

El cuerpo a descansar

Teresa Ballestín (Madrid)

Las ma - ni - tas que vie - nen las ma - ni - tas que van
5
ya es tán muy can - sa - di - tas de tan - to tra - ba - jar

The image shows a musical score for a song. It consists of two staves of music in a 6/8 time signature with a key signature of two flats (B-flat and E-flat). The melody is simple and repetitive. The lyrics are written below the notes. The first line of lyrics is 'Las ma - ni - tas que vie - nen las ma - ni - tas que van' and the second line is '5 ya es tán muy can - sa - di - tas de tan - to tra - ba - jar'. The number '5' is placed above the start of the second line of music.

MODOS	PALABRAS CLAVE	MATERIALES
Armónica Menor	Movimiento fluido	Suficiente espacio para el movimiento
MÉTRICA	Conciencia corporal	
triple	Espacio	

Se trata de una canción para relajar el cuerpo trabajando a la vez el movimiento fluido.

Tumbados, vamos moviendo una parte del cuerpo que poco a poco se va alejando del cuerpo para luego volver y guardarla hasta el día siguiente.

Cada vez que repetimos cambiamos la letra y decimos otra parte del cuerpo: coditos, bracitos, cabeza, pies, piernas y acabamos con todo el cuerpo.