3. Los choques rítmicos; impulso, impacto y rebote

- 3.1. Principios generales
- 3.2 Recursos de aula

Copyright 2026

3.1. Principios generales

3.1. Principios generales

A la hora de realizar percusiones rítmicas sobre nuestro propio cuerpo o con cualquier otro objeto (como puede ser con las manos sobre la mesa o con los pies sobre el suelo) hemos de conocer y manejar en profundidad los **tres principios fundamentales que rigen cualquier tipo de choque físico; impulso, impacto y rebote**. Estos tres momentos se encuentran presentes siempre en la práctica rítmica, siendo también la base en cualquier técnica instrumental.

Impulso. Uno de nuestros primeros y principales objetivos a la hora de realizar choques rítmicos es que los niños estén relajados muscularmente y que usen la mínima fuerza a la hora de coger el impulso necesario para realizar un golpe, utilizando sólo las partes del cuerpo que son meramente imprescindible para ese choque rítmico en concreto.

Choque o impacto. En segundo lugar, una vez que hemos “armado” la parte del cuerpo que queremos mover para realizar la percusión rítmica (mano, brazo, dedo, pie, etc), hemos de usar la fuerza necesaria para realizar el golpe, bien sea sobre nuestro propio cuerpo o sobre cualquier otra superficie. Para ello, haremos en primer lugar los choque rítmicos hacia abajo, es decir, en la dirección de la fuerza gravitatoria. De esta manera los niños aprenderán a usar la fuerza de la gravedad como una aliada a la hora de realizar el choque rítmico. Es mucho más difícil golpear rítmicamente con nuestras manos un objeto hacia arriba o hacia los lados que hacia abajo.

Rebote. Por último, cuando el cuerpo del niño impacta sobre otro objeto (o el mismo cuerpo) se produce un intercambio de energía entre el cuerpo que ha impactado y la superficie de impacto, lo que en física se denomina “choque elástico” y en nuestro vocabulario musical rebote. Usar la energía de rebote (retroceso) relajando el cuerpo y aprovechando esa energía para impulsarnos de nuevo si quisiéramos, es fundamental para conseguir la mayor agilidad rítmica posible.

En el video de esta sección veremos con mucha más claridad a qué nos referimos físicamente.

Copyright 2026

3.2 Recursos de aula

3. 2 Recursos de aula

Es de suma importancia tener en cuenta estos principios en todas las partes de la clase ya que hemos de cuidar el impulso el impacto y el rebote tanto en la sección rítmica como en la melódica.

Las actividades que realicemos en busca de este objetivo se tienen que centrar en un primer momento en **conseguir la máxima relajación muscular en los niños**, liberando toda tensión innecesaria en su cuerpo. Para ello podemos combinar varios tipos de actividades. Por una parte podemos realizar ejercicios de respiración coordinando nuestro movimientos muy despacio. Por otra parte hemos de ir haciendo consciente a los niños del peso de su cuerpo, sus extremidades y de la diferencia entre tensión y relajación. Para ello podemos sentarlos y coger sus manos, dejado caer las mismas sobre la mesa. De esta manera irán descubriendo la diferencia entre impulso (que ellos no realizan en este caso) impacto y rebote.

En algunos casos los niños tienen una tensión excesiva, en cuyo caso es más efectivo comenzar a realizar las actividades rítmicas con todo el cuerpo e incluso **hacerlo tumbados**, donde tendrán una relajación muscular mucho mayor que sentados o de pié. En esa posición es donde sienten el peso del cuerpo en su totalidad sobre el suelo, pudiendo levantar las extremidades por separado dejándolas caer sobre su propio cuerpo.

Video choques; explicar los tres momentos de la percusión rítmica. No es una parte de la clase es un principio que le profe debe controlar en todo momento. Detallar la importancia en la generación del sonido con el cuerpo, tanto en ritmo como en voz. Casos habituales en niños tensos, de tumbados a de pié, respiración relajación, independencia

https://www.youtube.com/embed/ey52-Cyydy4

Copyright 2026