

EJERCICIOS RÍTMICOS EN 7º Y 8º

Siempre nos volverá a sorprender que ejercicios que a primera vista parecen relativamente fáciles encuentren una gran resonancia entre los jóvenes. Esto será una prueba de su íntima necesidad de educar ciertas facultades que están tomando importancia.

Los ejercicios sencillos que seguirán y que aprendí en la escuela Widar en Bochum-Wattenscheid sirven para desarrollar una íntima sensibilidad rítmica. La gran cantidad de ritmo que los jóvenes de hoy reciben con los auriculares o altavoces —y también de los profesores de música impacientes que golpean continuamente el compás, a veces contando los tiempos— impiden un desarrollo de la sensibilidad rítmica que queremos estimular con el siguiente ejercicio:

Cuatro alumnos se sientan, como en un cuarteto, con un timbal, unos claves, un tambor y unos platillos (también se pueden utilizar otros instrumentos siempre que tengan un sonido bien distinto). A cada uno de estos instrumentos se le asignará uno de los tiempos de un compás de 4/4: 1º el timbal, 2º los claves, 3º el tambor y 4º los platillos. Cuando, al tocar, hayan conseguido un ritmo equilibrado, cada uno tendrá la posibilidad de hacer una o más pausas. Por ejemplo:

1---3 4 ---2 ---4 --- --- 3 4 etc.

La tarea resultará más fácil si al hacer la pausa dan un golpe en el aire para que no pierdan el compás, pero será mejor si no tienen que hacerlo.

Puede proponerse que cada figura rítmica se repita al menos tres veces antes de empezar con otra de nueva.

Este ejercicio hace que allí donde falta un golpe del compás los oyentes se vuelvan activos interiormente. Escuchando se puede llegar, con el tiempo, a sentir un dolor ligero en la zona del vientre, porque el contrafuerte de nuestra sensibilidad rítmica, el diafragma, se siente activado con ello.

Si cada alumno toca dos golpes en vez de uno, y se aumenta la velocidad, la cosa será aún más interesante:

1 2 3 4
* * * * * * * *

Si de los pares de golpes se deja fuera de juego el primero, el segundo o los dos a la vez, aparecerán figuras como las siguientes:

1 2 3 4 1 2 3 4 etc.
** * _ _ * _ * _ * ** * _ _ *

Este ejercicio influye tanto en el que toca como en el que oye y puede utilizarse en los grados de secundaria como un ejercicio básico que se repetirá una y otra vez.

De carácter parecido es el siguiente ejercicio que aprendí de Hans Nissen en la escuela Waldorf de Wangen:

Los alumnos forman un círculo y tocan un compás de 4/4 con pies y manos:

- 1º el pie izquierdo golpea el suelo,
- 2º dar palmadas,
- 3º el pie derecho golpea el suelo,
- 4º dar palmadas.

Sólo cada dos alumnos podrán palmear en los tiempos 2º y 4º sin que muevan los pies en el 1º y el 3º.

Si el número de alumnos es impar, al final de la segunda vuelta todos habrán tocado esta forma sincopada.

Si la clase es demasiado numerosa habrá que hacerlo en dos grupos, cada uno la mitad.

Cuando se hagan ejercicios dando palmadas o también cuando se hagan con instrumentos de percusión téngase siempre en cuenta que hay que preparar el golpe rítmico con un movimiento para que pueda integrarse la actividad de los otros en la propia. Lo propiamente musical se encuentra precisamente entre los sucesos sonoros. Si se educa este aspecto, se llegará mucho más rápida y efectivamente a una comunicación rítmica con los otros, evitando, por ejemplo, la típica aceleración que se produce cuando no se percibe suficientemente el espacio que hay entre los acontecimientos rítmicos.

Para fomentar la fantasía puede proponerse un compás de 4/4 tocando únicamente los tiempos 1º y 4º (tocados con dos instrumentos de percusión) y pidiendo que cada uno invente un motivo rítmico basado en este modelo. En una clase con 40 alumnos parece imposible que a partir del número 20 todavía puedan encontrarse motivos nuevos. Sin que

se toquen tresillos será aún más sorprendente la gran cantidad de variaciones que van a encontrar.

De Stephan Ronner, profesor en el seminario de maestros Waldorf en Stuttgart, aprendí el siguiente ejercicio:

Estando la clase en círculo, dos alumnos a la vez van a pasarle al vecino de la derecha o de la izquierda un motivo rítmico palmeado que esté en el mismo compás (procurando que tengan una constitución contraria) de modo que los dos motivos se vayan moviendo en el círculo en direcciones opuestas. Éste es un buen ejercicio para aprender a oír dos ritmos simultáneamente.

Cuando los dos motivos rítmicos lleguen al lado opuesto del círculo se van a sobreponer y volverán al punto de partida. Como nos podemos imaginar, esto solamente puede funcionar cuando haya un número par de participantes.

Las posibilidades de combinar ejercicios rítmicos y de cadencias son múltiples. Pero eso voy a dejarlo en manos del lector para que él mismo invente ejercicios de ese tipo.

Aportación de Marco Rodríguez