

MÚSICA E EDUCACIÓN FÍSICA

Tedes 15 días para realizar a seguinte tarefa que está composta por unha clase de EF combinada cunha clase de Música.

EDUCACIÓN FÍSICA:

- Se podes mira o vídeo: <https://youtu.be/VnPxhnnLZ0w>
- Colle o material que che fai falta: **unha raqueta e unha pelota**, poden ser de materiais alternativos como un anaco de cartón e unha pelota de papel.
- RETOS:
 - Colle a raqueta coa man dominante (coa que escribes, no meu caso é a dereita xa que son destra) pon a pelota encima e camiña durante 30 segundos sen que caia. Podes ir variando a velocidade. Logo fai o mesmo coa man non dominante (no meu caso a esquerda).
 - Colle a raqueta coa man dominante e da golpes coa pelota sen que caia ao chan. Fai o mesmo coa man non dominante. Podes ir aumentando a altura dos golpes. A VER CANTOS GOLPES DAS CON CADA MAN. Anota a túa puntuación máxima nunha caderno e comprobámolo cando volvamos a vernos.

MÚSICA:

PODES REALIZAR ESTES ESQUEMAS ANTES DAS ACTIVIDADES DE EF, NA METADE DAS ACTIVIDADES E AO FINAL. TRABALLA BEN OS RITMOS PORQUE DENTRO DE 15 DÍAS TERÁS QUE REALIZAR UNHA TAREFA CON ELES. MOITO ÁNIMO!!!

- Imos a realizar uns ritmos moi sinxelos empregando a percusión corporal. Na primeira frase, PARTE A, terás que realizar o esquema rítmico de negra, silencio, negra, silencio 8 veces con chasquidos: RECORDA QUE NON IMPORTA QUE NON SOEN, O IMPORTANTE É O FACER O XESTO RESPECTADO O SILENCIO.



- A parte B ímola facer coas palmas.

PARTE B REPETIR COMPÁS 8 VECES

B $\frac{4}{4}$ | 

- A parte C realizarémola golpeando coas dúas mans nos xeonllos.
REALIZAREMOS O ESQUEMA DÚAS VECES.

PARTE C REPETIR ESQUEMA RÍTMICO 2 VECES

C $\frac{4}{4}$ | 

- Imos co último ritmo. Este farémolo nos pés alternando pé dereito e pé esquerdo.

PARTE D REPETIR ESQUEMA RÍTMICO 2 VECES

D $\frac{4}{4}$ | 