

UN CONJURO MÁGICO

Empecemos calentando como todos los días.

Dejamos los pies bien fijos en el suelo. Empezamos a calentar las manos.

Podemos hacer un montón de gestos, de movimientos, de molinetes. Seguimos con los hombros, con el cuello, vamos a las caderas, que se muevan por todos lados. Pequeños saltitos para calentar los tobillos y las rodillas. Volvemos a hacer todo el recorrido. Nos ponemos esta música. Recordad que no podemos para hasta que se haya terminado. <https://www.youtube.com/watch?v=Bako6OINTyk>

CONJURO

Empecemos por hacer un conjuro que nos va a acompañar en estos días en los que estamos en casa. Lo escribió un amigo mío, Lucas. Tiene propiedades especiales, hace que se mueva el mundo y baile con nosotras, solo tenemos que pronunciarlo con mucha energía. Recordad que un conjuro funciona mejor cuantas más personas lo digan, así es que conjuremos todos los que estamos en casa, conjuremos con los vecinos o conjuremos solos.

Pasos para conseguir el conjuro

1. Leemos estas líneas en voz alta
Que baile todo conmigo cuando bailo
Que bailen mis recuerdos con mis huesos
Que bailen los recuerdos de mis huesos
Que baile todo conmigo cuando bailo

2. Leemos esas líneas un poco más fuerte
Que baile todo conmigo cuando bailo
Que bailen mis recuerdos con mis huesos
Que bailen los recuerdos de mis huesos
Que baile todo conmigo cuando bailo

3. Leemos estas líneas aún más fuerte
Que baile todo conmigo cuando bailo
Que bailen mis recuerdos con mis huesos
Que bailen los recuerdos de mis huesos
Que baile todo conmigo cuando bailo

4. ¿Podemos leerlo un poco más fuerte?
Que baile todo conmigo cuando bailo
Que bailen mis recuerdos con mis huesos
Que bailen los recuerdos de mis huesos
Que baile todo conmigo cuando bailo

5. Ponemos esta música. Es solo un ritmo
<https://www.youtube.com/watch?v=Z4nae0rfnX4>
Movemos los pies al ritmo, cada una como lo sienta, y cuando ya tengamos este ritmo metido en el cuerpo, cantamos nuestro conjuro, como nos acordemos, da igual que no nos lo sepamos todo.

Que baile todo conmigo cuando bailo
Que bailen mis recuerdos con mis huesos
Que bailen los recuerdos de mis huesos
Que baile todo conmigo cuando bailo

6. Las propiedades de nuestro conjuro están casi listas. Solo nos falta ponernos este tema y bailar y cantar a tope nuestro conjuro.
<https://www.youtube.com/watch?v=JnxhsWH1ir8>

¿Os ha funcionado?

Una vez que hemos conseguido que toda la casa se mueva con nosotros vamos a ver este vídeo. Algunos ya lo conocemos, fue el primer vídeo que pusimos en Bailar el barrio. Es un baile mágico porque siempre nos da ganas de bailar.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=15&v=tCdM5X2pnj0&feature=emb_logo

Ahora hacemos sitio en el centro de la habitación. Nos toca bailar con lo que nos acordemos, con lo que nos haya gustado, con lo que nos queramos inventar. Si estamos solas tenemos ese espacio para nosotras, si estamos con la familia tenemos que compartirlo y salir a bailar por turnos.

Esto va a ser como una pista de baile. Os dejamos músicas para bailar, elegid la que preferáis, o poned otras que os gusten. A ver cuantas podemos bailar

<https://www.youtube.com/watch?v=IWELYcYYhWc>

<https://www.youtube.com/watch?v=HND7qHLpyUI>

<https://www.youtube.com/watch?v=ARt9HV9T0w8>

¿CANSADAS?

Vamos a terminar ya, solo necesitamos un sitio de la casa que esté un poco oscuro, nuestra habitación con la persiana bajada, el cuarto de baño, un armario. Ponemos nuestro móvil con la linterna encendida hacia el techo. Vamos a usar por última vez nuestro conjuro. Lo decimos muy bajito, casi como un susurro, mientras hacemos un baile de manos delante de la linterna. Vamos a llenar el cuarto, o el armario de sombras, de imágenes que van a bailar con nosotras. Acercamos las manos a la linterna poco a poco hasta que todo se quede oscuro...

FELIZ SEMANA

¡QUE BAILE TODO CON NOSOTRAS CUANDO BAILAMOS!