** Guía de trabajo autónomo**  

El **trabajo autónomo** es la capacidad de realizar tareas por nosotros mismos,

sin necesidad de que nuestros/as docentes estén presentes.

 

Solicito a mis padres o persona encargada que por favor me apoye con la lectura de esta guía para realizar las actividades propuestas.

****

|  |
| --- |
| Centro Educativo: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Educador/a: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nivel: I año (Primer Ciclo)Asignatura: Educación Musical. |

1. **Me preparo para hacer la guía.**

**Antes de iniciar** mi trabajo me aseguro de tener:

|  |  |
| --- | --- |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\MATERIALES-01.png**Materiales o recursos que voy a necesitar.**C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\MATERIALES-01.png**Materiales o recursos que voy a necesitar. | * Lápiz y borrador.
* Lápices de color o crayolas.
* Cuaderno de Educación Musical o una libreta de apuntes.
* Ejercicio de vocalización.
* Canción: “Me lavo las manos” (El texto está al final de esta guía).
* Internet y reproductor de audio y de vídeos (celular, computadora, tableta, entre otros). Sólo con el visto bueno y la supervisión de la persona adulta encargada, tengo acceso a los ejercicios de vocalización y a la canción, de varias formas:

Puedo ver en YouTube si en la computadora oprimo la tecla “ctrl” y al mismo tiempo hago clic sobre el enlace o si escribo la dirección https… en el buscador de la web. También puedo descargar las canciones y ejercicios para practicarlos en casa o para compartirlos.Enlaces para los ejercicios de vocalización:* [Ejercicio de vocalización N° 1](https://www.youtube.com/watch?v=8E1wIIfh_ws)

<https://www.youtube.com/watch?v=8E1wIIfh_ws>* [Descargar Ejercicio de vocalización N° 1](http://www.mediafire.com/file/wrwn5gaf9d565ih/Vocalizaci%25C3%25B3n_%25231.mp4/file)

<http://www.mediafire.com/file/wrwn5gaf9d565ih/Vocalizaci%25C3%25B3n_%25231.mp4/file>* [Ejercicio de vocalización N°3](https://www.youtube.com/watch?v=10zOh7L_q5o)

<https://www.youtube.com/watch?v=10zOh7L_q5o>* [Descargar Ejercicio de vocalización N° 3](http://www.mediafire.com/file/3dl1vu71bzkgelu/Vocalizaci%25C3%25B3n_%25233.mp4/file)

<http://www.mediafire.com/file/3dl1vu71bzkgelu/Vocalizaci%25C3%25B3n_%25233.mp4/file>Enlaces para la canción “No toco mis ojos”:* [Ejercicio de vocalización N° 4](https://www.youtube.com/watch?v=vvxwhTB9az8)

<https://www.youtube.com/watch?v=vvxwhTB9az8>* [Descargar Ejercicio de vocalización N° 4](http://www.mediafire.com/file/qbx1k5eeo0am2jl/Vocalizaci%25C3%25B3n_%25234_letra.mp4/file)

<http://www.mediafire.com/file/qbx1k5eeo0am2jl/Vocalizaci%25C3%25B3n_%25234_letra.mp4/file>Enlaces para la canción “Me lavo las manos”:* [Video con letra en Youtube\_Me lavo las manos.mp4](https://www.youtube.com/watch?v=di6ysAjgHjk)

<https://www.youtube.com/watch?v=di6ysAjgHjk> * [Descargar video con letra Me lavo las manos.mp4](http://www.mediafire.com/file/s8hah5qslirnqj7/Me_lavo_las_manos__letra.mp4/file)

<http://www.mediafire.com/file/s8hah5qslirnqj7/Me_lavo_las_manos__letra.mp4/file> * [Karaoke en Youtube\_ Me lavo las manos.mp4](https://www.youtube.com/watch?v=rzYpzMr5H10)

<https://www.youtube.com/watch?v=rzYpzMr5H10> * [Descargar karaoke\_ Me lavo las manos.mp3](http://www.mediafire.com/file/wygd3me75bexzym/Me_lavo_las_manos_karaoke.mp4/file)

<http://www.mediafire.com/file/wygd3me75bexzym/Me_lavo_las_manos_karaoke.mp4/file> |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\CONDICIONES-01.png**Condicionesque debe tener ellugar donde voya trabajar. | Dentro de mis posibilidades:* Que sea luminoso y ventilado.
* Que sea seguro y mi actividad no interrumpa a nadie.
* Que sea cómodo para usar mis materiales escolares fácilmente, pero sobre todo, que me agrade.
 |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\TIEMPO-01.png**Tiempo en que se espera que realice la guía. | * Aproximadamente dos horas.
* Puedo dividir la guía, realizar una parte un día y otra un día diferente.

  |

****

 **2.    Voy a recordar lo aprendido y/o aprender.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\INDICACIONES-01.png**Indicaciones | C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\Tensión reposo\tensión y reposo\estrés 3.jpgC:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\Tensión reposo\tensión y reposo\Reposo 4.jpgEn la música hay momentos de reposo y también momentos de tensión. También mi cuerpo a veces se pone tenso, por ejemplo cuando me asusto; y otras veces está en reposo, como cuando duermo.Busco apoyo para leer fuentes de algunos sonidos que me producen sensaciones de tensión o de reposo y coloreo el dibujo que se parece más a lo que siento si escucho cada uno de esos sonidos.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\f7fecd22c90c79af426f0f995f777a1e_ocean-beach-clipart_600-491.png | El mar. |   |
| C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\perro ladrando.jpeg | Un perro bravo cuando ladra. |   |
| C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\Lluvia.jpeg | La lluvia. |   |
| C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\d73d5b45ff0a7b54d691dc889fa48f36_crying-baby-illustration-infant-cartoon-crying-crying-baby-_800-814.jpeg | El llanto de bebé. |   |
| C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\Bosque.jpeg | El bosque. |   |
| C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\Motosierra.jpeg | La motosierra. |   |
| C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\grito.jpegC:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\Un grito.jpeg | Un grito. |   |
| C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\c0faf553e66020f7dc379e829e5e1354_vectorGrillo.jpegC:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Imágenes GTA\Grillo.jpg  | Los grillitos en la noche. |   |

 |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\REFLEXIONAR-01.png**ActividadPreguntas para reflexionar y responder**C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\PRACTICAR-01.png** | Reflexiono, respondo en voz alta a mi familiar encargado y le solicito que me apoye para escribir en el cuaderno mis respuestas a estas preguntas que tienen relación con la tensión y el reposo:* ¿Cuáles lugares me producen tensión y cuáles reposo?
* ¿De qué formas puedo representar la tensión con mi cara?
* ¿En qué momentos del día mi cuerpo reposa?

También reflexiono y respondo en voz alta las siguientes preguntas en relación con mi salud e higiene:* ¿Cuál es la importancia de lavarme las manos?
* ¿Cuántos minutos debo durar lavándome las manos?
* ¿En qué momentos del día debo lavarme las manos?

Si tengo alguna duda, pregunto a la persona mayor encargada. |

 **3. Pongo en práctica lo aprendido**

|  |  |
| --- | --- |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\INDICACIONES-01.png**Indicaciones**C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\INDICACIONES-01.png**Indicaciones | Con la técnica vocal preparo mi voz para cantar mejor. C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Niño07.jpgCon los ejercicios de relajación, respiración, articulación y vocalización la cuido y canto de una forma más saludable y agradable. A. Realizo ejercicios de preparación para el canto:Relajación: * Estiro los brazos y luego cada parte de mi cuerpo, como un gato perezoso o como cuando me levanto y me estiro.
* Abro la boca lo más grande que pueda y hago como si estuviera bostezando o masticando chicle.

Respiración:* Inflo un globo o uso una bola liviana. Tomo aire suficiente sin inflar el pecho, y soplo el globo o la bola para hacerla rodar por el suelo con la fuerza del viento que logro sacar de mi cuerpo.
* Seguidamente, imito el sonido de una abeja o de un grupo de ellas, pronunciando el sonido la letra “M” (mmmmmm) con la boca cerrada. Lo practico varias veces hasta sentir cosquilleo en mis labios, mi nariz y mis dientes.

Articulación:* Practico un trabalenguas que mis familiares saben o éste:

  Como coco como loco y coloco al Ecoloco, y si coco doy al loco como loco como coco.Con apoyo lo practico varias veces, hasta decirlo bien.B. Si tengo acceso a internet y a algún medio tecnológico, escucho el ejercicio de vocalización número 1, que lo encuentro en los materiales, para aprender la melodía.Vocalización:* C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Imágenes\Niña08.jpgCanto junto a la melodía del ejercicio número 1. Luego el ejercicio número 3. Al hacerlo, respiro aire suficiente para decir cada frase.
* Practico el ejercicio de vocalización número 4 varias veces hasta decirlo sin que se me olvide.

C. Pido apoyo para leer la canción “Me lavo las manos”, que se encuentra al final de esta guía. Al hacerlo hago con mi cuerpo y con mis manos todo lo que dice la canción.D. Solicito apoyo a la persona familiar encargada para leer los versos de la canción y aprenderlos poco a poco.E. Canto otra vez y mantengo la espalda derecha. Sin gritar, digo bien las palabras.F. Al cantar recuerdo que cuando respiro no debo inflar el pecho ni levantar mis hombros y lo hago de forma que suene bien.G. Repaso el mensaje que tiene la canción. Recuerdo cada parte, la canto y practico sin agua ni jabón. Luego me lavo las manos haciendo cada acción que la canción dice. H. Le comento a mis familiares cómo me siento cuando me lavo las manos. |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\REFLEXIONAR-01.png**Preguntas para autorregularse y evaluarse | Reflexiono y respondo en mi cuaderno:* ¿Cómo me lavaba mis manos antes de aprender la canción y cómo me las lavo ahora?
* ¿Cómo le puedo explicar a otra persona para que aprenda a relajarse, a respirar mejor y no dañar sus cuerdas vocales?
 |
| **Con el trabajo autónomo aprendo a auto regularme.** |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\DIBUJAR-01.png**Reviso las acciones realizadas **durante** la guía de trabajo y coloreo el dibujo de una mano, la que va más con mi respuesta a cada pregunta: |
| ¿Escuché las indicaciones con atención y pregunté a la persona familiar encargada cuando no entendí qué hacer? |  |
| ¿Pronuncié bien las palabras de los trabalenguas, los ejercicios y las canciones? |  |
| ¿Realicé todo lo que decía la canción “Me lavo las manos” cuando me estaba lavando las mías? |  |
| ¿Canté varias veces lo mejor que pude? |  |

|  |
| --- |
| **Con el trabajo autónomo aprendo a evaluarme.** |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\DIBUJAR-01.png**Valoro lo realizado **al terminar** por completo el trabajo y coloreo el dibujo de una mano, la que va más con mi respuesta a cada pregunta: |
| ¿Me siento feliz por el trabajo que hice?  |  |
| ¿Puedo enseñarle a otra persona ejercicios para prepararse antes de cantar? |  |
| ¿Digo cuál fue la parte favorita del trabajo? |
| Ahora que he finalizado esta guía ¿Digo cómo puedo mejorar, la próxima vez que realice una guía de trabajo autónomo? |
| **¡Excelente! ¡Mediante el trabajo autónomo aprendí a aprender!** |

|  |
| --- |
| **C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\413840.jpg** **Me planteo tres retos finales: C:\Users\windows\Desktop\Aprendizaje autónomo\Iconos Edgar\413840.jpg**Reto #1: Enseñar las canciones a otras personas para que la aprendan y para que todas y todos en mi familia practiquen lavarse las manos bien.Reto #2: Practicar las canciones hasta cantarlas sin que se me olviden. Reto #3: Compartir las canciones con mis amistades y con otros familiares. |

**Canción “No toco mis ojos”**

(Francisco Corrales Jiménez, marzo 2020)

No toco mis ojos

tampoco mi boca

y menos mi nariz.

|  |
| --- |
| **“Me lavo las manos”**(Ricardo Fonseca Brenes, marzo 2020)Me lavo las manos por mi protección,primero las mojo, les pongo jabóny empiezo a restregar.Por entre los dedos y palmas frotarlas uñas, nudillos hay que restregar,y luego a enjuagar.Con una toalla me voy a secar,la uso también para el agua cerrary al cesto irá a parar.Y aunque esta canción ya se va a terminar,siempre que pueda la voy a cantar,no se me va olvidar.Guía elaborada por Édgar Varela Jara, Asesoría Nacional de Educación Musical de Primero y Segundo Ciclos. DPSC-DDC-MEPCanción utilizada con propósito educativo sin fines de lucro. Imágenes recuperadas de [www.clipart.email](http://www.clipart.email) y de [www.google.com](http://www.google.com) |