

**Lunes
06
de Septiembre**

**Tercero de Primaria
Artes**

Con la naturaleza me muevo

Aprendizaje esperado: *Responde con movimientos o formas corporales estáticas a sonidos y silencios, para explorar posibilidades expresivas.*

Énfasis: *Explora formas corporales, a partir de sonidos y silencios, para explorar posibilidades expresivas.*

¿Qué vamos a aprender?

Explorarás formas corporales, a partir de sonidos y silencios, para explorar posibilidades expresivas.

¿Qué pasaría, si el planeta fuera totalmente silencioso? Incluso incluyendo a todos los seres humanos. ¿De qué forma podrían comunicarse?

El planeta sería muy diferente y posiblemente la única forma para poder comunicarse sería a partir de señas y movimientos, es por eso que en esta sesión recordarás que los sonidos y silencios invitan a realizar diferentes movimientos o formas corporales estáticas como una forma de expresión.

Realizarás algunos ejercicios para experimentarlo, por lo que recuerda tener un espacio amplio, para evitar algún accidente.

¿Qué hacemos?

En sesiones anteriores aprendiste sobre el espacio personal o kinesfera y el espacio social a partir del espacio total, en las actividades que estas por realizar harás uso del espacio social y de tu espacio personal, respetando e imaginando tu kinesfera.

Actividad 1. Preparando mi cuerpo.

Antes de comenzar una actividad, debes preparar tu cuerpo, realizando un pequeño calentamiento, y para eso en el siguiente video observa a la Maestra Miriam Aranda, para iniciar con un calentamiento, a partir del minuto 5'33" a 9'21"

- **Descubriendo el mundo de la danza. Contigo en la distancia.**
<https://www.youtube.com/watch?v=4XDLL6N8Yvc>

Es importante realizar un calentamiento para que el cuerpo esté listo, ya que, sin un calentamiento previo, los músculos estarían fríos y corres el riesgo de lastimarte.

Actividad 2. Movimiento a pulso y pausa activa.

Para esta actividad sigue las siguientes indicaciones:

1. Pide a quien te acompañe que suene un objeto por ejemplo un tambor y camina de acuerdo al pulso que te marque por el espacio social.
2. Y cuando ya no exista sonido, realiza una pausa activa, es decir toma una posición estática, pero que al mismo tiempo que sugiera un movimiento.

Mientras suene el tambor caminaremos por todo el espacio y cuando exista el silencio, realizaremos la pausa activa.

Lo importante es caminar al pulso del tambor y estar atento al silencio, para poder hacer la pausa activa.

Esto repítelo 3 veces, pero realizando las siguientes actividades:

- Una vez caminando de frente.
- La segunda vez caminando hacia atrás.
- La última vez lo realizaremos brincando con ambos pies hacia adelante.
- Haciendo entre cada variante una pausa activa.

¿Qué te pareció este ejercicio?

Para hacerlo un poco más complicado, debes variar la velocidad del pulso, en ocasiones será lento y en otras será más rápido, en esta ocasión, los desplazamientos los realizas de forma libre.

Es probable que en esta ocasión se te hagan más complicado, teniendo que estar más atento por los cambios de velocidad.

Esta variante del ejercicio requiere de mayor atención al cambio de la velocidad del pulso; pero al mismo tiempo, requiere de mayor coordinación de los movimientos.

Actividad 3. Las imágenes tienen movimiento.

En la naturaleza encontramos sonidos muy interesantes que también nos invitan a movernos y para eso tenemos una fotografía, veamos la imagen.



“Lluvia y viento”

¿Qué elementos puedes observar en esta fotografía que te permitan hacer sonidos y movimientos?

En la fotografía se observa un árbol que me indica que hay mucho viento y también se puede observar claramente que está lloviendo, que esa lluvia es muy fuerte, ya que hay rayos, efectivamente tenemos tres elementos naturales que nos remiten a hacer sonido; el viento, la lluvia y los rayos.

¿Cómo puedes hacer el sonido del viento? Tal vez con la boca, como si soplara.

¿Cómo nos moveríamos a partir de este sonido?

El sonido de la lluvia lo podemos reproducir con las manos, con los pies o con la boca.

Realiza cada uno el sonido que más te guste y experimenta el movimiento.

Para el sonido de los rayos, puedes usar una hoja de papel y para unos rayos más fuertes usa un pliego de papel bond.

¿Qué les pareció este ejercicio? ¿Pudieron moverse de acuerdo al sonido de cada elemento de la naturaleza?

¿Y cómo te sentiste al realizar los movimientos de la naturaleza?

Actividad 4. El sonido de la naturaleza.

Existen otros sonidos de la naturaleza. Descubre más sonidos, realizando la siguiente actividad en donde también te vas a mover, la idea es escuchar diferentes sonidos y trata de identificarlos, para después moverte de acuerdo a cada uno, respetando tu espacio y recuerda que cuando exista un silencio o pausa en el audio, realiza una pausa activa.

Eso significa que ya no tendrás imágenes, solo sonidos para poder imaginar el elemento de la naturaleza y buscar la forma de representarlo.

1. Audio. Sonido del mar.

<https://aprendeencasa.sep.gob.mx/multimedia/RSC/Audio/202108/202108-RSC-xqMofiKA5X-Sonidodelmar.mp3>

Como por ejemplo el sonido del mar y unas gaviotas. escoge un elemento y a moverse, algunos pueden moverse como el mar y otros pueden volar como gaviotas, siempre respetando el espacio de los demás.

Explora otro movimiento con el siguiente audio, recuerda, primero escucha e identifica, después, te mueves por el espacio y en el silencio realiza la pausa activa.

2. Sonido de ranas.

<https://youtu.be/0P9nHp9rg9c>

Imagina el croar de unas ranas, intenta moverte como una rana, las ranas se mueven lento y saltan, lo tendrás que hacer desde un nivel medio, ya que tienes que ponerte en cuclillas.

¿Qué te pareció moverte como si fueras una rana? ¿Cómo te sentiste al experimentar este movimiento? y ¿Cómo fueron tus posiciones en la pausa activa?

Para concluir con esta actividad escucha el siguiente un audio e identifica qué es, después muévete por el espacio y en el silencio realiza la pausa activa.

3. Sonido de río.

<https://youtu.be/33gEOY8ivFw>

El sonido de una cascada o de agua corriendo. Es momento de moverse como un río, debes proponer un movimiento, si haces el movimiento de una cascada, lo realizas desde un nivel alto o medio.

¿Qué te pareció moverte en nivel bajo como el río? y los que experimentaste con los movimientos de una cascada, ¿Cómo te sentiste?

Para concluir con esta sesión recuerda lo que aprendiste, que los sonidos y silencios invitan a realizar diferentes movimientos o formas corporales estáticas como una forma de expresión.

También pudiste identificar a partir de una imagen los elementos de la naturaleza y los sonidos que en ella existen, representándolos corporalmente, finalmente, realizaste movimientos e identificaste sonidos.

El Reto de Hoy:

Experimenta con movimientos, los sonidos de la naturaleza que estén presentes en tu entorno, como el canto de los pájaros, la lluvia, el granizo, un rayo e invita a los integrantes de tu familia a realizarlos.

Si te es posible consulta otros libros y comenta el tema de hoy con tu familia.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.