas cantarán la estrofa dos veces, una vez enganchados con las manos derechas y la segunda enganchados las manos izquierdas y el HEY será la señal para cambiarse de pareja.

. ALE ALE

!Oh! ale - ale
alele chiquitonga
zamba, zamba, zambaza
!Oh! aloe, aloi, aloa
que lo repita "Paty"

Realizar cualesquier tipo de movimiento con cada verso, cuando se termina la estrofa nombrar a una persona del grupo para que realice nuevos movimientos.

. ALÍ - BA-BA

Ali ba ba
y los 40 ladrones

*Repetir los movimientos del monitor/a
movimientos individuales, en pareja, grupales*

Ali ba ba
y los 40 ladrones. (bis)

Canción ideal para desarrollar la motricidad fina, en cada repetición del verso el dedo pulgar chasquea con el índice, con el medio, con el anular y con el meñique.

8. **AMO A MI PRIMO VECINO**

*Amo a mi primo
mi primo vecino
amo a mi primo, mi primo Germán (bis)*

*Monitor/a: alto ahí
Todos/as: por qué
Monitor/a: el rey de Michubichan dice:*

Todos en círculo, el rey dice alguna actividad, ejemplo: tomarse del cuello, cogerse de las rodillas, de los tobillos, etc.

LLAMO A MI AMIGO (variante)

*Llamo a mi amigo
mi amigo, mi amigo
llamo a mi amigo
mi amigo Edison (utilizar el nombre de la monitora)*

*Monitor/a: alto ahí
Todos/as: qué pasa
Monitor/a: en nombre del rey de Michubichan
se va a ordenar (dar actividades que serán cumplidas por todas las personas del círculo).*

9. ARAN ZAN-ZAN

Aran zan - zan (bis)
a la guli guli guli
aran zan - zan

*aplausos en los muslos (1, 2, 3)
rascarse quijada y cabeza
aplausos en los muslos (1, 2, 3)*

Ohea, Ohea
a la guli guli guli
aran zan - zan.

*flexión de piernas y brazos arriba
rascarse quijada y cabeza
aplausos en los muslos (1, 2, 3)*

Canción ideal para trabajar en círculo, viéndonos a la cara todas/os, primero se canta y se ejecuta los movimientos solos y después se alterna los movimientos con el compañero compañera.

10. ATENCIÓN CON RITMO

Atención,	<i>aplausos</i>
con ritmo,	<i>aplausos en los muslos</i>
diga usted,	<i>aplausos</i>
nombres de,	<i>aplausos en los muslos</i>
animales,	<i>aplausos</i>
por ejemplo,	<i>aplausos en los muslos</i>
pe-rro,	<i>los nombres de los animales se pronuncian solo en los aplausos</i>
ga-to.	

Canción ideal para animar al grupo en cualquier espacio, en el recorrido del bus o como descanso después de actividades intensas.

Todos los estudiantes sentados, acompañar el canto, con dos aplausos rítmicos en los muslos y dos aplausos.

Se puede jugar con los nombres de animales, personas, ciudades, frutas, plantas, países, marcas de carros, marcas de ropa, deportes, etc.

11. BIDSY ARAÑA

*Bidsy, bidsy araña
subió a la telaraña
vino la tormenta
y se la llevó.*

Todos/as en grupos de cuatro o cinco o más estudiantes, formados en fila (uno al lado de otro) abrazados por la cintura, desplazarse coordinando la letra de la canción con el movimiento de los pies, crear movimientos de coordinación sin y con desplazamiento.

12. BUGI – BUGI

*Vamos a mover los deditos,
a mover los deditos,
paran-pan-pan (tres aplausos)
bugi , bugi (mover siempre la cadera)*

*Vamos a mover las manitos,
a mover las manitos,
paran-pan-pan (tres aplausos)
bugi , bugi.*

*Vamos a mover los coditos,
a mover los coditos,
paran-pan-pan (tres aplausos)
bugi, bugi .*

Ir aumentando distintas partes del cuerpo, ejemplo: hombros, cuello, tronco, rodillas, etc.

13. CADERONA

Coro: *Caderona, caderona
caderona veni menéate (bis)*
Monitora: *Con la mano en la cabeza
caderona veni menéate.*
Coro: *Caderona, caderona
caderona veni menéate (bis)*

Canción tradicional del pueblo afro ecuatoriano de la costa, ideal para trabajar con variedad de movimientos corporales, después que el monitor/a, maestra/o da la sugerencia de movimiento, todos en coro repiten la indicación y cantan el coro junto con el movimiento de cadera.

Voces para la Monitora monitor: Con la mano en la cintura, con las manos en los tobillos, abrazado al compañero, avanzando con brinquitos, saltando en un solo pie, etc.

14. CANGREJITO

*Cangrejito, cangrejito,
cangrejito de coral
cangrejito patas chuecas
que no sabe caminar.*

*Siempre de costado
vienes y vas
siempre de costado
cangrejito de coral.*

Todos en círculo o ubicados indistintamente en el espacio, en posición cuadrúpeda con la mirada arriba (cangrejito), realizar el ejercicio y cantar la canción.

15. CARRASCAL

*Carrascal, carrascal
qué bonita serenata,
carrascal, carrascal,
qué la canción va a comenzar.*

*A nuestras queridas chicas,
les queremos avisar,
que, dentro de un momento,
el juego va a comenzar.*

*chicas
avisar
mento*

*El monitor/a canta un verso y todos repiten en coro la última palabra,
Crear los movimientos que usted desee de acuerdo con el momento que esté viviendo el grupo.*

16. CONGA

*Conga, conga, conga
que baile la milonga
vamos a ver cómo
(Valeria) baila conga.*

Seleccionar cualquier nombre

*La mano en la cabeza
la otra en la cintura
damos la vueltita
y meneamos la colita.*

*Demostración de habilidad de la
persona seleccionada*

*Todos los participantes deben estar ubicados en círculo, con la dirección de la monitora
monitor todos/as repiten el verso que diga y el movimiento que hace.*

*La persona nombrada debe pasar al centro y demostrar su habilidad con los movimientos
que indica la segunda estrofa.*

17. COQUITO

Coquito
eti mae mapague
hea hea, cacahué
que lo repita
Consuelo esta vez...

Después de cantar y ejecutar los movimientos propuestos por el la monitor/a, se debe ir nombrando a cualquier integrante del grupo, para que pase al centro y repita toda la estrofa acompañada de nuevos movimientos.

Recuerde que en lo posible todos dirijan el grupo, y motíveles a que sean creativos con sus movimientos.

18. COTINIGUARA

Cotinaguaraaaa.... natachi guaraaa....
cotinaguara, natachi guara
maiguara es tu guara
tu guara es maiguara
cotinaguara natachi guara

Si estamos juntos, juntos, juntos
si estamos juntos me siento feliz
mi amigo es tu amigo
tu amigo es mi amigo
si estamos juntos me siento feliz.

Maestra: Ana Luisa Chaparro (Colombia) compartió esta canción en un campamento en el Cotopaxi

19. CUANDO TENGAS MUCHAS GANAS

*Cuando tengas muchas ganas de reír,
ja, ja, ja
cuando tengas muchas ganas de reír,
ja, ja, ja
si tú tienes la razón y si no hay oposición
no te quedas con las ganas de reír,
ja, ja, ja.*

Cambiar la palabra reír por llorar, silbar, aplaudir, saltar, bailar, cogerse en parejas, etc.

20. CUANDO UN QUITAÑO BAILA

*Cuando un quiteño baila,
baila, baila, baila. (bis)
baila con los pies,
pies, pies, pies
pies, pies, pies, pies.*

*Cuando un quiteño baila,
baila, baila, baila. (bis)
baila con las rodillas,
rodillas, rodillas, rodillas,
pies, pies, pies
pies, pies, pies, pies*

*Cuando un quiteño baila,
baila, baila, baila. (bis)
baila con la cintura,
cintura, cintura, cintura,
rodillas, rodillas, rodillas,
pies, pies, pies
pies, pies, pies, pies.*

*Canción ideal para el calentamiento.
Solo en la frase baila con los pies, ir aumentando y variando otras partes del cuerpo.*

21. CHARO VEGETARO

*Charo vegetaro
charo a la vez
charo vegetaro
a la vez francés,
en América latina
se baila así. (bis)
¡abierto los pies!
Churis,
churis churis naitís*

Todos las y los estudiantes en círculo con las manos topando las manos del compañero/a de la derecha e izquierda respectivamente, la orden “abierto los pies” es dada por el maestro/a o una estudiante seleccionada.

Buscar variantes a la orden para dar más emoción al juego, así, por ejemplo: cerrado los pies, cruzado los pies, etc.

22. CHICAGUACA

*Ala bun chica bun, (bis)
ala bun chicaguaca
chicaguaca
chica bun:*

*A ja,
oh yes,
otra vez.*

*Mantener el ritmo con las manos
aplausos en cuatro tiempos:
manos, muslo, manos
chasquido de dedos.*

aplausos

Canción ideal para ejecutarla todos en círculo, ayuda mucho al desarrollo del ritmo y coordinación.

Variantes: probar cantar y jugar con los diferentes tonos de voz, masculino, femenino, fuerte, débil, grave, agudo.

23. CHICHI - POING

Con la A,
 me lo hice en un pajar
 si me ven, que me vean
 yo sigo con mi tarea.
 Chichi poing, poing, poing (bis)

Con la E,
 me lo hice en un tonel
 si me ven, que me vean
 yo sigo con mi tarea.
 Chichi poing, poing, poing (bis)

Con la I,
 me lo hice en un barril
 si me ven, que me vean
 yo sigo con mi tarea.
 Chichi poing, poing, poing (bis)

Con la O,
 me lo hice en un cajón
 si me ven, que me vean
 yo sigo con mi tarea.
 Chichi poing, poing, poing (bis)

Con la U,
 me lo hice en un baúl
 si me ven, que me vean
 yo sigo con mi tarea.
 Chichi poing, poing, poing (bis)

24. CHUGCHUGUA

*Coro: Chugchugua, chugchugua
chugchugua gua gua.*

*Todos empiezan con las manos
en la espalda*

Mano al frente,

*Voz de la monitora (repetición del
coro de todos/as)*

*dedo arriba,
codo atrás,
pate e pollo,
poto e vieja,
cuello almeja,
lengua afuera,
vista arriba.*

Canción ideal para el calentamiento

Ir aumentando progresivamente los versos y repetir el coro, acompañado del gesto corporal, ejemplo “codo atrás”, bailar el coro con los codos atrás y así sucesivamente.

25. DON MARTÍN

*A don Martín, tirirín, tirirín,
se le murió, tororón, tororón,
su chiquitín, tirirín, tirirín,
con sarampión, tororón, tororón.*

Desarrolla la coordinación y el trabajo en equipo

Dividir a los estudiantes en grupos de cuatro y formarse en fila (uno al lado de otro) tomados por la cintura, tratar de desplazarse coordinando la letra de la canción con el movimiento de los pies.

26. DON MATÍAS

Monitor/a: Conocen a don Matías
al señor que pisó el tren
Todos/as: No señor no lo conozco
quiero que lo diga usted
Monitor/a: Al pobre de don Matías le quedó
el brazo así, (torcido)
Todos/as: así, así, así...
así, así, así...

Todos caminan y giran en círculo, y van doblando los segmentos corporales sugeridos por el monitor/a, brazo, cadera, rodilla, cuello, hombro, tobillo, etc.

27. DON SIMÓN

Yo me llamo don Simón,	todos repiten, don Simón
licenciado capitán	todos repiten, capitán
he formado un escuadrón	todos repiten, escuadrón
de soldados de alquitrán.	todos repiten, alquitrán

Coro: Para pachín, pachín, pachín (bis)

Yo me llamo don Simón
licenciado capuchín
he formado un batallón
de soldados de aserrín.

Coro: Para pachín, pachín, pachín (bis)

Canción ideal para animar las marchas o caminatas y dar ánimo al grupo.

28. DUBI DUBI HEY

*Vamos todos vamos a cantar
este ritmo que es sensacional
con las manos todos vamos a aplaudir
con el cuerpo todos vamos a seguir.*

*todos aplauden
Mover todo el cuerpo*

*Coro: Hey,dubi,dubi,hey
hey,hey,hey
dubi,dubi,hey.*

*Con la mano adentro
con la mano afuera
con la mano adentro
vamos removiendo.*

*Canción ideal para el calentamiento
Repetir la canción varias veces e ir aumentando las distintas partes del cuerpo*

29. DUBI-DUBEITO

*Hey, hey,hey
dubi,dubi, hey.*

*Mover muñecas al costado derecho
muñecas a la izq., der., izq.*

*Hey, hey, hey
dubi,dubi hey.*

*mover muñecas al costado izquierdo
muñecas a la der., izq., der.*

*Dubi-dubeito
dubi-dubeito
dubi-dubeito,beito
dubi-dubeito
hey.*

*Aplausos en la rodilla, chasquido,
aplausos.*

Canción ideal para desarrollar el ritmo y coordinación.

30. EL COCODRILO

*Había un cocodrilo,
goloso de comer ají,
y de tanto comer ají,
una mano le quedó así,
así, así, así,
así, así, así.*

*Todos en círculo, cantar y acompañar con
aplausos, la estrofa*

*adelante
atrás*

*Había un cocodrilo,
goloso de comer ají,
y de tanto comer ají,
el hombro le quedo así,
así, así, así,
así, así, así.*

*Había un cocodrilo,
goloso de comer ají,
y de tanto comer ají,
la rodilla le quedo así,
así, así, así,
así, así, así.*

Ir repitiendo la estrofa y aumentando los movimientos de diferentes segmentos corporales.

La canción es ideal para el calentamiento y reforzar el conocimiento de articulaciones, ejemplo los dos codos se doblaron así, las rodillas, los tobillos, el cuello, etc.

31. EL ÁRBOL DE LA MONTAÑA

*El árbol de la montaña
a-e-i-o-u (bis)
ese árbol tiene tronco
ayayay amor de tronco
tronco de árbol
árbol de tronco.*

*El árbol de la montaña
a-e-i-o-u (bis)
ese árbol tiene ramas
ayayay amor de ramas
ramas de tronco
tronco de árbol
árbol de tronco.*

Canción ideal para refuerzo y aprendizaje de las partes de la planta.

Conforme se va repitiendo la canción, ir aumentando las distintas partes que forman el árbol, ejemplo: ramas, hojas, flores, frutos, etc.

32. EL ARCA DE NOÉ

*En el arca de Noé
todos caben, todos caben,
en el arca de Noé,
todos caben yo también.*

*Quieren saber
como hace fulanito,
quieren saber
fulanito hace así.*

(Imitación de fulanito)

*Un estudiante seleccionado o indicado (fulanito) crea un movimiento.
Adaptar a esta letra, la música de la canción “Sobre el puente de Avigñón”.*

33. EL AUTO DE MI JEFE

*El auto de mi jefe
tiene un hoyo
en la rueda
y lo tapo con chicle.*

Realizar gestos con las manos según indica la canción, repetir e ir suprimiendo palabras a las que se les reemplaza con el sonido de la letra m.

34. EL BAILE DE LA SERPIENTE

*Este es el baile
de la serpiente
que baja por el monte
en busca de su rabo...*

*Y tú también,
y tú también,
puedes ser parte de su cuerpo
ven únete ahora...*

Canción ideal para comenzar sin que los niños o jóvenes lo sepan los primeros pasos de baile. De esta canción podemos extraer los pasos básicos del Inti Raymi o San Juan, para lo cual se forma varias serpientes.

Comenzar todos en círculo cantando suave y marcando el ritmo en los pies, el profesor/a o el monitor/a es la cabeza de la serpiente y va señalando a las personas que se unirán a la cola, hasta que todas formen la serpiente, cuando todos están en trencito se acelera el movimiento.

35. EL BAILE DE MI SOMBRERO

*Cuando fui a Saraguro
mi comadre me enseñó.*

*El baile de mi sombrero
se baila de esta manera
hay dando la media vuelta
hay dando la vuelta entera.*

*Baila que bonito baila
entre marido y mujer (bis)*

*El baile de mi sombrero
se baila de esta manera
moviendo a los dos lados
no solo para un lado.*

*Baila que bonito baila
entre marido y mujer (bis)*

Adaptación del tema tradicional “El baile del sombrerito” del pueblo Kichua Saraguro de la provincia de Loja.

Este canto nos sirve para introducir al niño o niña al maravilloso mundo de la danza, con el manejo del sombrero de Saraguro si lo tienen, si no tienen se puede hacer un círculo en triple pintar de color blanco con manchas negras, enseñar a manipular el sombrero acompañado con un triple lateral.

Después de jugar se puede terminar creando el bosquejo coreográfico titulado “El baile de mi sombrero” a ritmo de un albazo o capishca.

36. EL BAILE DEL CHIPI CHIPI

*Cuando fui a Nueva York
a ver a Damaris
Damaris me enseñó
a bailar el chipi chipi.*

Acompañar el canto con aplausos

Se levanta la mano derecha, se coloca la mano izquierda en la barriga, y doblamos las piernas para bajar y subir.

*Baila con el chipi chipi
baila con el chipi chipi
baila con el chipi chipi,
pero báilalo bien.*

*Un paso para 'lante, hay pa 'lante,
un paso para atrás, hay pa 'tras
y dando la vuelta, dando la vuelta,
todos quedarán.*

Canción ideal para enseñar el paso básico “Mambo” lento o rápido que nos puede servir para bailar con varios ritmos musicales, ejemplo: el mambo lento con ritmo de pasacalle y el mambo rápido con el ritmo bomba.

37. EL CIEMPIÉS

*El ciempiés,
es un bicho muy raro,
parece que son,
muchos bichos alados.*

*Yo lo miro
y parece un tren,
me pongo a contarles
y llego hasta cien.*

38. EL CONEJITO

*Un conejito muy picarón
de colita blanca como el algodón
su mamá le dijo: oye conejito
no vayas muy rápido en el monopatín.*

*El conejo tonto desobedeció
y su linda cola se la lastimó
se miró su cara y se puso a reír.
Ja, ja, ja,
se miró su cola y se puso a llorar.
U, u, u.*

Creación libre de movimientos, puede ser competitivo entre varios grupos.

39. EL COYOTE

*Ay viene el coyote
ay viene el coyote
ay viene el coyote (coro)
1, 2, 3 (aplausos)*

*¿Qué quiere el coyote aquí? (repetición)
¿Qué quiere el coyote allá?*

*El coyote quiere un baile (coro)
que hagan ustedes, y dice así.*

*Canción ideal para el calentamiento o para enseñar los pasos básicos como “Mambo”
lento o rápido y después incluir un ritmo musical.*

*El movimiento tiene que ser progresivo, en cada repetición ir aumentando el trabajo de un
nuevo segmento corporal, ejemplo empezar con movimientos de tobillo, luego rodilla,
cadera, todo el cuerpo, saltos, etc.*



40. EL CURIQUINGUE

*Alza la pata curiquire
 alza la pata curiquire
 curiquire de mi vida
 curiquire de mi amor.*

*Alza la pata curiquire
 raspa la tierra curiquire
 curiquire de mi vida
 curiquire de mi amor.*

*Raspa la tierra curiquire
 come la cuica curiquire, etc.*

*Con esta estrofa se puede ir dando nuevas órdenes a los jugadores, por ejemplo: date la vuelta curiquire, chulla pata curiquire, etc.
 Adaptación de la letra “el curiquire”, de la música tradicional ecuatoriana.*

Variante: Juego baile el curiquire

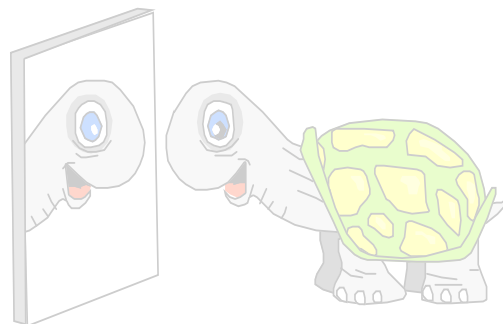
En algunas comunidades kichuas, el curiquire tiene la acepción de juego y se lo realiza de la siguiente manera: Todos los participantes se ubican en círculo y al centro de este se coloca un pilche de chicha, para los niños niñas reemplazar con un trasto con agua, y de uno en uno van pasando a probar su destreza. Piernas separadas al máximo con las manos atrás enlazadas en la espalda, tienen que coger el pilche con la boca y beber todo su contenido sin que se derrame y sin ayuda de las manos.

En otros lugares se designa una persona que hará de perro cuidador del pilche de chicha, el curiquire tiene que bailar y ser muy ágil para tomar la chicha sin la ayuda de las manos.

41. EL ESPEJO

Si muevo yo las manos
el espejo hace lo mismo (bis)
por aquí, por aquí, por aquí,
por allá, por allá, por allá,
todo lo que yo hago
el me quiere remedar.

Si muevo yo los pies
el espejo hace lo mismo (bis)
por aquí, por aquí, por aquí,
por allá, por allá, por allá,
todo lo que yo hago
el me quiere remedar.



Canción ideal para trabajar en parejas, ir aumentando partes del cuerpo.



Foto: Tarpuk Analuiza
Estudiantes de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

42. EL GALLO CANTÓ

*El gallo cantó a la 1
qué bien que madrugaba. (bis)
ni una, ni medio, ni nada indicar el número 1, cruzar brazos, separar brazos
qué bien que madrugaba.*

*El gallo cantó a las 2
qué bien que madrugaba. (bis)
ni dos, ni una, ni medio, ni nada
qué bien que madrugaba. Ir aumentando las horas*

*El gallo cantó a la 3
qué bien que madrugaba. (bis)
ni tres, ni dos, ni una, ni medio, ni nada
qué bien que madrugaba.*

*El gallo canto a las 8
qué mal que madrugaba. (bis)
ni ocho, ni siete, ni seis, ni cinco, ni cuatro, ni tres, ni dos, ni uno, ni medio, ni nada
qué mal que madrugaba.*

*El gallo canto a las 12
qué mal que madrugaba. (bis)
ni 12, ni 11, ni 10, ni 9, ni 8, ni 7, ni 6, ni 5, ni 4, ni 3, ni 2, ni 1, ni medio, ni nada.
qué mal que madrugaba.*

*El gallo cantó a las 20
qué mal que madrugaba. (bis)
ni 20, ni 19, ni 18, ni 17, ni 16, ni 15, ni 14, ni 13, ni 12, ni 11, ni 10, ni 9, ni 8, ni 7, ni 6, ni
5, ni 4, ni 3, ni 2, ni una, ni medio, ni nada
qué mal que madrugaba.*

Canción ideal para enseñar a contar y mejorar la respiración diafragmática, si el grupo avanza se puede ir aumentando los números a más de veinte.

43. EL INDIO DE PINZÓN

*Somos los indios bravos
que venimos de Pinzón,
para darles,
una función.*

*Coro: Ortan chivirin, (bis)
guagua chuchú
guagua chuchu
guagua chuchu, guagua,
HAO, HAO, HAO.*

*Si me como una sandía
se me pone la barriga fría.*

*Coro: Ortan chivirin, (bis)
guagua chuchú
guagua chuchu
guagua chuchu, guagua,
HAO, HAO, HAO.*

*Si me como una ballena
se me queda la barriga llena.*

*Coro: Ortan chivirin, (bis)
guagua chuchú
guagua chuchu
guagua chuchu, guagua,
HAO, HAO, HAO.*

*Si me como un elefante
yo me quedo tan campante.*

. EL LEÓN

*Voy en busca del león
no tengo miedo.*

*¡Oh que veo!
veo un árbol,
lo voy a pasar escalando.*

*¡Oh que veo!
veo una cuerda
la voy a pasar reptando.*

*¡OH que veo!
veo un puente con tablas rotas
lo voy a pasar muy despacito.*

*¡Oh que veo!
veo una puerta
la voy a pasar abriendo.*

*Huy está muy oscuro
¡Oh que veo!
veo unos lindos ojos
es el león, a escaparrrrr...*

*Abro la puerta
paso el puente
repto por la cuerda
bajo del árbol
uf salvado.*

*Canción ideal para desarrollar la imaginación y los gestos.
Se va narrando las actividades a manera de cuento, y al escapar debemos realizar las mismas actividades en forma descendente.*

45. EL MAR

*Hay un hoyo, en el fondo de la mar (tres aplausos) BIS
hay un hoyo, hay un hoyo,
hay un hoyo en el fondo de la mar.*

*Hay un palo, en el hoyo, del fondo de la mar (tres aplausos) BIS
hay un palo, hay un palo
hay un palo, en el hoyo, del fondo de la mar.*

*Hay una rama, en el palo, del hoyo, del fondo de la mar (tres aplausos) BIS
hay una rama, hay una rama,
hay una rama, en el palo, del hoyo, del fondo de la mar.*

*Hay un nido, en la rama, en el palo, del hoyo, del fondo de la mar (tres aplausos) BIS
hay un nido, hay un nido
hay un nido, en la rama, en el palo, del hoyo, del fondo de la mar.*

Se continúa cantando y se va aumentando palabras que puedan acoplar después de nido.

46. EL MINUÉ

*En un salón
Francés,
se toca el minué.*

El grupo debe estar organizado y formado en trencito, coordinar los movimientos de los pies con el canto de la estrofa mientras caminan.

Canción ideal para organizar y formar grupos pequeños o grandes.

. EL MOCO

*Yo tengo un moco
lo estiro poco a poco,
lo redondeo,
lo miro con deseo,
y me lo como,
le encuentro gusto poco.*

*Yo tengo un moco
y empezamos otra vez.*

Canción de repetición que trabaja el gesto, ideal para expresión corporal.

El monitor/a canta un verso y todos en coro repiten varias veces, redondeando cada vez un moco más grande, cuando el moco es grande, los últimos versos son:

*Yo tengo un moco
y el moco se acabó.*

. EL NEGRITO

*Estaba el negrito aquel
estaba comiendo arroz
el arroz estaba caliente
y el negrito se quemó.*

*La culpa la tiene usted
por lo que le sucedió,
porque no le dio cuchara
cuchillo y tenedor.*

Canción ideal para dramatizar, cada verso nos indica la actividad a desarrollar con las niñas y niños.

49. EL OSO Y EL OSITO

*El oso y el osito
al bosque juntos van
el oso va adelante
y el osito va detrás.*

<i>El osito le dice</i>	
<i>mamá, mamá, mamá</i>	<i>voz de niño</i>
<i>y el oso le responde</i>	
<i>papá, papá, papá.</i>	<i>voz de padre</i>

*el osito cansado
no quiere caminar
el oso está enojado
lo tiene que cargar.*

Canción ideal para dramatizar, cada verso nos indica la actividad a desarrollar con los niños o jóvenes.

Se puede trabajar en forma individual y dar énfasis a los tonos de voz, después se puede trabajar en parejas para asumir roles y personajes.

50. EL PATO

El pato, el pato
 con una alita,
 el pato, el pato
 con la otra alita
 el pato, el pato
 con una pata
 el pato, el pato
 con la otra pata
 el pato, el pato
 con la colita
 el pato, el pato
 con el cuellito
 el pato, el pato
 con el piquito
 cúa, cúa, cúa .

Realizar los movimientos corporales de acuerdo con lo que indica los versos, poner mucho énfasis en los movimientos.

51. EL PAVITO

A la derecha pavito,
 a la izquierda pavito,
 alza la pata pavito,
 alza las alas pavito,
 manos cadera pavito,
 suena la nariz pavito,
 lava la boca pavito,
 limpia los zapatos pavito.

Date la vuelta pavito.

El pavito, juego danza de niños y adultos, tomado de las tradiciones de la provincia de Tungurahua, Alfredo Costales lo menciona como baile “El baile del pavo”.

Todas las niñas y niños se ubican en círculo tomados de las manos, excepto un niño que se ubicará al centro y será “el pavito”. Los niños del círculo bailan improvisando los pasos y desplazándose a la derecha o a la izquierda, mientras el músico en nuestro caso el monitor/a de las ordenes que serán obedecidas por el pavito y por todos los integrantes del círculo. Las órdenes son los versos iniciales.

A finalizar la última orden “date la vuelta pavito”, lo más rápido posible los niños del círculo se abrazan formando parejas, el que se quede solo será el nuevo “pavito”, reiniciando de nuevo el juego danza.



52. EL PAYASITO

*Soy un payasito
de cartón,
hago pruebas con
gran perfección.*

*Cascabeles suenan
din, din, din,
todos de mis gracias
se reirán.*

<i>Ja ja ja ja, ja, ja, ja</i>	<i>(adelante)</i>
<i>Je je je je, je, je, je</i>	<i>(atrás)</i>
<i>Ji ji ji ji, ji, ji, ji</i>	<i>(derecha)</i>
<i>Jo jo jo jo, jo, jo,</i>	<i>(izquierda)</i>
<i>Ju</i>	<i>salto a coger algo</i>

Podemos confeccionar con los niños algunos elementos que nos ayudarán en la dramatización del canto, por ejemplo: el bonete, el chorizo, una nariz roja, etc.

53. EL PUEBLO UNIDO

*El pueblo unido
jamás será vencido (bis).*

Cambiar la palabra “pueblo” por el curso, ejemplo: los cuartos, los quintos, los octavos, y cantar avanzando en círculo.

*Los quintos unidos
jamás serán vencidos. (bis)*

En círculo tomadas de la cintura, cada que la monitora da un aplauso, ir cerrando el círculo; hasta terminar lo más unidos posible y sentándose en las rodillas de todos demostrando unión, confianza, seguridad y fortaleza.

Para terminar el grupo coreara en voz alta del 10 al 1 y pueden pararse.

54. EL TALLARÍN

*Yo soy así un tallarín,
así un tallarín,
que se mueve por aquí
que se mueve por allá
con un poco de salsa,
un poco de aceite,
sal y mayonesa
y ahora te toca a ti.*

*salto a dos pies
salto a dos pies
movimientos de cadera y manos a la derecha
movimientos de cadera y manos a la izquierda
gesto de poner salsa
gesto de poner aceite
gesto de poner sal y mayonesa
señalar a otro estudiante*

Realizar los movimientos que sugiere la letra, el docente empieza al centro y todos imitan los movimientos.

Canción ideal para crear y acompañar, cualquier movimiento corporal.

55. EL TREN

*El tren chiqui chiqui,
chiqui chiqui chá,
va muy despacito
para la ciudad.*

*Chiqui chiqui chiqui
chiqui chiqui chá. (bis)*

*El niño y la niña
muy contentos van
cantando, sonriendo
chiqui chiqui chá.*

*Chiqui chiqui chiqui
chiqui chiqui chá. (bis)*

Todos ubicadas en trencitos de 6,8,9 según el número de participantes, empezar con pasos bien lentos, progresivamente ir aumentando el ritmo mientras se repite la canción, hasta terminar súper rápido.

56. FERROCARRIL

*Ferrocarril, carril, carril
paso pa tras, pa tras, pa tras
para un lado...
para el otro...*

*caminar adelante
caminar atrás
caminar derecha
caminar izquierda*

Divididos en grupos de cuatro o más integrantes si usted desea y formados en fila (uno a lado de otro) abrazados por la cintura, desplazarse coordinando la letra de la canción con el movimiento de los pies.

Canción ideal para desarrollar coordinación-

57. GATOS PILÉTICOS

Yo tengo un gatito
ético, pilético, pilin pin pletico
pelado, peludo, pilin pin pludo.

Y se caso con una gatita
ética, piletica, pilin pin pletica
pelada, peluda, pilin pin pluda.

Y tuvieron muchos gatitos
éticos, pileticos, pilin pin pleticos
pelados, peludos, pilin pin pludos.

Canción ideal para animar y romper la rutina de un largo viaje.

58. GUEPA

Monitor/a:	guepa
Todos:	guepa
Monitor/a:	guepa jey
Todos:	guepa jey
Monitor/a:	guepa, guepa, guepa
Todos:	guepa, guepa, guepa
Monitor/a:	guepa, guepa, jey
Todos:	guepa, guepa, jey.

Monitor/a:	oigan caminantes (oigan compañeros)
Todos:	oigan caminantes
Monitor/a:	estamos cantando
Todos:	estamos cantando
Monitor/a:	y en este cerro
Todos:	y en este cerro
Monitor/a:	estamos gozando
Todos:	estamos gozando.

El monitor/a siempre da la voz para que todos respondan, hay que ser muy creativo para improvisar los versos, siempre se debe regresar al GUEPA.

59. GUERRA DE CANCIONES

CORO: *Camarón, camarón
 qué chévere camina
 qué chévere camina
 de medio lado.*

*Jesús le dijo
a Lázaro
levántate, levántate,
y Lázaro le contestó.*

*Grupo 1
Soy de Toacazo
guambrita, ay carajo (bis)
aunque tus tayas
no quieran, hay carajo.
Soy de Toacazo guambrita.*

*Grupo 2
A mí me llaman el negro,
porque quiero una morena
a quién no le va a gustar
tener una cosa buena.*

Canción ideal para animar y romper la rutina de un largo viaje.

Se forma dos grupos, lo más común es hombres contra mujeres, o también si están en un bus, integrantes de la columna derecha versus integrantes de la columna izquierda, como en el ejemplo generalmente se recurre a los primeros versos de la canción o al coro de las canciones populares o de moda.

60. GUILLERMO TELL

Guillermo tell, a pata pelao
con gran valor a pata pelao,
a los cosacos les dio la libertad
a pata pelao, pelao, pelao.

moviendo los pies

Y los cosacos a pata pelao
agradecidos a pata pelao
le regalaron un frasco de
mermelada
a pata pelao pelao pelao.

moviendo los pies

Canción ideal para desarrollar el ritmo y la coordinación.

Se puede dividir al grupo, en equipos de cuatro u ocho estudiantes que se colocarán en columnas (uno tras otro) tomadas de la cintura, cada equipo en un tiempo prudencial deberá coordinar la canción con el movimiento.

61. HABÍA UN SAPO

Había un sapo, sapo, sapo,
que nadaba en el río, río, río,
con su traje verde, verde, verde,
se moría de frío, frío, frío.

*aplausos
movimientos de brazos
indicar el traje
abrazarse, gesto de frío*

La señora sapa, sapa, sapa,
a mí me decía, cía, cía,
que tenía un amigo, amigo, amigo,
que se llamaba pro-fe-sor.
(o el nombre de algún integrante)

*aplausos
gesto de escuchar
señalar a un amigo*

Los movimientos sugeridos en esta canción son los que nos indica su letra, también se puede ir suprimiendo las palabras que se repiten tres veces y solo realizar el movimiento.

. IBANJO

*Ibanjo
célebre Polanco
anda por las calles
marcando el paso.*

Canción ideal para desarrollar la coordinación.

Salto adelante, atrás, lado izquierdo, lado derecho, se empieza en forma individual luego se forma parejas, cuartetos, grupos de ocho, de dieciséis, todo el grupo.

. INDIO CHICO

*1, 2, 3
indio chico
4, 5, 6
indio chico
7, 8, 9
indio chico.*

Se empieza con marcha

Si no cantan fuerte no pasar a la otra estrofa

*Todos en el mismo bote,
iban navegando río abajo,
cuando un cocodrilo apareció,
indio chico se paró a mirar,
y el bote casi se hundió.*

Realizar el gesto y repetición de todo el grupo

Se puede repetir varias veces la canción, pero para no aburrir se trabaja con distintos tonos de voz y realizar movimientos corporales acordes al texto de la canción.

Canción ideal para enseñar a contar y para calentarnos ya que empieza con la marcha.

64. JOQUI POQUI

*Bailando el joqui poqui (bis)
y todo me va mejor.*

tres aplausos

*Y meto la mano derecha
y saco la mano derecha
le doy la media vuelta
le doy la vuelta entera
y todo me va mejor...*

*Bailando el joqui poqui (bis)
y todo me va mejor.*

tres aplausos

*Y meto la mano izquierda
y saco la mano izquierda
le doy la media vuelta
le doy la vuelta entera
y todo me va mejor...*

*Bailando el joqui poqui (bis)
y todo me va mejor.*

tres aplausos

*Y meto la cabeza adentro
y saco la cabeza afuera
le doy la media vuelta
le doy la vuelta entera
y todo me va mejor...*

Progresivamente ir aumentando las partes del cuerpo, trabajando con el lado derecho e izquierdo, hasta meter todo el cuerpo.

Canción ideal para enseñar el paso básico “Mambo” y desarrollar lateralidad.

65. KIRI KIRI KI KI

*Este es el gallo que canta
Kiri, kiri, ki,ki
y la gallina responde
coro, coro, co co,
el pichoncito que dice
curu, curu, cu,cu
el pato que no descansa
cuara, cuara, cua, cua.*

*Kiri, kiri, ki,
coro, coro, co
curu, curu, cu
cuara cua cua cua.*

Canción ideal para animar o romper el hielo al inicio de una actividad.



Foto: Tarpuk Analuiza

Primera fila gesto de gallos, segunda fila gesto de gallinas y tercera fila gesto de pollitos

66. LA ALONDRA

Alondrita,
querida alondrita. (bis)
te desplumaré el copete (bis)
¡el copete!
ay pobrecita.

Alondrita,
querida alondrita (bis)
te desplumaré el cuellito (bis)
¡el cuellito, el copete!
ay pobrecita.

Alondrita,
querida alondrita, (bis)
te desplumaré la alita (bis)
¡la alita, el copete, el cuellito!
Ay pobrecita.

Alondrita,
querida alondrita, (bis)
te desplumaré la colita (bis)
¡la colita, el copete, el cuellito, la alita!
ay pobrecita.

Todos/as en círculo, cantan y se desplazan tomados de las manos y simultáneamente realizan el gesto.

cantan, tomados de las manos y en círculo

*realizar gestos de desplumar
todas con gestos de admiración cogerse el copete
todas se agachan y se vuelven a levantar, haciendo
una reverencia.*

67. LA BANDA

Lo que pasa
que la banda está
boracha- chá
boracha- chá.

triple derecha
triple izquierda

Organizar al grupo en cuartetos, formados en fila (uno a lado de otro) y tomados de la cintura, con el ritmo de la canción se desplazarán todos al mismo tiempo a la derecha, izquierda, derecha, izquierda, y en el borracha-chá darán tres saltitos a la derecha y tres saltitos a la izquierda, es decir el “triple” paso básico para bailar.

Canción ideal para enseñar el paso básico “triple lateral” que nos sirve para ritmos como el sanjuanito.

68. LA BATALLA DEL CALENTAMIENTO

En la batalla del calentamiento
vamos a ver la carga del sargento
sargento a la carga, con una mano.

Mover el segmento indicado

En la batalla del calentamiento
vamos a ver la carga del sargento
sargento a la carga, con una mano,
con la otra mano.

Mover los dos segmentos

En la batalla del calentamiento
vamos a ver la carga del sargento
sargento a la carga, con una mano,
con la otra, con un pie.

Mover los tres segmentos

En la batalla del calentamiento
vamos a ver la carga del sargento
sargento a la carga, con una mano,
con la otra, con un pie, con el otro

Canción ideal para el calentamiento, conforme se va cantando ir aumentando los diferentes segmentos corporales.

69. LA BRUJA

Para iniciar la canción, pedir sugerencias o realizar una lluvia de ideas con el grupo, sobre cuáles son las características de las brujas, hasta llegar a este acuerdo.

bonete nariz escoba uñas

Una bruja

*realizar los gestos de las cuatro características
(bonete, nariz, escoba, uña)*

*tenía una burbuja
y le pinchamos
con una aguja*

realizar los gestos que indica la canción

*La bruja dijo
uja, uja, uja.
y ahora
quién me dibuja
otra burbuja.*

*(gesto de dormir, o de pena)
(sacudir las manos)*

Cantautor: Jaime Guevara



Foto: Tarpuk Analuiza. Estudiantes de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

70. LA CALAVERA

*Estaba la calavera
sentada en una butaca
vino una vieja y le dijo
nena porque estás tan flaca.*

*Con A.
Estaba la calavara
santada an ana bataca
vana ana vaaja a la daja
nana par qua astas tan flaca.*

*Con E.
estebe le celevere
sentede en ene betece
vene ene veeje e le deje
nene per que estes ten flece.*

*Con I.
istibi li ciliviri
sintidi in ini bitici
vini ini viiji i li diji
nini pir qui istis tin flici.*

*Con O.
ostobo lo colovoro
sontodo on ono botoco
vono ono voojo o lo dojo
nono por quo ostos ton floco.*

*Con U.
ustubu lu culuvuru
suntudu un unu butucu
vunu unu vuuju u lu duju
nunu pur quu ustustun flucu.*

. LA CUCARACHA

Todos sentados en círculo, a excepción de un estudiante que se ubica en el centro también sentado.

Todos cantan la siguiente estrofa acompañando con aplausos.

*En el patio de mi casa
hay una cucaracha
échale pix, pix, pix
échale más, más, más
ya se murió, rió, rió
ya revivió.*

Cuando pronuncian YA REVIVIÓ, todos salen corriendo, porque la cucaracha (niño niña del centro) les persigue, la primera persona cogida será la nueva cucaracha.

. LA DANZA DE LA TARANTULITA

*Esta es la danza
de la tarantulita
una parejita
tendrás que escoger*

*círculo
buscar pareja*

*Pícale la orejita
pícale la nariz
tómale de la mano
y sácale a bailar.*

*en pareja tocarle la oreja
tocarle la nariz
tomar de las manos*

Aplausos...

bailar con vueltas

Se inicia a cantar cuando todos estén en círculo y el mismo en desplazamiento.

Canción ideal para explorar movimientos libres de como bailar en pareja.

73. LA DANZA DEL MALUMBÉ

*CORO: La danza del malumbé, quién la baila quién la ve (bis)
un dedé, un dedé,*

*CORO: La danza del malumbé, quién la baila quién la ve (bis)
un dedé, un dedé,
una muñequé, una muñequé.*

*CORO: La danza del malumbé, quién la baila quién la ve (bis)
un dedé, un dedé
una muñequé, una muñequé
un codé, codé.*

*CORO: La danza del malumbé, quién la baila quién la ve (bis)
un dedé, un dedé
una muñequé, una muñequé
un codé, un codé
un hombré, un hombré.*

Canción ideal para trabajar expresión corporal y esquema corporal.

Repetir el coro, e ir aumentando las diferentes articulaciones del cuerpo, ejemplo: un cuellé, un tobillé, un codé, una caderé, etc.



Foto: Tarpuk Analuiza
Estudiantes de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

74. LA ENSALADA

*Pica, pica la ensalada
ralla, ralla la ensalada
menea, menea la ensalada
remenea la ensalada
requeté menea la ensalada
requete menea, menea, menea
la ensalada.*

*movimientos de picar con las manos
movimientos de rallar con las manos
movimientos de cadera*

moviendo la cadera bajar y subir

Ensaladas de cuatro

cogerse lo más rápido posible en grupos de 4

Todos los estudiantes ubicados en círculo repiten lo que dice y lo que hace el maestro o monitora, cuando el docente indique un número (del uno al diez) tienen que agruparse lo más rápido, el estudiante que no tenga grupo reiniciará el juego y empezará el canto.

Canción ideal para formar grupos y organizarse para otra actividad.



Foto: Tarpuk Analuiza. Estudiantes de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte



75. LA ESPUMITA

*Sube, sube, sube la espumita,
sube, sube, sube la espumita,
y mi corazón
palpita, palpita, palpita.*

*Con la A.
saba, saba, saba la aspamata,
saba, saba, saba la aspamata,
a ma carazan
palpata, palpata, palpata.*

*Con la E.
sebe, sebe, sebe le espemete,
sebe, sebe, sebe le espemete,
e me cerezen
pelpete, pelpete, pelpete.*

*Con la I.
sibi, sibi, sibi li ispimiti,
sibi, sibi, sibi li ispimiti,
i mi cirizin
pilpiti, pilpiti, pilpiti.*

*Con la O.
sobo, sobo, sobo lo ospomoto,
sobo, sobo, sobo lo ospomoto,
o mo corozon
polpoto, polpoto, polpoto.*

*Con la U.
subu, subu, subu lu uspumutu,
subu, subu, subu lu uspumutu,
umu curuzun
pulputu, pulputu, pulputu.*

Cantar todos en coro, canción ideal para animar en un recorrido de bus o para descansar después de una jornada extenuante.



76. LA FAMILIA SAPO

*Estaba la familia sapo,
estaba el papá sapo,
sucu, sucu, sucu, sucu
sucu, sucu, sucu, sucu sa
sa, sa, sa...*

*Todos en círculo, cantando y aplaudiendo
realizar el ejercicio acorde al padre, saltos
repetir el ejercicio adelante
repetir el ejercicio atrás*

*Estaba la familia sapo
estaba el papá sapo,
estaba la mamá sapa,
sucu, sucu, sucu, sucu
sucu, sucu, sucu, sucu sa
sa, sa, sa ...*

*aplausos
ejercicio del padre
ejercicio acorde a la madre, mover caderas
ejercicio adelante
ejercicio atrás*

*Estaba la familia sapo,
estaba el papá sapo,
estaba la mamá sapa,
estaba la nena sapa,
sucu, sucu, sucu, sucu
sucu, sucu, sucu, sucu sa
sa, sa, sa ...*

*Estaba la familia sapo,
estaba el papá sapo,
estaba la mamá sapa,
estaba la nena sapa,
estaba el militar sapo,
sucu, sucu, sucu, sucu
sucu, sucu, sucu, sucu sa
sa, sa, sa ...*

Canción ideal para realizar el calentamiento o para trabajar y desarrollar habilidades motrices básicas (HMB).

Conforme repetimos la canción ir aumentando a los miembros de la familia, ejemplo: la nena, el militar, el nene, el niño, el boxeador, etc.



77. LA GRANJA DEL TÍO JUAN

*En la granja del tío Juan, ia, ia, o
por patos invadida está, ia, ia, o
por aquí cúa, cúa
por allá cúa, cúa
por todos lados patos hay.*

*En la granja del tío Juan, ia, ia, o
por perros invadida está, ia, ia, o
por aquí guau, guau,
por allá guau, guau,
por todos lados perros hay.*

Canción ideal para aprender los animales de granja y sus sonidos.

Ir repitiendo con distintos nombres de animales, ejemplo: gatos, vacas, chanchos, pollos, etc.



78. LA HORMIGA

*Qué ojitos tenía la hormiguita,
Que ojotes tenía la hormigota. (bis)*

*Con las manos en los ojos, realizar los gestos de
ojos pequeños, y de ojos grandes*

*Pasa la hormiga sobre la espiga
Coge un granito, corre y se va.*

Realizar gestos con la mano sobre el brazo

*Flú, flu, flu
Lara lara la (bis)*

Canción ideal para trabajar la motricidad facial y lograr el dominio de los músculos de la cara en los niños y jóvenes.

79. LA MAR

La mar estaba serena voz
serena estaba la mar.

la mar estaba serena coro
serena estaba la mar.

Con E.
Le mer estebe serene
serene estebe le mer

Con I.
Li mir istibi sirini
sirini istibi li mir

Con O.
Lo mor ostobo sorono
sorono ostobo lo mor

Con U.
Lu mur ustubu surunu
surunu ustubu lu mur

Canción ideal para enseñar a los párvulos las vocales.

En las colonias y campamentos vacacionales se la puede utilizar para animar una caminata, en el bus de recorrido o después de una jornada intensa de actividad física se la usa como actividad de relajación.

80. LA NIÑA CON SUERTE

*Con las manos en los bolsillos
se quedan en su lugar
la niña/o que tenga suerte
conmigo saldrá a jugar (bailar).*

Canción ideal para el calentamiento, o para desarrollar gestos y habilidades para el baile.

El maestro/a o monitor/a, mientras todo el círculo canta la estrofa pasará topando a las jugadoras/es, las que se ubicarán detrás del maestro realizando las actividades por el indicadas a una señal tendrán que regresar a su puesto, y el último en llegar será el que reanuda el juego.

81. LA PIOLITA

Pasar la piolita por el cuello

*Jálame la piolitita, itita, itita
jálame la piolitita, itita, itita
no me la jales más.*

Pasar la piolita por la cintura

*Jálame la piolitita, itita, itita (bis)
no me la jales más.*

Canción ideal para el calentamiento, para desarrollar la imaginación o para aprender las articulaciones del cuerpo humano.

Cuando ha pasado la piola por el segmento corporal indicado realizar balanceo de adelante atrás o de derecha a izquierda acompañada del coro, ir pasando la piola por todas las articulaciones que usted desee.

Variante: Se puede adaptar la canción para los dedos de la mano, como preparación de la mano para el trabajo de títeres, la piolita va pasando de dedo en dedo.



82. LA RAPOSA

*Yo tengo una raposa
graciosa y comelona
y de tanto comer maní
las manos le quedaron así.
así, así, así.
así, así, así...*

*Todos en círculo, acompañar el canto
con aplausos*

*doblar las manos
bailar con la mano doblada*

*Yo tengo una raposa
graciosa y comelona
y de tanto comer maní
los hombros le quedaron así.
así, así, así,
así, así, así.*

Canción ideal para realizar el calentamiento y para desarrollar expresión corporal.

*Mientras vamos repitiendo la canción, ir cambiando con diferentes segmentos corporales.
Ejemplo: las piernas, los codos, la cabeza, el pompis, la lengua, los ojos, etc.*



83. LA RATITA

*Arriba, abajo
por los callejones
pasa una ratita
con veinte ratones,
uno sin orejas
y otros orejones,
unos sin manitas
y otros con manotas
unos sin narices
y otros narizones.*

84. LA REINA Y EL CAMARÓN

*Mañana domingo
día del perdón
se casa la reina
con el camarón.*

*¿Quién es la madrina?
doña Catalina.*

*¿Quién es el padrino?
don Juan barrigón*

*¿Quién toca la puerta?
el negro Simón*

*¿Por donde la toca?
por el callejón*

*¿Y cómo la toca?
tolón, tolón.*

Canción ideal para animar un viaje o para relajar después de la actividad física fuerte.

Canción ideal para aplicar la “Técnica de Canon”, para trabajar con 2 o más grupos al mismo tiempo.

85. LA RONDA DE LOS AMIGOS

*En la ronda de los amigos
te invitamos a bailar
se agranda, se agranda,
se agranda más y más.*

(variante, te invitamos a jugar)

*En la ronda de los amigos
te invitamos a bailar
se achica, se achica,
se achica más y más.*

*Se agranda, se agranda
se agranda más y más.*

*En la ronda de los amigos
te invitamos a bailar
meneando, meneando,
meneando más y más.*

*Se achica, se achica,
se achica más y más.
Se agranda, se agranda,
se agranda más y más.*

Todos en círculo tomados de las manos, mientras cantamos vamos realizando los movimientos que nos pide la letra.

Canción ideal para introducir al grupo en los primeros pasos de baile y del trabajo en equipo.

86. LA RUEDA

*A la rueda
rueda,
de pan
y canela.*

*Dame
un besito,
y vete,
para la escuela.*

*Si no te quieres ir
acuéstate a dormir.*

Dividir en grupos a todos los participantes, y dar libertad a que creen sus movimientos al ritmo de la canción, como sugerencia pueden adaptar cualquier ritmo.

Después del tiempo convenido y que estén listos los trabajos, realizar una exhibición de todas las creaciones.

87. LA ARAÑA RUEDA

*Rueda que rueda
la araña en la cueva,
rueda que rueda
haciendo la tela.*

Patricia Stokoe

Al ritmo del canto las niñas y los niños pueden rodar por el piso. Canción ideal para trabajar habilidades motrices básicas como: rodar, reptar, gatear.

88. LA SARDINA

*Una sardina
dos sardinas
y un gato
se propusieron
a dar la lata
a cualquiera.*

*A la chi chi chi chi gua gua
a la gua gua gua gua chi chi.*

*¿Que lo repita Juanito?
que no se haga rogar
que a mí me gusta pegar
y se lo vamos a dar.*

Esta es una canción de repetición, la monitora/or canta un verso para que todos respondan en coro.

89. LA SERPIENTE

*Ahí viene la serpiente
de tierra caliente
que cuando se ríe
se le ve los dientes.*

*Uy que esta demente
critica la gente
porque come plátanos
con aguardiente. (bis)*

*La serpiente un día
se fue a la tierra fría
a comprarse zapatos en la zapatería
pero oh qué tristeza
que terrible sorpresa
como no tiene patas
no se pudo comprar.*

*La serpiente un día
se fue a la tierra fría
para hacerse un peinado
en la peluquería
pero ay qué tristeza
porque en su cabeza
no tiene ni un pelito
no se pudo peinar.*

Walter Carrillo

A partir de la segunda estrofa, ir variando los locales que visita la serpiente. Canción ideal para enseñar los oficios.



. LA TIA MÓNICA

*Yo tengo una tía, la tía Mónica,
que cuando va a bailar, la mano mueve así
así mueve la mano, la mano mueve así.
así mueve la mano, la mano mueve así.*

*Yo tengo una tía, la tía Mónica
que cuando va a bailar, la pierna mueve así
así mueve la pierna, la pierna mueve así
así mueve la pierna, la mano mueve así.*

Todos ubicados en círculo, realizan los movimientos indicados en cada estrofa de la canción.

91. LAS CALAVERAS EN LA TUMBA

*Cuando el reloj
marca las cero
las calaveras
mueven su trasero
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca la una
las calaveras
salen de su tumba (miran a la luna)
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca las dos
las calaveras
comen arroz
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca las tres
las calaveras
juegan ajedrez
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca las cuatro
las calaveras
miran su retrato
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca las cinco
las calaveras
pegan un brinco
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marcan las seis
las calaveras
miran al revés
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marcan las siete
las calaveras
afilan su machete
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca las ocho
las calaveras
toman su morocho
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca las nueve
las calaveras
juegan en la nieve
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca las diez
las calaveras
te pisan los pies
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca las once
las calaveras
se pegan un goce
chumbala cachumbala cachum bambero.*

*Cuando el reloj
marca las doce
las calaveras
vuelven a su tumba
chumbala cachumbala cachum bambero.*

92. LAS FIESTAS DE SAN JUAN

*En las fiestas de San Juan
todos bailan, todos bailan,
en las fiestas de San Juan
todos bailan, yo también.*

*Bailan así, así los Aya humas,
bailan así, así me gusta a mí.*

*En las fiestas de San Juan
todos bailan, todos bailan,
en las fiestas de San Juan
todos bailan, yo también.*

*Bailan así, así los aruchicos,
bailan así, así me gusta a mí.*

*En las fiestas de San Juan
todos bailan, todos bailan,
en las fiestas de San Juan
todos bailan yo también.*

*Bailan así, así los payasitos
bailan así, así me gusta a mí.*

Repetir la estrofa con las formas de bailar de diferentes personajes de la fiesta de San Juan, ejemplo: payasos, chinucas, capariches, bocineros, chamiseros, la sara ñusta, el taquidor.

Adaptada de la canción Sobre el Puente de Avignon, en este caso en lugar de los oficios, cantaremos con personajes de las fiestas de San Juan y San Pedro que se realizan del 21 al 29 de junio en las provincias de Pichincha e Imbabura.

El maestro/a debe conocer los pasos básicos para bailar San Juan o Sanjuanito, para poder caracterizar e interpretar a los personajes.

93. LAS NIÑAS MÁS BONITAS

*Las niñas más bonitas
mueven todas, este pie, este pie, este pie
las niñas más bonitas
mueven todas este pie, (este pie)*

*en círculo caminan moviendo cadera
indican el pie y mueven
mueven cadera
mueven el pie y con salto indican el pie*

*Las niñas más bonitas
mueven todas, la rodilla, la rodilla, la rodilla
las niñas más bonitas
mueven todas, la rodilla, (la rodilla)*

ídem estrofa anterior

Mover diferentes partes del cuerpo, ejemplo: la cintura, la columna, el hombro, la cabeza, la mano, etc.

94. LAS NOTAS DE ESTE MES

*Amarillo se puso mi papá
cuando le entregué
las notas de este mes,
colorada me puse yo también
cuando me enseñó
su nuevo cinturón.*

*Me pegó, me maltrató
y me lanzó por el balcón
por un pelo me salvé
porque abajo había un colchón
colchón, colchón.*

*Acompañar la canción con gestos y movimientos que sugiere la letra.
Aprovechar esta canción para hablar sobre el maltrato y la violencia intrafamiliar.*

95. LAS PULGAS SALTARINAS

*Las pulgas saltarinas
solo piensan en bailar
y escuchando el rock and roll
se pusieron a saltar.*

*Coro: Boing, boing, boing
Boinboinboinboin boing,
Uh, uh, uh
Uuuuuuuuu. (bis)*

*En el grupo de las pulgas
una toca el tambor,
y una pulga regordeta
solo toca el trombón.*

*Coro: Boing, boing, boing
Boinboinboinboin boing,
Uh, uh, uh
Uuuuuuuuu. (bis)*

*Este grupo de las pulgas
se escapo de la prisión
y a todos los presentes
les da mucha picazón.*

*Coro: Boing, boing, boing
Boinboinboinboin boing,
Uh, uh, uh
Uuuuuuuuu. (bis)*

*Canción ideal para enseñar pasos básicos de rock and roll.
Esta canción se la puede adaptar al ritmo de rock and roll, después de cada estrofa repetir
el coro acompañado de un paso básico del baile mencionado.*

96. LOS CINCO DEDOS

*Pulgarcito, pulgarcito
dónde está?
aquí estoy
ellos se saludan o (gusto en saludarte), (bis)
y se van, y se van.*

*El que indica, el que indica
dónde está?
aquí estoy
ellos se saludan (bis)
y se van, y se van.*

*El del medio, el del medio
dónde está?
aquí estoy
ellos se saludan (bis)
y se van, y se van.*

*Anular, anular
dónde está?
aquí estoy
ellos se saludan (bis)
y se van, y se van*

*El meñique, el meñique
dónde está?
aquí estoy
ellos se saludan (bis)
y se van, y se van.*

Canción ideal para trabajar la movilidad gestual y el dominio de los movimientos de los dedos.

Sirve enseñar a la niñez los nombres de los dedos.



. LOS CONTRARIOS

*Cuando yo diga sí, cuando yo diga sí,
ustedes dicen no.
cuando yo diga no, cuando yo diga no,
ustedes dicen sí.*

*Que vamos a hacer, vamos a empezar
no me vayan a fallar.*

Monitora: no

Grupo: si

Monitora: si

Grupo: no

*Cuando yo diga alto, cuando yo diga alto
Ustedes dicen bajo,
Cuando yo diga bajo, cuando yo diga bajo,
Ustedes dicen alto.*

*Que vamos a hacer, vamos a empezar
no me vayan a fallar.*

Monitora: alto

Grupo: bajo

Monitora: si

Grupo: no

Monitora: noche

Grupo: día

Monitora: blanco

Grupo: negro

Esta canción depende mucho de la imaginación y del dinamismo del docente o monitor.

Podemos acompañar a las palabras movimientos contrarios del cuerpo para engañar el gesto de los chicos y hacerles equivocar.

98. LOS DEDITOS

*Yo soy
Gastón
muy gordo
y barrigón.*

*Yo soy
Andrés
saludando
al revés.*

*Yo soy
Violeta
alto, flaco
y coqueto.*

*Yo soy
José
y un anillo
me pondré.*

*Yo soy
Aníbal
miro a todos
hacia arriba.*

*Después de saludar
todos a bailar
una mano soy
me cierro y me voy.*

*Canción ideal para enseñar motricidad gestual y lograr en los niños el dominio de ellos
movimientos de la mano.*

Canción ideal para preparar la mano para el trabajo con títeres.

99. LOS ELEFANTES

*Como deben ser los árboles
para que los grandes
elefantes puedan pasar
sin tocar las ramas.*

*Árbol aquí, árbol allá,
y un espacio quedará
para que los grandes
elefantes puedan pasar
sin tocar las ramas.*

*Como deben ser las casas
para que los grandes
elefantes puedan pasar
sin tocar los techos.*

*Casa aquí, casa allá,
y un espacio quedará
para que los grandes
elefantes puedan pasar
sin tocar los techos.*

Realizar los gestos y movimientos que sugiere la canción

100. LOS NÚMEROS EN INGLÉS

*Me fui de paseo, metí la pata
oh
no
por una gata, miau, miau
por un francés, madan mishell
por un inglés, uno, dos, tres,
cuatro, cinco, seis, siete, ocho,
nueve, diez.
mamá de pepito me quiere pegar
abierto los pies, (cerrado los pies)*

*saltos a dos pies
mano en la mejilla
topar el talón con la mano
con las dos manos topar las mejillas
flexionar las rodillas
contar en inglés

saltar cruzando los pies
dar cualesquier indicación para los pies.*

Quedar al final como le indica la última estrofa, ejemplo (abierto los pies), la niña o niño que haga lo contrario pagará una prenda.

. LOS OFICIOS

*Con mi martillo,
martillo, martillo
con mi martillo,
martillo yo.*

*Con mi serrucho,
serrucho, serrucho
con mi serrucho,
serrucho yo.*

*Con mi taladro,
taladro, taladro
con mi taladro,
taladro yo.*

*Con mi cepillo,
cepillo, cepillo
con mi cepillo,
cepillo yo.*

Utilizar las herramientas de varios oficios, ejemplo: serrucho, taladro, brocha, etc.

Variante utilizando las partes del cuerpo.

*Con las manitos,
manitos, manitos
con mis manitos
aplaudo yo.*

*Con mis piecitos,
piecitos, piecitos
con mis piecitos
camino yo.*

102. LOS SAPITOS EN EL RIO

*Los sapitos en el río
cuando cae el aguacero
unos piden capucha
otros piden sombrero.*

*Mirando aquí
mirando acá
haciendo así
como hago yo.
Coroco có
coroco có*

*La sapa estaba cociendo
los calzones para el sapo
la sapa que se descuida
y el sapo que se los pone.*

*Mirando aquí,
mirando acá,
haciendo así
como hago yo.
Coroco có
coroco có*

*La sapa estaba planchando
La camisa para el sapo
la sapa que se descuida
y el sapo que se los pone.*

*Mirando aquí,
mirando acá,
haciendo así
como hago yo.
Coroco có
coroco có*

Canción ideal para enseñar los oficios a los niños y niñas, conforme se repite la letra ir variando las actividades que realiza la sapa.

103. MAMBRÚ

*Mambrú se fue a la guerra
qué dolor, qué dolor, que pena,
Mambrú se fue a la guerra
no sé cuando vendrá.
Ajaja, ajaja,
no sé cuando vendrá.*

*Vendrá para la pascua
chivirín chivirín chin chin
vendrá para la pascua
o para navidad.
Ajaja, ajaja,
o para navidad.*

*La navidad se acaba,
que dolor, que dolor, que pena,
la navidad se acaba,
y Mambrú no llega ya.
Ajaja, ajaja,
Mambrú no llega ya.*

Todas en círculo, a excepción del soldado Mambrú (maestro/a), que se desplaza alrededor topando a cualquier niño e incorporándolo a su batallón, para que realice los ejercicios que Mambrú ordene, cuando el batallón es demasiado grande Mambrú suelta la escopeta y todos corren a ganar un sitio en el círculo.

El niño sin puesto o que se quede al último es el nuevo soldado Mambrú y continúa el juego.

104. MANTECA DE IGUANA

*¡Ay! esta cabeza que no me da,
la tengo tiesa como un compás,
manteca de iguana me voy a echar,
para que se meneé, de aquí pa ya.*

*¡Ay! de mi, la cintura que no me da,
la tengo tiesa como un compás,
manteca de iguana me voy a echar,
para que se meneé, de aquí pa ya.*

*¡Ay! de mis rodillas que no me dan
las tengo tiesa como un compás,
manteca de iguana me voy a echar,
para que se meneé, de aquí pa ya.*

*Manteca de iguana me voy a untar,
me voy a untar, me voy a untar,
pa que se meneé de aquí pa allá,
de aquí pa allá, de aquí pa allá.*

Realizar los gestos que sugiere la canción, con los distintos segmentos corporales y cuando cantemos “para que se meneé de aquí pa allá”, mover con más énfasis

105. MAQUETUE

*Maque-tue, tuepapa,
maque-tue , tue-pa
tutue, tutue papa
tutue, tutue pa.....
ashequete, ashequete
ashequete , ashe
ashequete, ashequete
ashequete y olé.*

106. MERE - MERECUMBÉ

*El juez le dijo al cura
el cura le dijo al juez
de donde salió ese ritmo
de mere merecumbé.*

*Achachi caramba chachi
achachi caramba che
dos pasitos pa delante
dos pasitos para atrás
te das la media vuelta
y verás quién quedará.*

Todos los participantes tomados de las manos en círculo, a excepción de una persona que va al centro.

Todos, en la primera estrofa acompañando al canto se desplazan saltando, en la segunda estrofa se paran a aplaudir a la persona del medio que realiza los pasos de los últimos versos y señala al próximo a reemplazarle.

107. MI VECINO

*Mi vecino
no oye bien
tiene giba
y un chichón.*

*Sin nariz
y cabezón
tartamudo
y no ve nada.
Hey... (puño)
laralá, laralá
laralá, laralá. (aplausos)*

108. MIKI - MIKI

Oh miki-miki
estamos aprendiendo (bis)
¡Oh!
¡Miki!
estamos aprendiendo.

Oh miki-miki
somos corredores (bis)
¡Oh!
¡Miki!
somos corredores.

Oh miki-miki
somos futbolistas (bis)
¡Oh!
¡Miki!
somos futbolistas.

Acompañar con aplausos y golpeteo de
pie,
flexión de rodillas lado izquierdo
flexión de rodillas lado derecho
Aplausos

acompañar con aplausos y golpeteo
de un pie
flexión de rodillas lado izquierdo
flexión de rodillas lado derecho
correr

acompañar con aplausos y golpeteo
de un pie
flexión de rodillas lado izquierdo
flexión de rodillas lado derecho
cascaritas

Canción ideal para el calentamiento.

Ir cambiando la letra con otras actividades de la cultura física, ejemplo: boxeo, natación, baile, fútbol, básquet, gimnasia, etc.

109. OLALÁ

Olalá que veo
veo una montaña
no puedo pasar por aquí,
no puedo pasar por allá
entonces la voy a pasar
escalando.

acción de mirar
mirar algo grande
lado
lado
acción de escalar

Canción ideal para imaginar las actividades que hacemos en vida en la naturaleza.

Ir cambiando de obstáculos según la imaginación, veo un río, veo una cerca de espinos, veo una pendiente, veo un túnel.

110. ORANGUTÁN

*No soy un cocodrilo
ni un orangután,
ni víbora serpiente
ni águila real.*

*Ni pato,
ni topo
ni un elefante loco.*

Canción ideal para crear movimientos, dividir en grupos de cuatro o cinco integrantes y después de 15 minutos cada grupo presentará su propuesta de movimientos y canto.

111. PALO PALITO

*Palo - palo - palo
palo bonito
palo he
he, he, he
palo bonito
palo he.*

*Palo he,
palo he,
palo he, he, he
palo he.*

*Todo con salto, usted puede
adaptar cualquier tipo de salto, ejemplo:
palo, separar y juntar piernas
bonito, adelante y atrás
he, inmóvil*

*Variante: solo dedos
dedo índice (palo)
dedo meñique (bonito palito)
dedo pulgar (eh)*

Se enseña primero individualmente, luego se forma parejas, cuartetos, grupos de más de cuatro y se puede retar a la igualdad de todos los jugadores formados en columna (uno tras otro).

112. PANTERA ROSA

*Demos todos
un paso hacia delante
uno a la derecha
y dos hacia atrás.*

*Tres brinquitos
una meneadita
un pantera rosa
y más velocidad.*

*Canción ideal para trabajar coordinación.
Ir repitiendo con más velocidad, la canción y los movimientos sugeridos.*

113. PATO Y PATA

*Yo soy el pato
tu eres la pata
y juntos,
vamos a nadar.*

*Buscando peces
coloraditos,
para comérmolos
juntitos.*

Cuara cúa cúa cúa cúa (bis).

114. PECOS VILL

*Pecos Bill era un granjero
ia, ia, o
lo tengo aquí,
lo paso allá,
ia, ia, o.*

*Pecos Bill era un perro
ia, ia, o
lo tengo aquí,
lo tengo allá,
ia, ia, o.*

*Pecos Bill era un pato
ia, ia, o
lo tengo aquí,
lo tengo allá,
ia, ia, o.*

Repetir la canción con distintos nombres de animales, oficios, etc.

115. PERIQUITA

*Periquita,
periquita,
se parece
a su mamá.*

todos en círculo

*Por arriba
por abajo
por delante
por detrás.*

*manos arriba
manos abajo
caminar adelante
caminar atrás*

*Todos los niños y niñas ubicados en círculo cantan la primera estrofa, la segunda estrofa
manos arriba, manos abajo, camino adelante, camino atrás.*

116. QUE HAY

Grupo verde: lila, lila, lila
 Grupo lila: qué hay, qué hay, qué hay
 Grupo verde: tiene zapatos de venta
 Grupo lila: si hay, si hay, si hay
 Grupo verde: ¿de qué colores son?
 Grupo lila: azul, azul, azul
 Grupo azul: qué hay, qué hay, qué hay
 Grupo lila: tiene zapatos de venta
 Grupo azul: si hay, si hay, si hay
 Grupo lila: ¿de qué colores son?
 Grupo azul: amarillo, amarillo, amarillo
 Grupo amarillo:
 Grupo azul:

Primero hay que formar grupos de 4 a 8 integrantes dependiendo del número total, cada grupo tomados de las manos se ubican en círculo y se identifican con un color, cuando su color es aludido (nombrado) el grupo debe permanecer saltando para dialogar por medio de la canción que está detallada de ejemplo con el grupo contrario.

117. QUE LLUEVA

Qué llueva, que llueva
 la vieja está en la cueva
 los pajaritos cantan
 la luna se levanta
 que sí, que no,
 que caiga un chapuzón.

118. REMOVIENDO

Api u
api a
removiendo la cadera,
muevo aquí,
muevo acá,
muevo todo al mismo tiempo

cadera a un lado
cadera al otro lado
cadera en circunducción
hombro a un lado
hombro al otro lado
mover cadera y hombros

Se repite la canción varias veces con diferentes movimientos.

119. RONDA DE RATONCITOS

Cinco ratoncitos
salen de la cueva
mueven la colita
y juegan a la rueda.

Canción ideal para trabajar la imaginación y creatividad.

Canción perfecta para trabajar por equipos, y que cada uno de ellos puede adaptar la estrofa a los siguientes ritmos, ejemplo Rock and Roll, San Juan, Balada, Pasillo, Salsa, Rap, Merengue, etc.

120. SE LEVANTA LA NIÑA

*Se levanta la niña a la 1
para ver la madrugada. (bis)
ni una, ni medio, ni cero, ni nada
qué linda es la madrugada.*

*Se levanta la niña a las 2
para ver la madrugada. (bis)
ni dos, ni una, ni medio, ni cero, ni nada
qué linda es la madrugada.*

*Se levanta la niña a las 3
para ver la madrugada. (bis)
ni tres, ni dos, ni una, ni medio, ni cero, ni nada
qué linda es la madrugada.* *Ir aumentando las horas*

*Se levanta la niña a las 8
Para ver la madrugada. (bis)
ni ocho, ni siete, ni seis, ni cinco, ni cuatro, ni tres, ni dos, ni uno, ni medio, ni cero, ni nada
qué mal que madrugaba.*

*Se levanta la niña a las 12
Para ver la madrugada. (bis)
ni 12, ni 11, ni 10, ni 9, ni 8, ni 7, ni 6, ni 5, ni 4, ni 3, ni 2, ni 1, ni medio, ni cero, ni nada.
qué mal que madrugaba.*

Canción ideal para mejorar la respiración diafragmática.

Si el grupo avanza se puede ir aumentando los números. Tiene el mismo ritmo de la canción número 70 “El gallo Canto”.

121. SIEMPRE SE VA A MOVER

*El dedo gordo se mueve. (bis)
el dedo gordo se mueve...
y siempre se va a mover.*

*El otro también se mueve. (bis)
el otro también se mueve...
y siempre se va a mover.*

*El codo también se mueve. (bis)
el codo también se mueve...
y siempre se va a mover.*

*El codo también se mueve. (bis)
el otro también se mueve...
y siempre se va a mover.*

Ir aumentando las partes del cuerpo, se puede cantar solo enfocando las articulaciones.

122. SOLDADITO DE CHOCOLATE

*Somos los soldaditos
de chocolate
fuertes y valientes
para el combate
1, 2,3, juntos los pies.*

Niño: Kevin Cevallos

Canción ideal para que los niños se formen y terminen en posición firmes.

123. SOL SOLECITO

*Sol solecito
caliéntame un poquito
por hoy y mañana
por toda la semana.*

*El sol está cansado
no quiere salir
detrás de una nube
se ha puesto a dormir.*

124. TACHI

<i>Ahí viene mamá pato</i>	<i>Tachi</i>
<i>ahí viene papa pato</i>	<i>tachi</i>
<i>ahí vienen los patitos</i>	<i>tachi, tachi, tachi.</i>

Todos tomados de la cintura y en círculo, coordinar los desplazamientos con la palabra TACHI.

125. TE QUIERO 1

*Te quiero uno,
te quiero dos,
te quiero más,
que comer arroz.*

Letra y música: Jaime Torres

Todas en círculo cantan el verso y al final se abrazan en parejas, cuando estén en parejas podemos jugar como las manitas calientes, al final dar un abrazo y cambiar de pareja, hasta saludar con todas.

Canción ideal para saludar y para romper el hielo del grupo.

126. TÓCAME ROQUE

*Buenas tardes
qué felicidad
volverte a ver
para saludar.*

*Con un beso
y un abrazo
te saludaré
te saludaré.*

Letra y música: Jaime Torres

Todas en círculo cantan la primera estrofa acompañando con aplausos, en la segunda estrofa ubicarse frente a una compañera o compañero y realizar libremente los gestos que indican los versos.

127. TODO EL MUNDO

*Todo el mundo en este día,
se tendrá que divertir,
todo aquello que yo haga,
lo tendrá que repetir.*

*A caminar, a caminar,
todo el mundo a caminar (bis)*

*A correr, a correr,
todo el mundo a correr (bis)*

*A saltar, a saltar,
todo el mundo a saltar (bis)*

*A bailar, a bailar,
todo el mundo a bailar (bis)*

Después de realizar la actividad, volvemos a cantar la estrofa ya sea en forma circular, en parejas u otra formación que el maestro sugiera.

Actividades: a correr, a gatear, a bailar, a cargar, a reptar, a aplaudir, a abrazar, etc.

128. TRIQUI TRAS

CORO: Triqui tras
triqui tras
la trompa adelante
y el rabo atrás. (bis)

*Los ratones van a la escuela
de noche con una vela
ratones con sombreros rojos
ratones con anteojos*

CORO: Triqui tras
triqui tras
la trompa adelante
y el rabo atrás. (bis)

*Los ratones comen el queso
después te dan un beso
ratones a mover la cola
removiendo la cacerola.*

CORO: Triqui tras
triqui tras
la trompa adelante
y el rabo atrás. (bis)

*Los ratones no temen al gato
porque practican en el gimnasio
los ratones van de dos en dos
alzando la cola y diciendo adiós.*

CORO: Triqui tras
triqui tras
la trompa adelante
y el rabo atrás. (bis)

129. VESCA VESCA

Vesca,
vesca
vesca
la revesca.

Uva,
uva
uva
papazón.

Ubicar a todos en círculo, con la mirada al centro y abrazados por la cintura.

Acompañar el canto con movimientos de flexión extensión de rodillas y movimientos laterales de cadera, cada vez que se repite la estrofa, todas dan un paso al centro y se aumenta la dificultad.

130. VIAJAR EN TREN

Viajar en tren
es lo mejor
se jala el cordel
y se para el tren.

El conductor
se enojará
y mandará
a parar el tren.

Todos formados en columnas (uno tras otro), tomados de la cintura avanzarán cantando y realizando las actividades que sugiera la canción o la monitora, repetir la canción aumentando palabras (superman, acuamán, borracho, etc, ejemplo:

Superviajar en tren
es lo supermejor
se jala el supercordel
y se para el supertren.

CANCIONES

para saltar la cuerda

Saltar la cuerda fue, es, y será uno de los juegos populares más apetecidos de la niñez de los caseríos, barrios, vecindarios y parroquias rurales de todas las provincias de la sierra del Ecuador.

Por su sencillez y adaptabilidad al número de jugadores y por la presencia en casi todos los hogares campesinos de la sogá como material para cargar y siempre estaba a la mano una cuerda o sogá de cabuya, nylon.

Bastaban tres jugadores, dos para batir la cuerda y uno para saltar, o si eran más enumerarse para formados esperar su turno y dar rienda suelta a su capacidad física e imaginación acompañando cada salto con canciones ingeniosas.

He aquí algunas canciones recopiladas para acompañar el salto de la cuerda.

Ponlas en práctica, para evitar el aburrimiento.

131. EL BARQUERO

*Al pasar la barca
me dijo un barquero
las niñas bonitas
no pagan dinero.*

*Hamaquear la cuerda de derecha a izquierda
imitando el movimiento de un barco en el agua*

*Yo no soy bonita
ni lo quiero ser
arriba la barca*

*sube la cuerda y la batida es normal de arriba
abajo*

uno, dos y tres.

El o la estudiante debe salir sin ser tocado.

Sugerencia para la clase de Educación Física.

Para lograr la participación activa de todo el grupo, subdividir en tríos y por cada tres una cuerda, dos baten y uno salta. Buscar una cuerda larga para que quepan varios saltadores y simular un buque o barco grande.

132. EL RELOJ DE SANTA CLARA

*El reloj de santa clara
marca las 0 horas.*

Pasar sin que le tope la cuerda

*El reloj de santa clara
marca la 1 de la mañana.*

Entrar dar un salto y salir

*El reloj de santa clara
marca las 2 de la mañana*

Entrar dar dos saltos y salir

Realizar la misma actividad de hora en hora e ir aumentando los saltos progresivamente.

*El reloj de santa clara
marca las 10 horas.*

Entrar dar diez saltos y salir.

*El reloj de santa clara
marca las 12 horas.*

Entrar dar doce saltos y salir.

Lo ideal es trabajar con grupos pequeños y con varios materiales (cuerdas largas), para lograr una participación activa y dinamismo de la clase.

133. LIMA LIMITA

*Lima, limita, limón,
rosa, clavel y botón,
salta niñita que vas a perder
a la una, a las dos y a las tres.*

Sugerencia idéntica a la anterior, una niña o niño tiene que entrar cuando la cuerda ya esté en movimiento, y por cada salto el grupo le cantará una palabra de la estrofa.

La versión está en femenino, por la tradición, pero es fácil adaptar la letra para los niños, recuerde que ahora hablamos de coeducación.

134. OSITO OSITO

*Osito, osito
salta la cuerda
osito osito
date una vuelta
osito, osito
coge el pañuelo
osito, osito
mira el cielito
osito, osito
sal de la cuerda.*

Al iniciar la niña pondrá un pañuelo en el suelo, y realizará todas las órdenes de la canción.

Idéntico al canto anterior, y esta versión muy tradicional nos confirma que el salto de la cuerda no solo era juego de niñas.

135. ¿QUE ES? MONJA VIUDA

Monja,
viuda,
soltera,
casada,
enamorada, divorciada,
estudiante

*En cada palabra dar un salto, y repetir el
Estribillo hasta que la persona se canse.*

¿Con quién se casa?

Rey,
gringo,
zapatero,
albañil,
policía,
ladrón.

¿Cuántos hijos tienen?

Uno, dos, tres, cuatro, etc

Ir contando mientras salta

¿Dónde viven?

Hueco, casa
choza, edificio

Si vive en casa, ¿cuántas tiene?

¿Qué toma?

Té, chocolate, café

La imaginación es poderosa, proponga otras preguntas, y no se canse de saltar.

136. SEÑORAS Y SEÑORES

*Un hombre llamó
a mi puerta,
y yo...
abrí...*

*Señoras
y señores
pongan la mano al suelo,
señoras
y señores
salten en un pie solo,
señoras
y señores
den la vuelta entera
y salgan para afuera.*

(Salgan para afuera) Forma redundante de decir fuera, pero es parte del canto popular.

Al iniciar la niña o niño deberán ingresar con la cuerda ya en movimiento o batiendo, realizará todas las órdenes de la canción y saldrá sin que le roce o tope la cuerda.

Idéntico a las acciones de la canción Osito Osito.

LA YAPA



. EL CARRUSEL

Juego mecánico para los más pequeños de la familia, muy popular en las fiestas de pueblo, los más populares son el carrusel de caballitos, de avioncitos, carrito, etc.

Todos en círculo tomados de las manos, a excepción de una o uno que será la niña o el niño que desea subirse al vuelo al mejor caballito o carrito del carrusel (niño seleccionado con anterioridad).

El carrusel (círculo) gira a la derecha e izquierda sin soltarse de las manos y sin deformarse evitando que la niña o niño suba al caballito o carrito escogido.

Si la niña o niño logra el objetivo termina el juego y se reinicia con otra niña o niño.



Foto: Tarpuk Analuiza

Estudiantes de la Carrera de Docencia en Educación Física de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador, jugando al carrusel en el bosque.

138. EL PRIMO

Ubicados en parejas uno delante del otro, se dispersarán por todo el espacio disponible, El objetivo del juego es que el jugador que va delante realice varios movimientos de acuerdo con su imaginación y creatividad, el jugador que va detrás debe imitar todo.

Este juego es ideal trabajar con música de fondo, sugiero música movida, ejemplo: Sanjuanitos interpretados por banda de pueblo, rock and roll, disco, salsa, etc.

Después de cierto tiempo se debe cambiar los papeles de los jugadores.

VARIANTES:

1. *Podemos jugar en grupos de cuatro, ocho, todos con un solo líder, siempre rotar el jugador que va adelante.*
2. *La pareja pueda trabajar frente a frente*



Foto: Tarpuk Analuiza

En la foto jugando al primo, una bailarina marca el paso básico y las demás le imitan, se mueven indistintamente por el espacio disponible.

139. A ROBAR LA COLA

Todas/os los participantes se colocan un pedazo de cinta, trozo de tela o un pañuelo en la parte posterior del short o pantaloneta, dejando un extremo visible, a la señal del maestro/a todos los jugadores se dispersan y, sin descuidar su cola tratan de robar la cola de sus compañeros (pedazos de tela)

Gana el o los jugadores que hayan robado el mayor número de colas.

140. LA CULEBRA RITMICA

Todos los jugadores se ubicarán en columna tomados de las manos y al ritmo de un fondo musical irán describiendo zigzag o laberintos por todo el espacio, la jugadora que salga de la columna pasará a guiar a la culebra.

Variante:

Formar dos o más grupos de culebras, para que compitan entre ellas y saber cual describe las mejores figuras y cual no se rompe durante más tiempo.

141. QUE NO SE ESCAPE EL NUMERO NOMBRADO

Todos distribuidos en tríos, cada trío se numerará es decir cada jugador se identificará con un número del 1 al 3, los tríos correrán indistintamente por el espacio tomados de la mano, cuando el maestro/a pronuncie cualquier número del 1 al 3 el grupo se desintegra y los números que no fueron pronunciados se tomarán de las manos y perseguirán hasta atrapar al número que fue nombrado.

142. EL RATÓN Y EL GATO

TRADICIONAL

Se elige dos jugadores, uno será el gato y el otro el ratón, las demás estudiantes se ubicarán en círculo tomados de las manos y participarán con movimientos de brazos para ayudar al ratón o tratando de detener al gato.

Dialogo:

Gato: ratón, ratón

Ratón: que quieres gato ladrón

Gato: comer te quiero

Ratón: cómeme si me puedes

Gato: estas gordito

Ratón: hasta la punta de mi rabito.

(rabito) es la palabra clave para que el ratón huya y el gato comience a perseguir.

VARIANTES

1. *Podemos jugar con dos o tres gatos y ratones a la vez en un solo circulo, cada gato persigue al ratón asignado.*
2. *Si el número de estudiantes es grande, podemos dividir en dos o más subgrupos y dar facilidad que participen más ratones y gatos y el juego se vuelve más divertido.*

CALLES Y AVENIDAS

Formar grupos de máximo diez personas y ubicarlos en columnas con brazos estirados, cuando el director del juego diga AVENIDAS las jugadoras girarán y se ubicarán en fila con brazos estirados, cuando el director del juego diga CALLES regresarán a la formación de columna, previamente designamos al ratón y al gato los que tendrán que desplazarse (huir y perseguir) por las calles y avenidas.

El ratón estará a salvo del gato con la ayuda del director del juego, pasado cierto tiempo designar otro ratón y otro gato para reiniciar el juego, también se puede jugar con dos gatos y dos ratones simultáneamente.

SIEMPRE 2 NUNCA 3

Tomados en parejas, se distribuirán por el espacio disponible y se colocarán en posición sentados y enganchados de los brazos, previamente designamos dos personas una será el ratón y la otra el gato.

Se les explica a los alumnos que cada pareja sentada representa un “hueco de ratones” y que el ratón puede entrar en él para salvarse SENTÁNDOSE A LA DERECHA E IZQUIERDA DE CUALESQUIER PAREJA Y TOMÁNDOLE DEL BRAZO O ADELANTE Y ATRÁS, el estudiante que está en el extremo contrario que se ubico el ratón será el nuevo ratón, es un juego de mucha observación y rapidez mental.

Cuando el grupo adquiere cierta práctica en el juego se les aumenta dificultades como aumentar el número de ratones y gatos participantes.

HUECOS EN CÍRCULO

Las alumnas se agruparán en parejas, tríos o cuartetos y cada grupo se formará en columna y todas las columnas se ubicarán en círculo, previamente designamos dos personas una será el ratón y la otra será el gato.

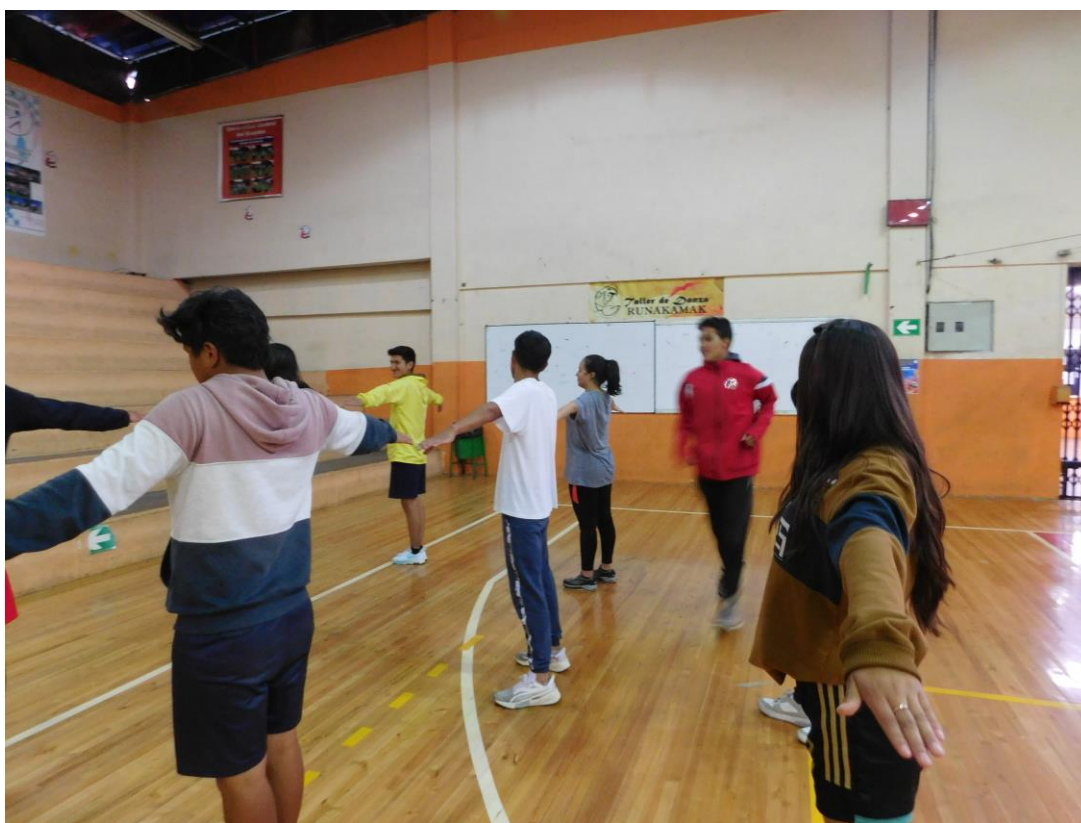


Foto: Tarpuk Analuiza. Estudiantes jugando a calles y avenidas

143. AY VIENE

Monito/a:	Ay viene
Grupo:	quién
Monitor/a:	ay viene la cuchilla
Grupo:	ah, ah... (manos arriba derechas)
Monitor/a:	ay viene la palanca
Grupo:	ah, ah... (manos arriba izquierdas)
Monitor/a:	la cuchilla y la palanca
Grupo:	ah, ah... (manos, derecha izquierda)

Se me sube y baja a los piecitos

Se me sube a la rodilla

Se me sube a la cadera

Se me sube a los hombritos

Se me sube a la cabeza

y...

se menea aaaa.

Movimientos de cadera con los brazos arriba

144. EL BAILE DE LOS ANIMALES

El cocodrilo Dante

camina hacia adelante...

el elefante Blas

camina hacia atrás...

el pollito Lalo

camina hacia el costado...

y yo en mi bicicleta

voy para el otro lado...

repetir esta canción con variedad de movimientos, así por ejemplo: caminando, saltando en un pie, agachados, sacudiendo mucho el cuerpo, saltando en dos pies, movimiento de brazos muy exagerados, muy rápido.

Y todos aplaudiendo

el baile a terminado.

La Brujita Tapita – Brujicanciones para jugar

145. LA SANDIA GORDA

Monitor/a:	<i>Era una sandia gorda, gorda, gorda</i>
Grupo:	<i>repite</i>
Monitor/a:	<i>que quería ser la más bella del mundo</i>
Grupo:	<i>repite</i>
Monitor/a:	<i>y para el mundo conquistar.</i>
Grupo:	<i>repite</i>
Monitor/a:	<i>boing, boing aprendió a saltar</i>
Grupo:	<i>repite la estrofa con saltos a dos pies</i>
Monitor/a:	<i>Swing, swing aprendió a nadar</i>
Grupo:	<i>repite la estrofa con movimientos de brazos</i>
Monitor/a:	<i>Flash, flash aprendió a esquiar</i>
Grupo:	<i>repite la estrofa con movimientos de piernas y brazos</i>
Monitor/a:	<i>Plat, plat aprendió a cantar</i>
Grupo:	<i>repite la estrofa con aplausos</i>

ÍNDICE

	<i>Pág.</i>
<i>Dedicatoria</i>	4
<i>Presentación</i>	5
<i>Recomendaciones</i>	7

CANCIONES

1. <i>A bailar San Juan</i>	10
2. <i>A moler café</i>	10
3. <i>A saltar por la hija</i>	10
4. <i>Abrazar con amor</i>	11
5. <i>Agua de limón en parejas</i>	11
6. <i>Ale ale</i>	12
7. <i>Alí – ba-ba</i>	12
8. <i>Amo a mi primo vecino</i>	13
9. <i>Aran zan-zan</i>	14
10. <i>Atención con ritmo</i>	14
11. <i>Bidsy araña</i>	15
12. <i>Bugi – bugi</i>	15
13. <i>Caderona</i>	16
14. <i>Cangrejito</i>	16
15. <i>Carrascal</i>	17
16. <i>Conga</i>	17
17. <i>Coquito</i>	18
18. <i>Cotiniguara</i>	18
19. <i>Cuando tengas muchas ganas</i>	19
20. <i>Cuando un quiteño baila</i>	19
21. <i>Charo vegetaro</i>	20
22. <i>Chicaguaca</i>	20
23. <i>Chichi – poing</i>	21
24. <i>Chugchugua</i>	22

25. <i>Don Martín</i>	22
26. <i>Don Matías</i>	23
27. <i>Don Simón</i>	23
28. <i>Dubi dubi hey</i>	24
29. <i>Dubi-dubeito</i>	24
30. <i>El cocodrilo</i>	25
31. <i>El árbol de la montaña</i>	26
32. <i>El Arca de Noé</i>	26
33. <i>El auto de mi jefe</i>	27
34. <i>El baile de la serpiente</i>	27
35. <i>El baile de mi sombrero</i>	28
36. <i>El baile del Chipi Chipi</i>	29
37. <i>El ciempiés</i>	29
38. <i>El conejito</i>	30
39. <i>El coyote</i>	30
40. <i>El curiquingue</i>	31
41. <i>El espejo</i>	32
42. <i>El gallo cantó</i>	33
43. <i>El indio de Pinzón</i>	34
44. <i>El león</i>	35
45. <i>El mar</i>	36
46. <i>El minué</i>	36
47. <i>El moco</i>	37
48. <i>El negrito</i>	37
49. <i>El oso y el osito</i>	38
50. <i>El pato</i>	39
51. <i>El pavito</i>	39
52. <i>El payasito</i>	40
53. <i>El pueblo unido</i>	41
54. <i>El tallarín</i>	41
55. <i>El tren</i>	42
56. <i>Ferrocarril</i>	42
57. <i>Gatos piléticos</i>	43
58. <i>Guepa</i>	43

59. Guerra de canciones	44
60. Guillermo Tell	45
61. Había un sapo	45
62. Ibanjo	46
63. Indio chico	46
64. Joqui poqui	47
65. Kiri kiri ki ki	48
66. La alondra	49
67. La banda	50
68. La batalla del calentamiento	50
69. La bruja	51
70. La calavera	52
71. La cucaracha	53
72. La danza de la tarantulita	53
73. La danza del Malumbé	54
74. La ensalada	55
75. La espumita	56
76. La familia sapo	57
77. La granja del tío Juan	58
78. La hormiga	58
79. La mar	59
80. La niña con suerte	60
81. La piolita	60
82. La raposa	61
83. La ratita	61
84. La reina y el camarón	62
85. La ronda de los amigos	63
86. La rueda	64
87. La araña rueda	64
88. La sardina	65
89. La serpiente	65
90. La tía Mónica	66
91. Las calaveras en la tumba	67
92. Las fiestas de San Juan	69

93. <i>Las niñas más bonitas</i>	70
94. <i>Las notas de este mes</i>	70
95. <i>Las pulgas saltarinas</i>	71
96. <i>Los cinco dedos</i>	72
97. <i>Los contrarios</i>	73
98. <i>Los deditos</i>	74
99. <i>Los elefantes</i>	75
100. <i>Los números en inglés</i>	75
101. <i>Los oficios</i>	76
102. <i>Los sapitos en el río</i>	77
103. <i>Mambrú</i>	78
104. <i>Manteca de iguana</i>	79
105. <i>Maquetue</i>	79
106. <i>Mere – merecumbé</i>	80
107. <i>Mi vecino</i>	80
108. <i>Miki – Miki</i>	81
109. <i>Olalá</i>	81
110. <i>Orangután</i>	82
111. <i>Palo palito</i>	82
112. <i>Pantera rosa</i>	83
113. <i>Pato y pata</i>	83
114. <i>Pecos Bill</i>	84
115. <i>Periquita</i>	84
116. <i>Que hay</i>	85
117. <i>Que llueva</i>	85
118. <i>Removiendo</i>	86
119. <i>Ronda de ratoncitos</i>	86
120. <i>Se levanta la niña</i>	87
121. <i>Siempre se va a mover</i>	88
122. <i>Soldadito de chocolate</i>	88
123. <i>Sol solecito</i>	89
124. <i>Tachi</i>	89
125. <i>Te quiero uno</i>	89
126. <i>Tócame Roque</i>	90

127.	<i>Todo el mundo</i>	90
128.	<i>Triqui tras</i>	91
129.	<i>Vesca vesca</i>	92
130.	<i>Viajar en tren</i>	92

CANCIONES PARA SALTAR LA CUERDA

131.	<i>El barquero</i>	95
132.	<i>El reloj de santa clara</i>	95
133.	<i>Lima limita</i>	96
134.	<i>Osito osito</i>	96
135.	<i>¿Qué es?</i>	97
136.	<i>Señoras y señores</i>	98

LA YAPA

137.	<i>El carrusel</i>	100
138.	<i>El primo</i>	101
139.	<i>A robar la cola</i>	102
140.	<i>La culebra rítmica</i>	102
141.	<i>Que no se escape el numero nombrado</i>	102
142.	<i>El ratón y el gato</i>	103
143.	<i>Ay viene</i>	105
144.	<i>El baile de los animales</i>	105
145.	<i>La sandia gorda</i>	106

<i>Índice</i>	107
<i>Referencias bibliográficas</i>	112
<i>Colofón</i>	113
<i>Contra portada - Tarpuk Analuisa</i>	114
<i>Contra portada – Cristina Cáceres</i>	117
<i>Código de barras</i>	118

BIBLIOGRAFÍA

1. Analuiza, T. (2005). *Takishpa Pukllashun. Jugar Cantando*. Quito: Pedro Jorge Vera de la Casa de la Cultura Ecuatoriana Benjamín Carrión
2. Analuiza, E., Capote, G., & Rendón, A. (2016). *Takishpa Pukllashun Jugar Cantando: propuesta metodológica del juego a la danza*.
3. ACJ, Casa de la Juventud. *Taller de Recreación para preparar Promotores Barriales*.
4. CANDO, Edison. (2002) *Mimiografiado de Recopilación de Canciones*, sin publicación.
5. Carrillo, W. (1993). *Folleto “Somos de por aquí”, canciones para niñas y niños*.
6. Costales, A y Peñaherrera, P. (1964). *El Quishihuar o el Árbol de Dios*, tomos I y II. Ecuador.
7. Florián, S. (1993). *Volvamos a Jugar*. Colombia.
8. Guevara, D. (1965). *Folclore del Coro Infantil Ecuatoriano*, Quito Ecuador: Talleres gráficos Nacionales.
9. *I Campamento de Recreólogos*. (1997), Pre XVI Congreso Panamericano de Cultura Física. Quito Ecuador.
10. MEC. DENEIB. *Takinimari Kichwa*.
11. Torres, J. (2000). *Músico. Taller de las Experiencias de la No Violencia*.
12. Vázquez, L. (1999). *Juguemos con el cuerpo y la imaginación*. Colombia.
13. Vialles, C. *150 actividades para niños y niñas*.
14. *Versiones Recogidas por las señoritas Katy Barros y Patricia Morales, estudiantes de la Escuela de Parvularia*. (2000 – 2001).

COLOFÓN

En la vida de todo ser humano, lo que se tiene siempre presente en la memoria son las cosas que se aprendió jugando.

Desde los más grandes filósofos y científicos hasta el más simple de los hombres han recomendado al juego como recurso de la pedagogía. Y si jugar, es la esencia de los aprendizajes del futuro ser social, por qué permitirnos obviar tan elemental y linda experiencia.

Jugar renueva el alma y el espíritu, llena de alegría el corazón, vigoriza el cuerpo, la mente se nutre con nuevo oxígeno y funciona mejor; y mucho más si Jugamos Cantando, así se trabaja en conjunto y simultáneamente los tres dominios del ser humano; ejemplo de ello es que se desarrolla el área cognitiva al ir memorizando, reforzando ideas, aprendiendo palabras nuevas; se fortalece el área motriz al crear y recrear el movimiento y se afianza el área socio afectiva porque el trabajo siempre es en conjunto, en grupo.

Solo jugando el niño aprende, mientras que el joven y el adulto recurren al juego para suavizar su vida y salir de la rutina.

El juego es el recurso lúdico más importante, que todo buen maestro debe dominar y no puede prescindir; ... Solo por medio del Juego Cantado se llega más rápido a los aprendizajes significativos!... ¡He dicho!

Contra portada



Tarpuk Analuiza A.

Originario de la Comuna de Pilacumbi parroquia de Toacazo provincia de Cotopaxi, cobijado bajo las faldas del Iliniza y el Cotopaxi, inicio sus estudios primarios en la Escuela Simón Rodríguez, los secundarios en el Colegio Nacional Toacazo hasta terminar el ciclo básico, ingreso a cuarto curso de bachillerato en Química y Biología en el Colegio Cinco de Junio de Quito, los estudios superiores los realiza en la gloriosa Universidad Central del Ecuador en la Facultad de Filosofía, Ciencias y Letras de la Educación, obteniendo los títulos de Licenciado en Ciencias de la Educación, especialización Educación Física y la Maestría en Educación Superior.

Recién egresado de la Licenciatura fue invitado a colaborar como docente contratado en la Carrera de Educación Física para dar la cátedra de Ritmo y Folklore, después le invitan por sus méritos a colaborar como docente en la Carrera de Parvularia con la Cátedra de Psicomotricidad, y Talleres de Danza y Recreación.

Como docente laboro en varias instituciones particulares, fiscales y municipales, entre las que se destacan: Liceo Municipal Fernández Madrid, Ludoteca, Escuela Pablo Julián Gutiérrez, Escuela Humberto Mata Martínez. En las escuelas Pablo Julián Gutiérrez y Humberto Mata Martínez realizó sendos festivales de danza, en Ludoteca capacitó por varios años a la delegación de pasantías a EEUU y en el Liceo Fernández Madrid formo Huarmicunadanza grupo permanente de danza desde 1998 hasta 2012.

Es conocido en el mundo de la danza nacional por su nombre artístico “Tarpuk Analuiza” que significa Tarpuk=Sembrador Analuiza apellido ancestral Panzaleo, fue bailarín del Ballet Nacional Jacchigua, Danza Contempo, estudió en la Escuela Anexa de la Compañía Nacional de Danza; desde el 21 de marzo de 1988 fundo su propio grupo de danza que empezó con el nombre de Sumac Llacta y actualmente se lo conoce como Agrupación Cultural Danzamérica.

Ha sido facilitador y expositor de múltiples charlas, seminarios, talleres y congresos a nivel nacional e internacional, siempre con los temas de Danza y Recreación y especialmente los beneficios de la danza en la Educación Física. Con Jacchigua viajo a Francia, Italia, Bélgica, Colombia; con Danzamérica llevó la danza ecuatoriana a Perú, Chile, Colombia, Venezuela, Estados Unidos y México. Sus obras coreográficas más destacadas son: Obra RUNA DE BARRO Y MAÍZ; Montaje dancístico, musical y video JATUN KAMAK y el Montaje coreográfico MARAVILLOSO ECUADOR. En el año 2019 estreno dos obras: La autobiografía danzada RUNAMYKANY y el Montaje VIVA ECUADOR para el Grupo RUNAKAMAK de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador.

Actualmente es Docente de la Facultad de Cultura Física después de ganar el primer concurso público de la Universidad Central del Ecuador, desde el año 2012 es profesor titular de la asignatura de Danza y manifestaciones artístico-interculturales, en el año 2013 forma el grupo de danza Runa Kamak, y desde el año 2016 al 2019 fue Coordinador de la Unidad de Vinculación con la Sociedad.

Ha escrito varias ponencias de Danza Nacional, TAKISHPA PUKLLASHUN libro de Juegos Cantados editado por la Casa de la Cultura Ecuatoriana “Benjamín Carrión” en el año 2005; MANUAL de Danza Folclórica tesis de grado de su maestría año 2004; EL ARTE DE DANZAR Y BAILAR inédito 2015, JUEGOS CON MATERIALES PARA DANZA inédito 2015.

Tarpuk Analuiza es danzante, agricultor, guía, maestro de danza nacional a tiempo completo y eterno buscador de su propia metodología de danza para agradecer a la Pachamama denominada "Runadanza".



Cristina Cáceres S.

Originaria de la provincia de Pichincha, creció en el barrio Cashapamba del cantón Sangolquí, sus estudios primarios los hizo en la Escuela Leopoldo Mercado y los secundarios en el Colegio Juan de Salinas, donde se destacó como atleta del cantón.

Cristina es licenciada en Docencia de Cultura Física, egresada de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador, también es Magister en Pedagogía mención Educación por la UTEG Universidad Técnica Empresarial de Guayaquil.

Integrante del equipo de investigadores del Proyecto Semilla “Influencia de la danza nacional en el desarrollo de las capacidades coordinativas y la formación de valores”.

Integrante del equipo de investigadores del Proyecto de Facultad “Influencia de la danza en la formación de los profesionales de Docencia en Cultura Física”

Facilitadora del Programa Aprendiendo en Movimiento, Programa 60 y Piquito, bailarina de Agrupación Cultural Danzamérica.



ISBN 978-9942-21-518-5



9 789942 215185

Quito - Ecuador