

GUÍA N°5 DE PRIORIZACIÓN CURRICULAR

Fecha: Octubre de 2020

UNIDAD III

OA 4: Cantar al unísono y a más voces y tocar instrumentos de percusión, melódicos (metalófono, flauta dulce u otros) y/o armónicos (guitarra, teclado, otros).

Actividad I

En la guía anterior, aprendiste una rutina de ESTIRAMIENTO para preparar tu cuerpo antes de cantar. En esta guía aprenderás ejercicios de RESPIRACIÓN empleando el diafragma y VOCALIZACIÓN.

Es muy importante que los realices siguiendo con cuidado las instrucciones.

¡Acepta el desafío!

Actividad II

RESPIRACIÓN

Controlar la respiración a la hora de cantar es muy importante si no quieres ahogarte mientras cantas. Este tipo de ejercicios te ayudarán a aumentar tu capacidad pulmonar y a ventilar de forma adecuada.

Para realizar estos ejercicios, párate de forma erguida, manteniendo abierta tus piernas levemente (pies paralelos a las caderas).

Ejercicio 1	Ejercicio 2	Ejercicio 3
Inspira profundamente por la nariz. Una vez tus pulmones estén llenos de aire, suelta el aire haciendo el sonido «ssss», una ese tan larga como sea posible.	Inhala aire profundamente y expúlsalo poco a poco, en pequeños intervalos haciendo el sonido «ts», hasta que hayas expulsado todo el aire.	Saca todo el aire de los pulmones. A continuación, respira hasta hinchar completamente tu abdomen y ve exhalando el aire poco a poco con el sonido «s».
		Puedes finalizar esta serie de ejercicios repitiendo nuevamente el ejercicio 1

Si te quedaron dudas sobre los ejercicios, en este video podrás ver cómo se practican con todo detalle:

https://www.youtube.com/watch?v=VVBqwr2DtvQ&feature=emb_logo



Actividad III

VOCALIZACIÓN

Este tipo de ejercicios te ayudarán a desarrollar y enseñar la musculatura de tu cuerpo (labios, lengua, cuerdas vocales y velo del paladar).

<p>Ejercicio 1</p> <p>Abre tu boca todo lo que puedas durante unos 15 segundos y después ciérrala. Repite dos o tres veces.</p> <p>Con la boca abierta, pronuncia todas las vocales sin cerrar la boca, primero de forma corta (a, e, i, etc.) y después larga (aaaaa, eeeee, etc.). Puede que te duelan un poco los lados de la cara, pero es algo normal.</p>	<p>Ejercicio 2</p> <p>Saca la lengua todo lo que puedas, después lleva la punta de la lengua hasta el borde del labio superior.</p> <p>Para ejercitar la lengua, lee las instrucciones del ejercicio 1 esta forma.</p>
<p>Ejercicio 3</p> <p>Toca tu paladar con la lengua. Con esta posición, haz el sonido "Prrrrr". Hazlo tres veces, prolongando cada vez más su duración.</p> <p>Coloca tus dedos índices junto a las comisuras de tus labios y estíralos suavemente. Con esta posición, haz el sonido "Brrrrr". Hazlo tres veces, prolongando cada vez más su duración.</p>	<p>Ejercicio 4</p> <p>Escoge un trabalenguas y practícalo. Dijo repetidas veces, lo más rápido posible. Ejemplo:</p> <p style="text-align: center;"><i>Pedro Pablo Pérez Pereira, pobre pintor portugués, pinta paisajes por poca plata, para pasear por París.</i></p>

Actividad IV

Articulación con Tecnología ACTIVIDAD EN FAMILIA

Practica 3 días la serie de ejercicios que aprendiste en esta guía.

Grábate haciendo los ejercicios. ¡Pídele ayuda a los miembros de tu familia que vivan contigo!

Actividad V

Apréndete la canción LA MAZAMORRA e interprétala.

Escucha la canción en este enlace o búscala en Internet.

<https://www.curriculumnacional.cl/musica/609/w3-article-29891.html>



Recuerda hacer los ejercicios de RESPIRACIÓN Y VOCALIZACIÓN antes.

Cuida tu postura (debe ser erguida) y que tus músculos estén relajados.

Graba un audio o un video con tu canto.

Actividad VI

Envía la interpretación de la canción y tus ejercicios al correo bosinson@gmail.com

Actividad VII Evalúate para mejorar

MI DESEMPEÑO									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Debo mejorar				Voy bien encaminado/a			¡Lo hice muy bien!		