



My Music Starts Here – *Recomendaciones para los padres*

Creamos todos nuestros programas de música para que los niños los usen solos o en colaboración con un adulto. De ambas maneras, el cerebro de tu niño está fortaleciéndose cuando se hace la música y se están divirtiéndose a la vez.

Para este programa gratis de la primavera 2020, hemos creado unas listas de videos –

- **Circle Time**—son videos que reproducen la hora de colaboración de las mañanas que tu niño normalmente hace con los otros estudiantes y su maestro en la escuela.
- **Active Listening**—son videos para escuchar y responder a preguntas sobre la música.
- **Music for Mindfulness**—son videos de música tranquila para calmarse.
- **Favorite Songs**—son videos de música favorita para escuchar y cantar.

Buenos momentos y maneras para usar las listas –

Antes del desayuno – Antes de entrar en la cocina, pon una lista de **Circle Time** para tu niño y indícale que escuche los primeros tres videos. Ellos pueden hacer las actividades y aprender un poema mientras que tú hagas el desayuno.

Hazlo como la escuela – Reproduce la hora de colaboración cada mañana con tu niño. Siéntense juntos y mirar una de las listas de **Circle Time** en total (dura 15-20 minutos). Recomendamos que miren la misma lista cada mañana por una semana para que tu niño puede dominar las canciones y poemas.

Tiempo sin pantalla electrónica – Encuentra la lista de **Active Listening** o **Music for Mindfulness** para escuchar y disfrutar. ¡También, puedes acceder a esta música por nuestra cuenta de Spotify!

Descanso después del almuerzo – Toma unos minutos con tu niño para acurrucarse en el sofá y elegir unas canciones de la lista de **Favorite Songs** para contar juntos.

Un Baile con la Cena – Empieza el último video de una lista de **Circle Time**—¡es un video de movimiento! Ponlo mientras que tú haces la cena. ¡Después ellos van a querer enseñarte los movimientos también!

Preparación para dormir – Tu y tu niño pueden cantar su canción favorita con él sentado en tu regazo. Las canciones favoritas de nuestra familia para esta hora son *You are my Sunshine*, *Over in the Meadow*, y *Simple Gifts*. Después, cuando apagas las luces, pon música tranquila de **Music for Mindfulness** de la lista de Spotify, túbense, y respiren profundamente.

¡Estás lista para empezar! Haz click aquí para nuestro programa gratis:
<https://www.mymusicstartshere.com/spring-2020-free-program/>