Para preparar pan

Letra y música: Paula Ríos y Daniel Cadena



Qué necesitas

Balones, o botellas plásticas vacías. Si no hay ninguno, las manos solas también amasan. También pueden amasar a un niño o a la profe: ¡será un juego muy divertido! También pueden hacer un horno de cartón o una cocina.

Qué van aprendiendo, sin darse cuenta

A coordinar manos y ritmo, a controlar un objeto (rodarlo, rebotarlo sin dejarlo escapar), a seguir pasos en orden y a imaginar. Y a descubrir que las cosas se transforman: de una mezcla blanda sale un pan.

Una idea

Aprovecha para hablar de la comida de tu región: qué se cocina en casa, quién cocina, a qué huele. Así la canción se llena de los sabores propios de cada niño y pueden crear nuevas canciones culinarias para jugar.

Para niños de 3 a 6 años · Para jugar a cocinar con el cuerpo y con objetos

De qué se trata

Es una receta cantada: paso a paso enseña la receta para preparar pan, mezclando harina, agua, mantequilla, levadura y sal, amasando con las manos y metiéndolo al horno. Huele tan rica la preparación, que al final de la canción llega un invitado inesperado a probar la receta: ¡un oso! Una canción para amasar, para jugar con las palabras, para estirar y jugar.

Cómo jugarla

Hagan de cuenta que preparan pan siguiendo la receta: mezclen, amasen, horneen y saquen el pan con cuidado. Hagan los “uh, uh, uh” mientras amasan con ganas y respondan “pan, pan, pan” cada vez que la canción lo pide. Cuando aparezca el oso, invítenlo a la mesa: ahí empieza el juego de imaginar.

Jugar con balones (así lo hacemos en vivo)

Ofrece a cada niño un balón o una pelota. Mientras cantan, lleven el balón adelante y atrás con las manos, rodándolo por el piso como si estuvieran amasando y estirando la masa. Y cada vez que la canción dice “pan”, rebotan el balón marcando la palabra con el ritmo. Amasar... amasar... ¡pan, pan, pan! (rebote, rebote, rebote). Al principio parece complicado, pero en cuanto le cogen el ritmo se vuelve el momento más divertido. También pueden crear su propia coreografía.

Con botellas, como un rodillo

Si no tienes balones, usa botellas plásticas vacías: rueden la botella por el piso adelante y atrás al ritmo de la música, como el rodillo de un panadero estirando la masa. Cualquier objeto sirve para darle cuerpo al juego; lo importante es que las manos tengan algo que amasar.

Este proyecto contó con el apoyo del Ministerio de Educación Nacional, el Ministerio de las Culturas, las Artes y los Saberes, y la Corporación Colombia Crea Talento, CoCrea para su circulación.