

6. El compás y la respiración

- [6.1 Principios generales](#)
- [6.2 Introducción del compás en el aula](#)

6.1 Principios generales

Aunque a alguno de vosotros os pueda resultar extraño, **los compases están presentes en nuestras vidas cotidianas**, ya que respiramos a 2, 3 o 4 tiempos. Cuando corremos, lo hacemos a dos tiempo inspirando un tiempo y expirando otro, cuando estamos en reposo inspiramos un tiempo y expiramos dos tiempos y cuando dormimos inspiramos un tiempo y expiramos tres. Conectar la respiración natural del niño con la música es uno de nuestros principales objetivos para que puedan sentir plenamente la relación de su cuerpo con la música.

6.2 Introducción del compás en el aula

Siguiendo la filosofía planteada en ambos módulos del curso, comenzaremos a trabajar el compás desde la perspectiva del niño y su cuerpo, haciéndole sentir en primer lugar su propia respiración. Una vez que el niño posee un sentido del tiempo estable, **comenzaremos a ordenar dicho tiempo a través de la respiración**. Comenzamos a ordenar el devenir del tiempo, sintiendo la parte de inspiración y las partes de expiración, para luego contarlas en voz alta.

De pie, sin moverse, con las manos en alto a la altura de los hombros, **comenzaremos a respirar moviendo las manos hacia arriba en la inspiración y hacia abajo en la expiración, rebotando en el aire en una línea imaginaria a la altura de los hombros, con los brazos no muy estirados y las palmas boca abajo**. A continuación **contaremos en voz alta los tiempos del compás**, para por último iremos marcando el compás con ambas manos de pie de la siguiente manera; 2 tiempos uno abajo y dos arriba, 3 tiempos uno abajo, dos afuera y tres arriba, 4 tiempos uno abajo, dos adentro, 3 afuera y 4 arriba.

Una vez que los niños marquen el compás con plasticidad y de manera autónoma de pie, podrán comenzar a realizarlos a la vez que realizan los distintos movimientos alrededor de la clase. Es siempre recomendable acompañar los compases con música bien improvisada por el profesor o bien con piezas previamente seleccionadas.

<https://www.youtube.com/embed/P1XXZI13MH4>

A continuación os recomendamos diferentes **piezas musicales** en compases de 2, 3 y 4, con compases de división binaria (2/4, 3/4, 4/4) y división ternaria (3/8, 6/8, 9/8 y 12/8). Algunos de estos temas los hemos propuesto en la sección de movimiento, ya que es interesante que los niños hayan escuchado previamente esa música. Esta lista sirve de guía para que los profesores busquen su propia música,

Música en compás de 2/4:

[Rameau: Les Indes galantes, RCT 44 / Entrée IV - Danse des sauvages](#)

[Radetzky March - Marcha Radetzky, opus 228 \(Johann Strauss I\)](#)

[Flight of the bumblebee by Nikolai Rimsky-Korsakov](#)

Música en compás de 3/4:

[Haendel - Sarabande](#)

[Come, ye sons of art away \(Birthday Ode for Queen Mary\) , Z. 323/5: "Strike the viol"](#)

[Marin Marais - Sonnerie de Ste Geneviève du Mont - Nouveaux Caractères](#)

Música en compás de 4/4:

[Star Wars- The Imperial March \(Darth Vader's Theme\)](#)

[Franz Schubert - Piano trio No 2 op.100 - 2nd mov. - Rubinstein Trio](#)

[Khachaturian: Sabre Dance / Rattle · Berliner Philharmoniker](#)

Música en compás de 3/8:

[Dmitri Shostakovich - Waltz No. 2](#)

[Saint Saens: Carnival of the Animals~L'Elephant \(The Elephant\)](#)

[Tchaikovsky: Swan Lake, Op. 20 - Act III: Scene: Allegro; Valse, Allegro vivo](#)

Música en compás de 6/8:

[The Godfather - Tarantella Napolitana](#)

[Edvard Grieg - Peer Gynt - Suite No. 1, Op. 46 - I. Morning Mood](#)

[Mozart: Duo for Violin and Viola in B flat, K.424 - 2. Andante cantabile](#)

Música en compás de 9/8:

[Richard Wagner - Ride Of The Valkyries](#)

[CLAUDE DEBUSSY: CLAIR DE LUNE](#)

[Vivaldi: Concerto grosso in D, Op.3/1, RV 549 - 3. Allegro](#)

Música en compás de 12/8:

[Beethoven. Sonata para piano nº 23. Op.57. Appassionata I- Allegro Assai](#)

[Tchaikovsky - 5th Symphony, Op. 64 - 2nd movement - Andante Cantabile](#)

[Bach - Erbarme dich, mein Gott from St Matthew Passion BWV 244 | Netherlands Bach Society](#)