

## GUÍA N°3 DE PRIORIZACIÓN CURRICULAR

**OA 4:** Cantar (al unísono y cánones simples, entre otros) y tocar instrumentos de percusión y melódicos (metalófono, flauta dulce u otros) y/o armónicos (guitarra, teclado, otros).



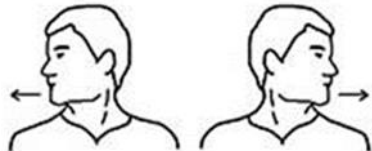

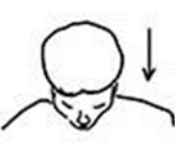
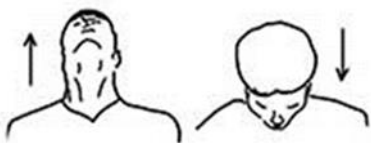


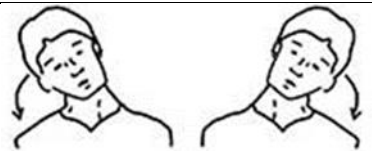


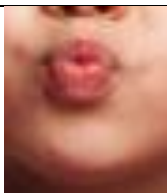
### 7 de mayo

#### Actividad I

Así como los deportistas deben estirar y calentar sus músculos antes de ejercitar, los cantantes deben preparar su cuerpo para el canto (ESTIRAMIENTO, RESPIRACIÓN y VOCALIZACIÓN). En esta guía aprenderás ejercicios de ESTIRAMIENTO MUSCULAR en labios y cuello. Es muy importante que los realices siguiendo con cuidado las instrucciones.

#### ESTIRAMIENTO


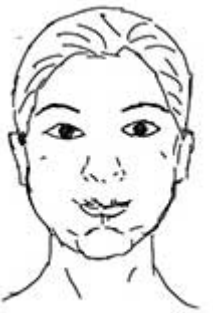



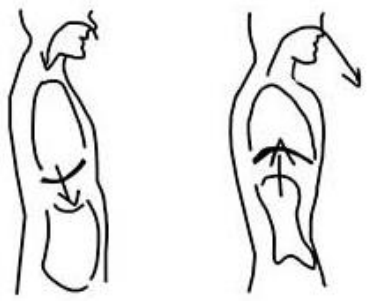
Párate con las piernas semi abiertas, manteniendo tus pies a la altura de las caderas. Mantén una postura erguida (derecha).

<p><b>Paso 1</b></p> 	<p><b>Paso 2</b></p> 	<p><b>Paso 3</b></p> 
<p>Gira <b>lentamente</b> tu cabeza hacia la derecha. Mantén esa posición por 20 segundos.</p>	<p>Gira <b>lentamente</b> tu cabeza hacia la izquierda. Mantén esa posición por 20 segundos.</p>	<p>Repite este ejercicio 5 veces por lado</p>
<p><b>Paso 4</b></p> 	<p><b>Paso 5</b></p> 	<p><b>Paso 6</b></p> 
<p>Inclina lentamente tu cabeza hacia atrás durante 20 segundos.</p>	<p>Inclina lentamente tu cabeza hacia adelante durante 20 segundos.</p>	<p>Repite este ejercicio 5 veces por lado</p>
<p><b>Paso 7</b></p> 	<p><b>Paso 8</b></p> 	<p><b>Paso 9</b></p> 
<p>Lleva lentamente tu oreja derecha sobre el hombro y mantén por 20 segundos. <b>No subas tu hombro.</b></p>	<p>Lleva lentamente tu oreja izquierda sobre el hombro y mantén por 20 segundos. <b>No subas tu hombro.</b></p>	<p>Repite este ejercicio 5 veces por lado</p>
<p><b>Paso 10</b></p> 	<p><b>Paso 11</b></p> 	<p><b>Paso 12</b></p> 
<p>Pon tus dedos índices en la comisura de tus labios.</p>	<p>Presiona suavemente con tus dedos y estira tus labios.</p>	<p>Con los labios tensados, intenta lanzar un beso al aire. Mantén esta postura durante 15 segundos.</p>

Música

Prof. Robinson J. Ahumada O.


Quinto año básico

Paso 13	Paso 14	Paso 15
		
Llena tu boca de aire.	Mantén el aire por 15 segundos.	Bota el aire y relaja tu rostro
Paso 16	Paso 17	Paso 18
		
Respira profundamente por la nariz, hasta "inflar" tu abdomen.	Bota el aire <b>lentamente</b> por la boca.	Repite el ejercicio 3 veces

14 de mayo

Actividad II

Escucha y lee una canción de cuna mapuche. Esta canción es parte de la tradición de este pueblo ancestral.

<p><b>versión con la fonética del español</b></p> <p>Gumayta puñén may, gumayta puñén may kupangue guru may, kupangue guru may tra pita puñén may, amutungué guru may tra pita puñén may, amutungué guru may kupaytá guru may, amutugué guru may ma umutungué puñén may, tra pita puñén may, tra pita puñén may, tra pita puñén may...</p>	<p>Puedes escuchar la canción en <a href="https://www.youtube.com/watch?v=F3FYC2_IFGQ">https://www.youtube.com/watch?v=F3FYC2_IFGQ</a> o buscarla en Internet.</p> <p>Si usas teléfono inteligente, puedes escanear este código</p> 
--	--



Apréndete la canción e interprétala. Recuerda hacer los ejercicios de estiramiento antes. Cuida tu postura (debe ser erguida) y que tus músculos estén relajados. Graba un audio con tu canto.