

## Toca en tu propia banda de cocina



Se puede jugar con objetos cotidianos de la cocina o de la casa para exponer al niño con discapacidad visual a una variedad de nuevos sonidos, texturas y fuentes de vibración, todos ellos conceptos musicales que se pueden utilizar en el juego entre padres e hijos. También fomenta la exploración táctil con objetos cotidianos. El juego de la banda de cocina es muy divertido y diferente cada vez. A continuación, te explicamos cómo crear tu propia "banda de cocina", de la mano de la musicoterapeuta Amanda Bryant, MM, MT-BC, NMT Fellow.

### **Duración**

Esta actividad puede variar de cinco a 30 minutos o más, dependiendo de su hijo.

### **Materiales requeridos**

Mire a través de los armarios y cajones de la cocina para encontrar una variedad de objetos con los que se pueda jugar para crear una banda rítmica de cocina. Los elementos sugeridos son los siguientes:

- Olla o sartén, cucharas o utensilios de madera y metal (pruebe herramientas que sean lo suficientemente cortas como para que su hijo las sostenga de manera segura y las use adecuadamente)
- ¡Las cucharas medidoras son una gran opción para las personas pequeñas!
- Batidor o rallador de queso (tenga cuidado con los bordes afilados)
- Hoja para galletas
- Variedad de tazas de diferentes tamaños, para golpear hacia arriba y hacia abajo o golpear con un utensilio
- Recipientes de plástico para alimentos, para darles la vuelta o colocar cosas en ellos
- Colador para colocar objetos pequeños para sacudirlos y hacerlos sonar

### **Pasos de la actividad**

1. Siéntese en el suelo con su hijo en su regazo si necesita apoyo o frente a usted o a su lado para que su hijo pueda mirar los "instrumentos" y alcanzarlos con las manos. Si su hijo está en una silla de alimentación, use la bandeja como instrumento musical.
2. Comience explorando los elementos de su banda de cocina usando MANOS o PIES para escuchar sonidos y sentir texturas de los elementos de juego. De esta manera, su hijo puede escuchar y sentir los diferentes sonidos y texturas antes de que se le pida que use otro objeto en la rutina de juego. Por ejemplo, toca el fondo de ollas y sartenes con las manos o los pies para crear diferentes ritmos. Experimenta jugando con las cucharas medidoras como "clackers" haciendo sonido por sí solos antes de usar elementos como herramienta en otro objeto.
3. Elige objetos del tamaño adecuado para tu hijo e incorpora una variedad de texturas y materiales. Por ejemplo, explore cómo una cuchara de madera suena diferente en una olla de metal que una cuchara de metal en una olla de metal. Utilice un utensilio para raspar en un rallador de queso. Haz girar diferentes utensilios pequeños dentro de una olla o taza, o de un recipiente de comida para hacer diferentes tipos de sonidos. No es necesario utilizar sólo utensilios de cocina para crear ritmos.
4. Experimente cómo suenan los instrumentos de su banda de cocina en un piso duro, en una mesa, en una alfombra, contra sus piernas o cuerpo. Gire pequeños recipientes de plástico para alimentos con el fin de crear sonidos en una superficie, o experimente tocando en la parte superior con diferentes herramientas o solo con sus manos. ¡El juego de la banda de cocina es una diversión infinita y es cada vez más diferente!

5. No sientas la necesidad de añadir cantos o lenguaje al principio. Esto permite que el niño pequeño oiga exclusivamente los sonidos de su banda de cocina sin tener que escuchar demasiado "sonido extra".
6. Cuando estés listo, añade un lenguaje divertido y significativo a tu banda de cocina. A continuación, te explicamos cómo añadir tu propia "canción" a tu banda de cocina.
  - Empieza cantando los nombres de los objetos con los que estás jugando para que el lenguaje tenga sentido en el juego activo que estás realizando con tu hijo.
  - Por ejemplo, diga "olla, olla escucho una olla" (pausa y luego reproducícala ... repetir)
  - Por ejemplo, diga "clickity-clack, las horquillas suenan así" (pausa y reproducécelo ... repetir)
  - Agregue el nombre de su hijo en el canto rítmico. "¡Jack, Jack, clickity clack!"

### **Actividades de extensión**

- Piensa en cómo puedes incorporar ritmos o sonidos a todo tipo de rutinas cotidianas que hagas con tu hijo, desde la hora del baño hasta la de la comida, pasando por la de vestirse o la de hacer un recado.
- Este ejercicio incorpora elementos de cocina, pero puedes descubrir objetos cotidianos para crear música en cualquier habitación de tu casa. Puede optar por agregar los sonidos de sus voces para agregar los nombres de los objetos con los que está jugando, o el nombre de su hijo en un canto rítmico.

*Pots and pans,  
 Pots and pans,  
 Baby's in the kitchen  
 With the pots and pans.  
 Grab those lids!  
 Clang those pans!  
 (Nombre de su hijo) in the kitchen  
 With the pots and pans.*