



Universidad de Valladolid

Facultad de Educación y Trabajo Social

Trabajo Fin de Grado – Grado en Educación Primaria

LA EDUCACIÓN MUSICAL Y LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Autora: Ester Álvarez Ruiz

Tutora Académica: Eva Aparicio Díez

Valladolid, 2015

RESUMEN

En este trabajo se puede comprobar la importancia de educar a los niños tanto musical como emocionalmente. Son dos aspectos muy importantes, por no decir esenciales, en la vida del ser humano por la gran cantidad de beneficios que producen en él. En nuestra sociedad no se les valora lo suficiente, aunque es verdad que la Educación Emocional es algo de lo que se habla cada vez más.

Este trabajo consta de una parte teórica para demostrar la importancia de la Educación Musical y Emocional y unas propuestas prácticas para llevar al aula de música.

Palabras clave: Educación Emocional, Educación Musical, Desarrollo Psicoevolutivo, Desarrollo Musical, Educación Primaria.

ABSTRACT

In this assignment it can be proved the importance of educating children both musically and emotionally. These two aspects are very important, if not essential, in human life because of the range of benefits which they produce. In our society they are not valued enough, although Emotional Education is something that is more and more present.

This work consists of a theoretical part to check why applying Musical and Emotional Education and some practical proposals for the music class.

Key words: Emotional Education, Musical Education, Psycho Evolutionary Development, Musical Development, Primary Education.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
2. OBJETIVOS	3
3. JUSTIFICACIÓN	4
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES	6
4.1. Educación Emocional	6
4.1.1. Las emociones	6
4.1.2. La Inteligencia Emocional	7
4.1.2.1. Origen	7
4.1.2.2. Características	8
4.1.3. Desarrollo de la Inteligencia Emocional en los niños de 6 a 12 años	9
4.1.4. La Educación Emocional	11
4.1.4.1. Educación Emocional en el currículo de Educación Primaria	12
4.1.5. Experiencias educativas	13
4.2. Educación Musical	14
4.2.1. El valor formativo de la música	14
4.2.2. Funciones de la música	17
4.2.3. Desarrollo musical en niños de 6 a 12 años	18
4.2.4. Educación musical en el currículo de Educación Primaria	21
4.3. Educación Emocional a través de la música	23
4.3.1. Introducción	23
4.3.2. La música como medio de expresión	25
5. METODOLOGÍA	27
6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	31
7.1. Contexto escolar	31
7.2. Diseño de actividades	32
7.2.1. ¿Cómo estás?	32
7.2.2. El niño egoísta	33
7.2.3. ¿Cuál es el lugar correcto?	34
7.2.4. Las estatuas	37

7.2.5. La música es mágica	38
7. EVALUACIÓN	40
7.3.1. Evaluación de las aplicaciones didácticas	40
7.3.2. Evaluación del propio trabajo	40
8. CONCLUSIÓN	42
9. REFERENCIAS	44
10. ANEXOS	48
10.1. Anexo 1. Propuesta 1: ¿Cómo estás?	48
10.2. Anexo 2. Propuesta 2: El niño egoísta (letra).....	49
10.3. Anexo 3. Propuesta 2: El niño egoísta (partitura).....	50
10.4. Anexo 4. Propuesta 2: El niño egoísta (gestos)	51
10.5. Anexo 5. Propuesta 2: El niño egoísta (instrumentos y ritmos)	53
10.6. Anexo 6. Propuesta 2: El niño egoísta (reflexión)	54
10.7. Anexo 7. Propuesta 3: ¿Cuál es el lugar correcto?	55
10.8. Anexo 8. Propuesta 3: ¿Cuál es el lugar correcto?	58
10.9. Anexo 9. Propuesta 3: ¿Cuál es el lugar correcto?	59
10.10. Anexo 10. Propuesta 3: ¿Cuál es el lugar correcto? (reflexión)	60
10.11. Anexo 11. Propuesta 4: Las estatuas	61
10.12. Anexo 12. Propuesta 5: La música es mágica.	62
10.13. Anexo 13. Propuesta 5: La música es mágica	63
10.14. Anexo 14. Propuesta 5: La música es mágica	64
10.15. Anexo 15. Propuesta 5: La música es mágica	65
10.16. Anexo 16. Propuesta 5: La música es mágica	66

1. INTRODUCCIÓN

Si pudiera volver a educar a un niño
construiría su autoestima primero y la casa después.

Pintaría más con los dedos y señalaría menos.

Haría más excursiones y haría volar más barriletes.

Dejaría de mostrarme serio y jugaría más en serio.

Daría más abrazos y menos retos.

Vería el árbol en el fruto más a menudo.

Sería menos firme y afirmararía mucho más.

Enseñaría menos sobre el amor al poder y más sobre el poder del amor.

Dianne Loomas

Dianne Loomas nos dice que para educar a un niño es muy importante que aprenda a confiar en sí mismo, hay que despertar su curiosidad en la vida, aportarle amor y cariño, aplaudir sus triunfos y conseguir que aprenda a aprender. Esto tiene mucho más peso que un aprendizaje basado en conceptos teóricos en el que las emociones no tengan un papel esencial.

Eduard Punset (2013), en el programa Redes, recita un apartado de la convención de los derechos del niño: “La educación del niño deberá estar encaminada a desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física de un niño hasta el máximo de sus posibilidades”. Esto, según nos dice, no se cumple porque, en su mayoría, los órganos relacionados con la educación no están estructurados para garantizar el éxito de los alumnos en los planos intelectual, social y económico.

Por otra parte, Daniel Goleman (1995) en su obra “Emotional Intelligence” dice que no hemos optado por los sentimientos en la educación de los niños y es algo que estamos pagando con un incremento de la violencia y un descenso del respeto. Esto podemos verlo en las escuelas, donde lo que se trabaja fundamentalmente es el plano intelectual dejando en la actualidad un pequeño espacio para el plano afectivo y se traduce en esos comportamientos.

En los centros no hay una enseñanza dedicada a las emociones porque no se forma a los maestros. Dicen los expertos que debería haber clases para desarrollar competencias sociales, afectivas y conductuales y así mejorar la interacción social y el autoconcepto y aprender aspectos importantes, que serían: distinguir y administrar las emociones; iniciar y conservar relaciones; saber elegir las mejores opciones y trabajar la empatía.

En cuanto a la música, Edgar Willems (2011) en su libro “Las bases psicológicas de la educación musical” afirma que:

La música enriquece al ser humano por medio del sonido, del ritmo y de las virtudes propias de la melodía y la armonía; eleva el nivel cultural por la noble belleza que se desprende de las obras de arte, reconforta y alegra al oyente, al ejecutante y al compositor. La música favorece el impulso de la vida interior y apela a las principales facultades humanas: la voluntad, la sensibilidad, el amor, la inteligencia y la imaginación creadora. Por todo ello, la música es considerada casi unánimemente un factor cultural indispensable. (p.19-20)

La Educación Musical es muy positiva para las personas ya que las desarrolla integralmente, por ello hay que potenciarla.

2. OBJETIVOS

Con este trabajo se espera conseguir los siguientes objetivos:

- Conocer la metodología de la Educación Musical en Educación Primaria.
- Conocer la relación entre nuestras emociones y la música para así emplearlo adecuadamente.
- Unir la Educación Musical y Emocional.
- Diseñar una propuesta de intervención en la etapa de Primaria que permita desarrollar la Educación Emocional a través de la música.

3. JUSTIFICACIÓN

La música es algo que a todo el mundo agrada. No todos los tipos de música satisfacen de la misma manera a cada persona pero nadie está excluido. No hace falta salir de casa para escuchar música, pero si se hace podemos oírla en las tiendas, bares... incluso en la calle. Esta música cumple distintas funciones: Puede servir para incitar a comprar, para crear un sentimiento de unión o simplemente puede tener una función de entretenimiento y diversión.

En cuanto a las emociones, es algo de lo que no se puede prescindir. Para vivir en sociedad son muy importantes y por ello hay que trabajarlas desde la infancia. Todos necesitamos expresar nuestras emociones y comprender las de los demás. Esto es principalmente lo que nos diferencia de los robots u otros objetos. En todos los ámbitos y relaciones es fundamental (con amigos, en el trabajo...), pero principalmente en el trato con los niños. Todos necesitamos sentirnos queridos, respetados, perdonados... Muchas veces es más importante un abrazo, un beso, una mirada de complicidad que muestren nuestros sentimientos y evoquen emociones en los demás que simples palabras. Sentirnos bien es algo que va a marcar determinadamente nuestro rendimiento, por ello debemos crear en clase una atmósfera en la que todos estemos a gusto. Para ello se requiere hacer uso de la Inteligencia Emocional. Esto se puede trabajar en cualquiera de las materias y por supuesto en música por su gran versatilidad.

La música que escuchamos o que interpretamos va muy unida a nuestros sentimientos y emociones, es un medio que utilizamos para expresar las vivencias de nuestro mundo interno. La música puede no transmitir a todos lo mismo pero en líneas generales sí lo suele hacer, tiene lo que se llama un “lenguaje universal”. No siempre nos sentimos igual, como personas que somos tenemos altibajos y pasamos de estar en un punto de extrema alegría a la tristeza más profunda en tan solo unos segundos. Esto nos pasa durante toda la vida, tanto en la niñez como en la edad adulta y para evadirnos de ello o expresarnos en una gran cantidad de ocasiones utilizamos la música.

Este trabajo, por tanto, trata un tema muy interesante ya que une la Educación Emocional y la música, dos materias que pueden ser llevadas de manera conjunta dentro de un aula de Educación Primaria.

Tal y como aparece en el Reglamento sobre la elaboración y evaluación del Trabajo Fin de Grado, una de sus finalidades es que el estudiante demuestre que ha adquirido el conjunto de competencias asociadas al Título. Se destacan aquí las específicas para el Módulo de Practicum que figuran en la ORDEN ECI/3857/2007, de 27 de diciembre, que regula el Título de Maestro en Educación Primaria y que se pretenden alcanzar con el desarrollo de este trabajo:

- Adquirir un conocimiento práctico del aula y de la gestión de la misma.
- Conocer y aplicar los procesos de interacción y comunicación en el aula y dominar las destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar un clima de aula que facilite el aprendizaje y la convivencia.
- Controlar y hacer el seguimiento del proceso educativo y en particular el de enseñanza-aprendizaje mediante el dominio de las técnicas y estrategias necesarias. Relacionar teoría y práctica con la realidad del aula y del centro.
- Participar en la actividad docente y aprender a saber hacer, actuando y reflexionando desde la práctica.
- Participar en las propuestas de mejora en los distintos ámbitos de actuación que se puedan establecer en un centro.
- Regular los procesos de interacción y comunicación en grupos de estudiantes 6-12 años.
- Conocer formas de colaboración con los distintos sectores de la comunidad educativa y del entorno social.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES

4.1. EDUCACIÓN EMOCIONAL

4.1.1. Las emociones

Martín Bravo, Carlos y Navarro Guzmán, José I. (2011) en el libro “Psicología del Desarrollo Para Docentes”, definen las emociones como “reacciones subjetivas, relativamente breves e intensas, provocadas por distintos estímulos, que excitan o inhiben la conducta, y que se manifiestan en conductas observables y cambios fisiológicos” (p. 117).

Estas se pueden dividir en dos:

- Emociones primarias o básicas, que son aquellas que reconocemos por nuestros gestos.
- Emociones secundarias, que son las que surgen por la vida en sociedad.

Además, podemos dividir las emociones que la música puede causar en percibidas (que requieren del conocimiento pero no implican obligatoriamente un sentimiento) y sentidas o emotivistas (que causan una impresión, un efecto sobre las personas). Esto quiere decir que no todas las músicas nos transmiten una emoción.

Las emociones están muy ligadas con lo intelectual y conductual y Papalia, Olds y Feldman (2005, en Marbán, Robledo, Díez, García y De Caso, 2009) las clasifican según la función que cumplan:

- Función comunicativa: Facultad de exteriorizar lo que pensamos, necesitamos o deseamos para dar lugar a una reacción.
- Función protectora: Solventar problemas de necesidades básicas o evitarlos antes de que ocurran.
- Función de exploración del ambiente: Mejora algunos aprendizajes, como los relacionados con la autoconservación.

La reacción emocional de las personas ante los estímulos tiene su origen en su propia naturaleza orgánica. Ante un mismo supuesto la respuesta es similar en la mayoría de los casos, provocado también por la propia experiencia, lo que permite al individuo aprender la respuesta adecuada.

Además, saber el momento y la forma de exteriorizar los sentimientos es algo que se aprende en la niñez y se consigue cuando se relacionan las funciones emocionales y ejecutivas.

4.1.2. La Inteligencia Emocional

4.1.2.1. Origen

Comenzó con dos artículos en revistas especializadas, siendo el de Salovey y Mayer (Emotional Intelligence, 1990) el más relevante. A partir de los estudios de estos dos autores, en 1995 Daniel Goleman publicó el libro “Inteligencia emocional” basándose en los estudios de Salovey y Mayer (1990). En esta época se había editado con anterioridad “The Bell Curve” (Herrnstein y Murray, 1994), donde se relacionaba el CI y las posibilidades económicas y Goleman con su libro “Emotional Intelligence” (1995) se opuso a ello diferenciando la inteligencia de la inteligencia emocional asegurando que esta última era más importante y que podía ser aprendida por todos.

En 1994 para impulsar la educación emocional y social se creó el CASEL (Consortium for the Advancement of Social and Emotional Learning).

Salovey y Mayer en 1990 con su libro “Emotional Intelligence” fueron los autores que plantearon el término de IE basándose en la teoría de las IM de Gardner, pero no era nuevo, provenía de la “ley del efecto” que propuso Thorndike en 1988 sobre el aprendizaje de los animales. Estos autores definieron la Inteligencia Emocional como “la habilidad de manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones”.

El que divulgó el concepto de IE fue Goleman en 1995 con su obra “Emotional Intelligence”, ya que lo relacionó en su obra con el área de la administración. En este área se planteó por qué unas personas se amoldan mejor que otras en las diferentes situaciones y la IE fue la que dio respuesta a este interrogante a través de cinco ítems: “conocimiento de las propias emociones, capacidad para controlar emociones, capacidad de motivarse a sí mismo, reconocimiento de emociones ajenas y control de las relaciones”. Y así la inteligencia emocional ha sido un tema a tratar por multiplicidad de autores.

En 1983, Gardner en su libro “Frames of Mind” explica que los seres humanos tienen siete tipos de inteligencia con su teoría de las Inteligencias Múltiples: inteligencia auditiva musical, inteligencia cinestésica-corporal, inteligencia visual-espacial, inteligencia verbal-lingüística, inteligencia lógico-matemática. Gardner incorporó otros dos tipos de inteligencias que tienen mucho que ver con la inteligencia social de Thorndike, las inteligencias intrapersonal e interpersonal, y más tarde, en 2001 la inteligencia naturista y la inteligencia existencial.

Para Gardner, existen todos estos tipos de inteligencia y cada persona destaca en uno de ellos, que no es mejor ni peor, simplemente es diferente. Tanto en nuestra sociedad como en el

sistema educativo están más valorados algunos tipos de inteligencia que otros y la inteligencia musical no tiene el reconocimiento que realmente se merece.

En el tema que nos ocupa nos quedaremos con la inteligencia cinestésica-corporal, interpersonal, intrapersonal y auditiva musical.

-La inteligencia intrapersonal consiste en identificar, etiquetar y discriminar nuestras propias emociones y así analizar y dirigir nuestra conducta.

-La inteligencia interpersonal se corresponde con aquello exterior a la persona, es decir, con la vida en sociedad. Dentro de esta, podemos destacar la habilidad para detectar en los demás distintos estados de ánimo, deseos...

-La inteligencia auditiva musical. En ella podemos hablar de las habilidades de escucha y expresión o producción (escuchar, cantar, tocar) y de la sensibilidad a los elementos musicales.

-La inteligencia cinestésica-corporal es muy importante a la hora de la expresión. Mediante el cuerpo, los movimientos, mostramos emociones y se las transmitimos a los demás, convirtiéndose esta en la mayor fuente de información para la inteligencia interpersonal, que nos mostrará muchas veces cómo se sienten las personas de las que estamos rodeados utilizando para ello la observación.

Las emociones y la capacidad que tengamos para gestionarlas y controlarlas es algo muy importante para la vida en sociedad y, por tanto, trabajarlas desde muy pequeños es crucial. Si no es así, será difícil que encajemos en la sociedad ya que debemos saber cómo mostrarnos en cada momento, cuándo y cómo podemos actuar. Por ejemplo, en ocasiones es difícil la aceptación de las personas que tienen TDAH en su entorno ya que reaccionan de manera “explosiva” según nos dice Barkley. No son capaces de regular sus emociones y diferenciar cuándo manifestar sus sentimientos.

4.1.2.2. Características

Daniel Goleman (1995) en su obra “Emotional Intelligence”, incluye cinco grupos de habilidades en la inteligencia emocional:

- Conocimiento de nuestras emociones, identificando y discerniendo su causa y desarrollo.
- Habilidad para controlar nuestras emociones, minimizando las negativas y potenciando las positivas.
- Habilidad para automotivarse.

- Habilidad para identificar las emociones de los demás.
- Habilidad de controlar las emociones de los demás, siendo necesario realizar un análisis de las diversas situaciones y la empatía.

4.1.3. Desarrollo de la Inteligencia Emocional en los niños de 6 a 12 años

Según Piaget, el desarrollo intelectual se divide en los siguientes períodos:

- Sensomotor (del nacimiento a los 2 años).
- Período de preparación de las operaciones concretas (de 2 a 11-12 años). Este se divide en:
 - ❖ Subperíodo preoperacional (de 2 a 7 años).
 - ❖ Subperíodo de las operaciones concretas (de 7-8 a 11-12 años).
- Período de las operaciones formales (desde los 12 años)

En Educación Primaria se trabaja con niños de 6 a 12 años, por ello el subperíodo de las operaciones concretas es el que más nos interesa.

Se toma conciencia de uno mismo sobre los 2 años y se van adquiriendo experiencias en las relaciones con los demás. Esto junto con nuestras características biológicas hace que vayamos madurando y a lo largo de nuestra infancia, en nuestro proceso de socialización vayamos adquiriendo la capacidad de ser conscientes y manifestar nuestras emociones, siendo entre los 3 y los 6 años el momento en el que más competencias adquirimos para ello. Además aumenta el vocabulario asociado a nuestras emociones y su comprensión y vamos dándonos cuenta de la necesidad de poder hablar de nosotros mismos y de los demás para establecer relaciones.

En cuanto a los niños con edades comprendidas entre los 6 y los 12 años, vamos a describir su desarrollo en función tres aspectos: aspecto cognitivo, motriz y afectivo:

-Aspectos cognitivos:

- Buena aptitud para adquirir conocimientos y mejora del lenguaje tanto escrito como oral.
- Capacidad de solucionar problemas presentes por medio de imágenes mentales, aunque no futuros, y de distinguir lo real de lo fantástico.
- Comprensión de ideas como la conservación de la sustancia, el peso y el volumen aunque estén modificados y del número y los procesos reversibles.
- Capacidad de clasificar y ordenar objetos.
- Mayor capacidad de atención y memorización y desaparición del egocentrismo.

-Aspectos motrices:

- Mejora de las habilidades motrices y de la capacidad de realizar esfuerzos debido al desarrollo de los huesos y los aparatos respiratorio y circulatorio.
- Mejora de la estructuración espacio-temporal y conocimiento de las partes de su cuerpo interiorizando los desplazamientos y la lateralidad.

-Aspectos socio-afectivos:

- Conocimiento de sí mismo y de su entorno asumiendo su relación con el mundo.
- Desarrollo del autoconcepto y la autoestima.
- Construcción de relaciones de amigos, en la mayoría de ocasiones del mismo sexo, siendo a partir de los 8 años más serias.
- Entre los 6/7 años, la cooperación se lleva a cabo para su propio beneficio.
- Descubrimiento de sus habilidades y cualidades, formándose así su autoconcepto y autoestima.
- Surgen los juegos de roles y de reglas y las opiniones de los compañeros comienzan a tener peso en la imagen personal.
- Comparte criterios, sentimientos y puntos de vista con sus compañeros, cuestionando los que intercambia con sus padres aunque siguen siendo sus figuras de referencia.
- Los profesores también son muy importantes para ellos ya que influyen en el desarrollo de su personalidad y de su autoestima.

Profundizando más en el desarrollo afectivo de los niños de esta edad, Berk (2004) nos señala las siguientes características:

- Se relacionan sus emociones con las normas que tienen interiorizadas a cerca de lo que está bien o no.
- Tienen la capacidad de controlar mejor sus sentimientos, experimentando un aumento de ellos y adecuándoles a las distintas situaciones.
- Aumenta la consciencia de cómo y cuándo expresar sus emociones.
- Tienen la capacidad de contemplar diferentes versiones a la hora de identificar las emociones en los demás y de comprender que se puede sentir más de una emoción a la vez.
- Incrementa la empatía gracias a la comprensión de los sentimientos de los demás.

4.1.4. La Educación Emocional

Según Bisquerra Alzina, R. (2003) la Educación Emocional es:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (p.21).

Esta educación debe estar reglada en el currículum y debemos estar formándonos emocionalmente durante toda la vida por la gran cantidad de beneficios que nos reportará personal y socialmente. Es además preventivo ya que el objetivo consiste en disminuir la afectación de la persona o bien evitar el conflicto emocional, aportándole una mayor seguridad y capacidad de respuesta ante situaciones adversas.

Las escuelas son un lugar muy importante para los alumnos que no tienen cubiertas sus necesidades emocionales y sociales en sus casas, ya que aquí pueden satisfacerlas hasta cierto nivel. Aquellos alumnos que no consiguen cubrir las lo traducen en mala conducta y dificultades de aprendizaje.

René Diekstra (2013), en el programa Redes, habla de la importancia que están adquiriendo hoy en día las emociones ya que “la emoción interfiere con la razón y la razón modifica la emoción, no se pueden separar”. Además su enseñanza puede comenzar a partir de los 2 años y continuar hasta los 18 teniendo en cuenta las etapas de los niños, es decir, durante todo el período escolar.

Los seres humanos somos muy moldeables e incluso nuestras emociones lo son. Estas son complejas porque en la mayoría de las ocasiones poseemos varias a la vez y para estar más tranquilos y saber cómo proceder tenemos que identificar cuáles son esas emociones.

Para Sastre Morcillo, P. M^a. (2014) las emociones son muy importantes porque en función de ellas tomamos decisiones racionales y se llama Inteligencia emocional a aquella vinculada con los sentimientos. Goleman (1995) divulgó este término y decía que nuestra inteligencia se dividía en racional y emocional, ambas importantes para nuestra vida. Para él la Inteligencia Emocional es “la capacidad para reconocer sentimientos en sí mismo y en otros, siendo hábil para gerenciarlos al trabajar con otros”.

Tal y como argumenta Delval (1999: 97) lo que inquieta a las personas son los problemas del día a día, lo que quiere decir que lo más importante no es la educación académica, sino la afectiva, con la cual los alumnos mejoran su rendimiento y su sociabilidad.

En ello el profesor tiene un papel muy importante y debe evolucionar a la par que lo hace la sociedad.

Las habilidades sociales son aquellas que llevan al éxito a una persona al relacionarse con los demás, respetando sus derechos y adecuándose al contexto.

La Inteligencia Emocional está muy unida a las habilidades sociales y personales y por ello, Goleman dice que es una forma de relación con el mundo en la que son muy importantes los sentimientos y las habilidades como la motivación y la empatía, por ello los sujetos que presenten carencias de la misma verán afectada su vida cotidiana.

4.1.4.1. Educación Emocional en el currículo de Educación Primaria

Nuestro actual sistema educativo está regido por la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de Educación y la Ley Orgánica 8/2015 de 8 de diciembre para la mejora de la calidad educativa, que modifica a través de su artículo único la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de Educación. Los principios relacionados con la Inteligencia Emocional que aparecen en el Artículo I del Capítulo I de la LOMCE son los siguientes:

«b) La equidad, que garantice la igualdad de oportunidades para el pleno desarrollo de la personalidad a través de la educación, la inclusión educativa, la igualdad de derechos y oportunidades que ayuden a superar cualquier discriminación y la accesibilidad universal a la educación, y que actúe como elemento compensador de las desigualdades personales, culturales, económicas y sociales, con especial atención a las que se deriven de cualquier tipo de discapacidad.

k) La educación para la prevención de conflictos y la resolución pacífica de los mismos, así como para la no violencia en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, y en especial en el del acoso escolar.

l) El desarrollo, en la escuela, de los valores que fomenten la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, así como la prevención de la violencia de género.

Además, en el apartado II del Artículo XVI encontramos:

«2. La finalidad de la Educación Primaria es facilitar a los alumnos y alumnas los aprendizajes de la expresión y comprensión oral, la lectura, la escritura, el cálculo, la adquisición de nociones básicas de la cultura, y el hábito de convivencia así como los de estudio y trabajo, el sentido artístico, la creatividad

y la afectividad, con el fin de garantizar una formación integral que contribuya al pleno desarrollo de la personalidad de los alumnos y alumnas y de prepararlos para cursar con aprovechamiento la Educación Secundaria Obligatoria.»

Los objetivos de la Educación Primaria en cuanto a la Educación Emocional tanto en la LOE como en la LOMCE se recogen en el Capítulo II, Artículo 17 y son los siguientes:

- c) Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

4.1.5. Experiencias educativas

La Educación Emocional es algo novedoso, tiene una corta vida y por ello las experiencias educativas que encontramos son muy recientes.

En Tudela de Duero existe un proyecto en el CEIP “Gloria Fuertes” en el que los profesionales han apostado por incluir clases de Educación Emocional en la etapa de Educación Infantil, ya que según dicen es la edad propicia para triunfar en el futuro, donde tendrá más peso la competencia emocional que la académica. Esto se lleva a cabo tanto a nivel de aula como de ciclo y además también se incluyen actividades relacionadas con las familias. Se fomenta mucho el trabajo en equipo entre otras muchas cosas, como el autocontrol y la autoestima, y por eso se mejoran también las habilidades sociales. En cuanto a las actividades de aula, se podría destacar una en la que los alumnos exponen por qué se sienten tristes y a continuación sus compañeros les dan una muestra de cariño como un abrazo; a nivel de ciclo se puede resaltar la relajación, que se trabaja de muchas maneras; y por último, en las actividades con las familias se puede hablar de algunos vídeos que el centro propone.

En el año 2010 una serie de colegios pertenecientes a la Institución Educativa SEK comenzó a llevar a cabo un programa similar que aún continúa vigente, “El Programa de

Aprendizaje Social y Emocional”, en el que los alumnos adquieren las estrategias necesarias para mejorar en el plano emocional y social. Anteriormente se había hecho en Nueva York, pero al ver sus buenos resultados se introdujo en España. Los alumnos que pertenecen a 3º, 4º, 5º y 6º de E.P. reciben una clase a la semana sobre habilidades de la Inteligencia Emocional, consiguiendo manejar sus sentimientos y mejorar su socialización, sus notas y su autoestima, es decir, resultados positivos, y para que esto fuese posible, los profesores recibieron una formación previa.

Por último, se puede hablar de un programa de Educación Emocional en los cursos 2008-2010 en el CIP de Torreorgaz y CIP Prácticas, ambos centros de Cáceres, en el que participaron todos los miembros de la comunidad educativa con los niños pertenecientes a la etapa de E.I. debido a que los alumnos de 5º y 6º E.P. presentaban problemas conductuales y no querían que esto ocurriese con más promociones. Lo que hicieron fue desarrollar las competencias emocionales y control emocional desde los primeros cursos semanalmente siguiendo la teoría de Mayer y Salovey para conseguir una mayor autoestima y bienestar con optimismo y utilizando siempre una solución pacífica para los conflictos, formando tanto a padres como a profesores para trabajar esta educación en el aula y en casa. La evaluación ha sido continua y según esto se han hecho las mejoras pertinentes para los próximos cursos.

El resultado de este programa ha sido una mejora en todas las relaciones: alumno-alumno y alumno-profesor (mejorando los alumnos a la hora de manifestar sus emociones y entender las de los demás), profesor-profesor y Centro-familias, construyendo tanto en el colegio como en sus casas una atmósfera propicia para expresar sus sentimientos.

4.2. EDUCACIÓN MUSICAL

4.2.1. El valor formativo de la música

Para comenzar, vamos a definir el arte, que es donde está encasillada la música junto con otras disciplinas como “una herramienta simbólica que provoca, retiene, e induce emociones ambivalentes, produciendo en la vida afectiva y en los pensamientos de las personas cierta confusión que operan a su vez sentimientos híbridos” (Igartua Álvarez, Adrián & Páez, 1994).

A continuación, nos centraremos en el tema que aquí nos ocupa, la música, que proviene del griego “mousiké” y significa “arte de las musas”. Es el “arte de combinar los sonidos de la voz humana o de los instrumentos, o de unos y otros a la vez, de suerte que

produzcan deleite, conmoviendo la sensibilidad, ya sea alegre, ya tristemente.” (Diccionario de la Real Academia Española).

Según Pilar Pascual Mejía, la música es un derecho que tiene toda persona, por ello todos debemos participar de su instrucción. Esto es así desde la LOGSE, que a través del área de Educación Artística, recoge la importancia de la Educación Musical desde una metodología activa y significativa que potencie la motivación del alumno.

La psicología y pedagogía establecen que el desarrollo global de la persona principalmente vendrá a través de mecanismos que aporten un desarrollo tridimensional, tanto a nivel físico, como intelectual o cognitivo, como emocional. A este triple desarrollo contribuye la música y la Educación Musical, proporcionando un desarrollo integral de la persona.

Destacar lo aportado por Willems, que en 2011 avala esta afirmación indicando en su libro “Bases psicológicas de la educación musical” que la música es muy importante para el desarrollo integral del individuo tanto en el plano físico, como en el intelectual y socio-emocional:

- Desarrollo físico: Gracias a la ejecución de danzas, a las dramatizaciones y a la expresión instrumental el sujeto va conociendo su cuerpo y desarrollando su concepto de espacio y tiempo, lateralidad, motricidad fina y gruesa, agilidad y autonomía.
- Desarrollo intelectual: La música requiere una abstracción que supone el conocimiento de un código concreto. En este nivel por medio de la música se mejora la concentración, atención, comprensión, análisis, el pensamiento lógico y la memoria verbal por la estimulación del hemisferio izquierdo del cerebro.
- Desarrollo socio-emocional: Gracias a la música interactuamos con los demás al expresarnos en grupo (ya sea vocalmente, instrumentalmente...), lo que nos permite desarrollar el autocontrol y la autoestima, la tolerancia y la comprensión, la responsabilidad y obediencia a las normas, la participación, la espontaneidad, las relaciones con los demás, la satisfacción y la observación. Además, gracias a ella tenemos un gran número de sensaciones, evolucionando en el plano emocional.

También podemos hablar del crecimiento personal: La música es un gran medio para trabajar la timidez, el miedo, la agresividad, el autocontrol, la toma de decisiones y la justicia.

Debido a todos sus beneficios es importante utilizar la música siempre que podamos, usando una metodología adecuada, para la consecución de los valores que el docente desee trabajar con sus alumnos e innovar para así hacerlo lo más atractivo posible.

Según Conejo Rodríguez, P. A. (2012) la improvisación y la creación son dos herramientas muy importantes que todo docente debe ser capaz de utilizar pudiendo adecuar sus propuestas a las condiciones del aula. Además, la sociedad es distinta a la de hace unos años y la educación debe adecuarse a ella, centrándose según la UNESCO, en la convivencia y en la participación para construir un futuro mejor.

Por tanto, la Educación Musical contribuye a la formación integral de la persona. La música es algo natural para el ser humano, presente en su vida desde su nacimiento, o incluso antes, como nos señalan algunos autores como Tomatis (1996). Este dice que durante el embarazo, debido a los cambios físicos que se producen en el cuerpo de la madre, es cuando más preparada está para cantar y utilizar su voz y así crea vínculos muy importantes con el feto, ya que este oye ruidos tanto internos como externos. Oye la voz de la madre pero lo que le importa no es lo que le dice sino cómo, el cariño con el que se lo dice. Desde los primeros días escucha y tiene capacidad de comprensión, además se comienza a crear su psicología personal y reconoce el ritmo desde las primeras semanas. Por ello, se puede decir que la música está presente desde antes de nacer y todos en mayor o menor grado tenemos capacidad para desarrollarla.

La música y las personas estamos tan unidos que podemos decir que el ritmo está relacionado con lo corporal, la melodía con lo afectivo y la armonía con lo intelectual (Díaz, 2008). Se puede hablar de una conexión entre los distintos sectores cerebrales y los sonidos o melodías, que producen una respuesta psicológica consciente a través de la audición:

- El plano sensitivo se sitúa en la parte bulbar y es la zona donde prevalece el ritmo. Además, podemos hablar de la regulación de las emociones ya que requiere controlar su exteriorización.
- El plano afectivo se encuentra en el diencéfalo. Es el lugar que recibe predominantemente las melodías.
- El plano intelectual se localiza en la zona cortical y sobre todo es en esta parte donde se utiliza la música armónica.

Aunque en cada parte del cerebro se localizan distintas funciones relacionadas con la música, este actúa como un único elemento a la hora de su interpretación.

La música hace que nuestro cerebro trabaje tanto a la hora de recibir como de enviar información y hace que podamos cambiar nuestros comportamientos.

4.2.2. Funciones de la música

La música tiene un papel fundamental en nuestra sociedad y Merriam, Alan P. (1964) identificó 10 funciones:

- Función de expresión musical. Con ella exteriorizamos nuestras ideas y emociones y varía a lo largo de la historia, pero considera que es la más importante.
- Función estética. Se refiere al disfrute de la música por parte tanto del compositor o del intérprete como del receptor.
- Función lúdica. Es aquella que tiene el papel de divertir.
- Función de comunicación. La música tiene la capacidad de transmitir aunque según nuestro estado de ánimo, nuestros recuerdos... puede no evocar a todos lo mismo.
- Función de representación simbólica. Puede utilizarse como símbolo de una idea o de un pensamiento.
- Función de respuesta física. La música provoca en nosotros distintas reacciones y comportamientos, ya sea activándonos, tranquilizándonos...
- Función de refuerzo de la conformidad con las normas sociales. Esta puede ser utilizada para ponernos a favor o en contra de una norma, perteneciendo a este grupo, por ejemplo, las canciones protesta.
- Función de refuerzo de instituciones sociales y ritos religiosos. Sirven para reafirmar la ideología exponiendo lo que es o no adecuado.
- Función de contribuir a la estabilidad y continuidad de una cultura. Con ella se mantienen las tradiciones y se transmite la educación, incluyendo por ejemplo la música folklórica.
- Función de contribución a la integración de la sociedad. Sirve para unir a los miembros de un grupo y potenciar la cooperación entre ellos.

Una de las funciones que ha tenido, tiene y tendrá la música es la de mejorar nuestros estados de ánimo, ya que la música tiene por sí misma una fuerza capaz de influir en las emociones humanas provocando sensación de tranquilidad más allá de la voluntad del sujeto. Esta capacidad puede contribuir de forma positiva en la curación efectiva de determinadas enfermedades. Tanto es así que la energía de la música influye en el funcionamiento orgánico de forma directa regulando la respiración, activando la oxigenación sanguínea, consiguiendo la

relajación muscular... propiciando la disminución del estrés y favoreciendo la sensación de bienestar aplicable a problemas psicológicos o psiquiátricos así como la respuesta autoinmune ante diversas enfermedades.

La música es muy importante para nuestro desarrollo y aprendizaje y es utilizada para mejorar la expresión personal y afectiva, la creatividad y la autoestima y desinhibir a los niños. También se desarrollan muchas habilidades a nivel interno, cognitivo, sensorial y afectivo.

4.2.3. Desarrollo musical en niños de 6 a 12 años

Pilar Pascual Mejía (2002) divide las características del desarrollo de los niños que pertenecen a la etapa de Educación Primaria en tres períodos, según los ciclos en los que en la ley anterior (LOE) estaban divididos.

➤ Primer ciclo: Alumnos de 6 a 8 años.

-En cuanto a la parte de expresión:

- Desarrollo de la expresión vocal al ampliarse la tesitura, teniendo especial interés en canciones con argumentos líricos.
- Gusto por la interpretación instrumental con los instrumentos de percusión escolares.
- Gran desarrollo motriz que posibilita el desarrollo rítmico, la sincronización de movimientos y la coordinación de sonidos simultáneos.
- Capacidad de comprender y ejecutar las duraciones de las figuras musicales y sus respectivos silencios, aunque en general aceleran los tiempos rítmicos.

-En cuanto a la parte de percepción:

- Gracias a la atención desarrollada pueden internalizar temas y estructuras y son capaces de reconocer si una frase rítmica termina en una cadencia conclusiva.
- Comprenden y ejecutan el lenguaje musical ya sea mediante la expresión vocal o instrumental y diferencian mejor los sonidos agudos que los graves en la percepción polifónica.
- Actitud contemplativa en la audición musical e imaginación musical.

La predisposición natural de los niños hacia la música es evidente, lo que supone un recurso muy positivo para su enseñanza ya que la motivación está garantizada. Desde su nacimiento y de forma casi espontánea utilizan la música en sus juegos y disfrutan escuchando canciones e introduciendo simples ritmos con sus “instrumentos/juguetes” de percusión, viento... Esta motivación innata debe utilizarse para un aprendizaje activo que suponga también

un disfrute en la audición, la interpretación, el canto y la dramatización a través de una metodología activa basada en la participación del alumno y esta es la edad propicia para introducir a los alumnos en los Estudios Musicales.

➤ Segundo ciclo: Alumnos de 8 a 10 años.

-En cuanto a la parte de expresión:

- Gran desarrollo motriz, rítmico y de las destrezas necesarias para tocar instrumentos.
- Gusto por la expresión instrumental en grupo y los instrumentos de percusión, así como por la realización de composiciones.
- Es la mejor etapa para la expresión vocal y prefieren las canciones humorísticas o aquellas que hablan de historias.

-En cuanto a la parte de percepción:

- Reconocen ritmos más complejos y compases binarios, ternarios y cuaternarios principalmente de subdivisión binaria.
- Adquisición propia del valor del ritmo.
- Interés por los compositores más importantes, lo que favorece la escucha de sus obras y el intercambio de opiniones.

➤ Tercer ciclo: Alumnos de 10 a 12 años.

-En cuanto a la parte de expresión:

- Diferenciación entre niños y niñas respecto a las actividades rítmicas.
- Los planos vocal e instrumental no tienen por qué trabajarse de una manera lúdica.
- Cambio de voz y gusto por las melodías que aparecen en los medios de comunicación.
- Reconocen los valores de la partitura.

-En cuanto a la parte de percepción:

- Gracias al progreso de la memoria melódica y armónica se puede trabajar con obras más largas.
- Interés por los compositores y la música de los medios de comunicación y popular moderna, siendo el ambiente determinante para sus gustos.
- Descubrimiento de las distintas posibilidades en cuanto a géneros, estilos, ritmos...

En Educación Primaria, la Educación Musical se lleva a cabo en un ambiente más práctico que teórico por medio de juegos, canciones, danzas... utilizando los recursos más adecuados para los alumnos que forman cada aula. El material con el que podemos trabajar es

muy amplio y aquí entran en juego la creatividad del profesor y la economía de la que disponga el centro, pudiendo hacer uso por ejemplo de objetos creados por él o de las TIC.

Cuanto antes se comience a trabajar la Educación Musical en el alumno en todas sus formas (danza, canción...) mejor será porque irán mejorando poco a poco sus capacidades. No todos los alumnos son iguales como tampoco lo son sus procesos de aprendizaje, por ello debemos tener en cuenta los logros individuales utilizando la pedagogía del éxito. Esto es muy diferente en el nivel profesional en el que existe una exigencia mayor y se deben tener en cuenta algunos factores como la capacidad psicomotora o de concentración a la hora de comenzar en su instrucción.

Durante toda la etapa de Educación Primaria se va desarrollando un pensamiento reflexivo y algunos autores creen que lo que le falta al niño en este momento evolutivo es una buena habilidad motriz. Además, los estímulos auditivos en cada cultura son determinantes para su desarrollo cognitivo-musical. Josefa Lacarcel (1992) considera que el desarrollo de la apreciación estética se produce de la siguiente forma: Con 6-7 años están adquiridas las destrezas necesarias para la percepción e interpretación musical y son capaces de comprender y utilizar símbolos a nivel artístico, con 7 años tienen la capacidad de apreciar las distintas manifestaciones artísticas, y a los 8 años se produce un desarrollo cognitivo que permite a los niños ir formándose su propio criterio.

En cuanto al desarrollo melódico, la base de la melodía está en la relación entre los tonos y la duración de las notas, por ello es importante trabajar los intervalos desde los 7 años.

Por último, es importante ir desarrollando el ritmo hasta los 6 años, donde predomina la expresión espontánea, pero más aún en la etapa de Educación Primaria, donde se trabaja de una forma más organizada y los niños deben ser protagonistas de su aprendizaje experimentando a través de distintos movimientos con su propio cuerpo y con los instrumentos escolares. De los 6 a los 10 años se utilizan saltos, galope, carrera, marcha y brincos y de los 10 a los 12 años se aumenta la dificultad de realización de los distintos movimientos y los niños se mueven al ritmo de canon, copla y estribillo, lied, rondó... Con el desarrollo intelectual, afectivo y motriz adquirido en Educación Primaria el niño puede establecer relaciones entre el ritmo y las emociones.

El tempo rítmico con 5 años es lento, se acelera hasta los 7 u 8 años y luego se ralentiza, siendo característico y distinto en cada persona. Para adquirir el ritmo debe existir una reacción ante el estímulo y una sincronización senso-motora, que evoluciona así: al principio se realizan movimientos pendulares y con 7 años se adquiere una sincronización voluntaria pudiendo

adecuarse a las cadencias y tempos musicales. La sincronización es más sencilla cuando el tempo es más lento.

Además, para trabajar la comprensión y desarrollo de las estructuras rítmicas, el grupo rítmico tiene que estar bien definido tanto en los golpes como en su duración para que se pueda percibir correctamente y para llevar a cabo ritmos se utilizan las habilidades perceptivas y motoras, que el niño va mejorando poco a poco. En las primeras etapas se adquiere la sincronización rítmica, gracias a las facultades predictivas, y más adelante la reproducción de ritmos, gracias a factores perceptivos y motóricos y las fórmulas rítmicas podrán llevarse a cabo cada vez con una mayor complejidad. Con 6-7 años se pueden realizar varias posibilidades rítmicas, como los ostinatos. En la etapa de E.P. se mejora en cuanto al plano rítmico en un 50%, aunque hay muchas diferencias entre los niños de la misma edad y los niños que han trabajado el ritmo mejoran un 20%. El desarrollo de la coordinación senso-motora es lo más importante para mejorar en cuanto a la adquisición del ritmo y mejora a medida que se va creciendo.

4.2.4. Educación Musical en el currículo de Educación Primaria

Tanto en la LOE como en la LOMCE, la asignatura de música está incluida en el área de Educación Artística junto con plástica.

En el Artículo 7 de la LOMCE encontramos los siguientes objetivos de la etapa de Educación Primaria relacionados con la Educación Artística:

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad.

- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana y, si la hubiere, la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma y desarrollar hábitos de lectura.
- f) Adquirir en, al menos, una lengua extranjera la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas.
- g) Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.
- i) Iniciarse en la utilización, para el aprendizaje, de las Tecnologías de la Información y la Comunicación desarrollando un espíritu crítico ante los mensajes que reciben y elaboran.
- j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

Además en el artículo 4 de la LOE existe uno más:

- ñ) Conocer, apreciar y valorar las peculiaridades físicas, lingüísticas, sociales y culturales del territorio en que se vive.

Tanto el lenguaje plástico como el musical se dividen en dos planos: percepción y expresión.

Dentro de ellos, en la LOE, la percepción se divide en el bloque 1, observación plástica, y el bloque 3, escucha y la expresión incluye el bloque 2, expresión y creación plástica y el bloque 4, interpretación.

En la LOMCE, la Educación Plástica y la Educación Musical se dividen en 3 bloques. Los de esta última, que es la que nos ocupa, son: la escucha, la interpretación musical y la música, el movimiento y la danza.

Las competencias básicas que encontramos en la LOMCE son las que siguen:

1.º Comunicación lingüística. Se desarrolla tanto en las interacciones alumno-profesor y alumno-alumno como en algunas de las actividades que se llevan a cabo, como la expresión vocal.

2.º Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. Se trabaja desde el principio, ya que implícita o explícitamente se trabajan las figuras, haciendo que haya algunas notas que duren más o menos y cuando los niños alcanzan la madurez suficiente se trabaja con partituras.

3.º Competencia digital. Si el centro dispone de pizarras digitales, es una buena manera de ver interpretaciones vocales, instrumentales, danzas o de escuchar audiciones. Además, se puede hacer uso de grabadoras o móviles si está justificado su uso para el aprendizaje de los alumnos en las sesiones.

4.º Aprender a aprender. Enseñar a los alumnos las herramientas necesarias para que puedan adquirir conocimientos o interpretar por ejemplo una partitura por ellos mismos.

5.º Competencias sociales y cívicas. Trabajar en grupos para que los alumnos comprendan la necesidad de valorar y tolerar todas las opiniones.

6.º Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. Ser capaces de organizarse y planificarse a la hora de llevar a cabo las tareas que se propongan.

7.º Conciencia y expresiones culturales. Conocer y valorar las manifestaciones artísticas mostrando interés en ellas y desarrollar la habilidad artística de los alumnos.

4.3. EDUCACIÓN EMOCIONAL A TRAVÉS DE LA MÚSICA

4.3.1. Introducción

Para educar a los alumnos en valores es necesario que los docentes se involucren en ello pero, la familia en primer lugar y la sociedad en su conjunto, son también necesarias para lograr este fin y preparar a los alumnos para vivir en sociedad. Como ya hemos visto, la música al ser algo tan presente en nuestra sociedad es un recurso excelente para lograr esta transmisión.

Es necesario dotar al alumno de herramientas o recursos a través de prácticas y ensayos que le preparen para ofrecer respuestas adecuadas ante situaciones imprevistas. Es decir, colaborar a desarrollar sus potenciales ayudándole a pensar y adecuar sus respuestas según la

naturaleza de los estímulos, utilizando su agilidad mental, su creatividad, su concentración, su experiencia...

La Inteligencia Emocional, según algunos autores como Conangla (2004), está formada por las siguientes habilidades, que se relacionan con la música:

- Autoconciencia o autoconocimiento. El alumno tiene que tener en cuenta sus mejoras para lograr un buen concepto de uno mismo.
- Autorregulación o autocontrol. Por ejemplo a la hora de interpretar una obra tanto por la posición del cuerpo como por la exposición ante el público.
- Automotivación. La motivación es algo muy importante en todos los ámbitos de la vida y esto está unido a la confianza en nosotros mismos y nuestra capacidad de superación.
- Empatía. Esta se da entre los intérpretes y entre el intérprete y el receptor, ejerciendo un gran peso los matices que los músicos ejecutan y desarrollando todos ellos su Inteligencia Emocional.
- Habilidades de relación o habilidades sociales. En el ámbito de la música, las interpretaciones suelen realizarse por medio de agrupaciones y en muchas ocasiones el aprendizaje se lleva a cabo en grupo.

La Psicología de la Música estudia el efecto que la música causa en todos los aspectos y niveles del individuo:

-Enfoque Psicofisiológico:

La zona del cerebro que controla nuestras emociones puede cambiar a través de la música y esto se puede comprobar de forma palpable viendo cómo aumenta la actividad cerebral a través de determinadas técnicas como el PET (Tomografía por Emisión de Positrones), un medio diagnóstico para medir la actividad cerebral por medio de imágenes.

La primera aproximación a la música la tenemos en el tallo cerebral y el tronco encefálico y en muchas ocasiones nos evoca recuerdos que están muy unidos con las emociones. El sistema encefálico es el que manifiesta las emociones, por ello se le ha dado el nombre de “cerebro emocional” (Vivas, Gallego & González, 2006).

Blood, Zatore, Bermúdez y Evans (1999) probaron que en algunas zonas del cerebro como en la neocortical y la paralímbica había variaciones dependiendo de los sonidos musicales y el tipo de emociones (positivas o negativas) que produjesen. Así, demostraron que la música afecta al cuerpo comenzando por la mente.

La música:

- Hace que transmitamos nuestras emociones desde el cerebro al cuerpo en forma de movimientos y gestos expresando nuestros sentimientos y disfrutando de esta unión tanto física como emocionalmente.
 - Acciona los sectores cerebrales donde se encuentran las células espejo o la empatía.
 - Activa la socialización al interpretar en grupo.
 - Estimula todas las zonas del cerebro y da lugar a un cambio fisiológico y psicológico, lo que se llama “biomúsica” (Loroño, 2011).
 - Dependiendo de nuestro estado de ánimo elegimos un tipo de música u otro, lo que desencadena distintas respuestas físicas:
 - Cuando escuchamos música que nos resulta placentera, en el Sistema Nervioso Central se accionan sustancias químicas, activándose la segregación de neurotransmisores como la dopamina, las endorfinas y la oxitocina, que dan lugar a un estado de felicidad que favorece la expresión de los sentimientos.
 - Cuando escuchamos música relajante, cambia el funcionamiento de las ondas alfa del cerebro y se amplía su extensión en el hemisferio derecho, baja nuestra frecuencia cardíaca y respiratoria y experimentamos una sensación de tranquilidad.
- La respuesta emocional es muy variable en cada persona siendo las experiencias y enseñanzas recibidas determinantes.
- Se desarrolla la motricidad. Con la música se produce el movimiento corporal cargado de sentimientos y comunicación corporal con otros sujetos (Pérez, 2012) y además se mejora la manifestación de emociones.

-Enfoque Psicobiológico:

Cada uno de nosotros tiene que configurar su “Sistema Referencial” heredado genéticamente pero que es imprescindible educar. Las neuronas y sus sinapsis se pueden modificar y aumentar y esto se consigue mediante la educación y las vivencias de cada uno, configurando la actividad cerebral. Esto quiere decir que para la música también se requiere que la información conveniente pase de unas neuronas a otras configurando nuestra actividad musical y que nuestros cerebros son distintos.

4.3.2. La música como medio de expresión

Martín-Loeches (2008) nos dice que la música está integrada por el ritmo, la organización tonal y el afecto (emoción). Con ella podemos expresarnos, influir en los

sentimientos, evocar recuerdos produciendo emociones... utilizando todo esto en muchos ámbitos. Uno de los más importantes es la musicoterapia, que desarrolla o restaura diferentes capacidades.

Hay que añadir también que la música posee un lenguaje universal con el que transmite una serie de emociones identificables por cualquier persona y que existen estudios en los que se demuestra que a mayor aptitud musical, mayor nivel de Inteligencia Emocional se tiene.

La música es un medio de expresión sin fronteras gracias al cual manifestamos nuestras emociones y nos permite comunicarnos y comprendernos a nosotros mismos y a los demás. Jugando con ella, transmitimos a los niños muchos valores con los que irán forjando su personalidad, por ello debemos ser conscientes de la importancia de las prácticas educativas que llevemos a cabo.

La música activa partes del cerebro que accionan las emociones y nos puede llevar a exteriorizar nuestros sentimientos o simplemente dejarnos llevar por el placer artístico de la melodía. Nos proporciona paz y alegría, contribuyendo al desarrollo psíquico y emocional.

Gracias a la Inteligencia Emocional se relacionan los sentimientos, que son el nacimiento de los impulsos, el carácter de la persona y los impulsos morales, que son los transmisores de las emociones.

Las emociones nos influyen a la hora de actuar. Estas emociones pueden producirse o modificarse a través de la música, por lo que es necesario trabajar el pensamiento positivo asociado a ella, que varía dos componentes del sistema inmunológico, las endorfinas y las células C del organismo.

5. METODOLOGÍA

Los alumnos son los protagonistas ya que ellos mismos deben crear y ejecutar las composiciones. Nuestra función es la de proporcionar los recursos adecuados a los niños para ser críticos de las producciones musicales; expresar y comunicar sus sentimientos; favorecer la confianza en sí mismos y desarrollar la responsabilidad que conlleva el trabajo en grupo cumpliendo con unas normas pactadas; escoger el contexto, material y realizar su producción; conocer y respetar las creaciones de otras culturas; conocer las posibilidades de expresión con su propio cuerpo; y evocar sonidos que resultan familiares.

Conejo Rodríguez, P. A. (2012) habla de la importancia de incluir la improvisación en el currículum de los centros escolares. En ellos se forma a las personas académicamente pero también hay que desarrollar las habilidades necesarias para vivir en sociedad, que generalmente se trabajan de manera indirecta.

La finalidad principal es concienciar, conocer y ampliar los elementos musicales, siendo la creatividad del profesor, según Willems, el pilar fundamental para que el alumno lleve a cabo la improvisación.

Además, también debemos escoger los métodos más propicios para enseñar, como los de los pedagogos Dalcroze, Kodály, Willems, Orff... pero no tenemos que cerrarnos a uno de ellos, sino conocer todos y hacer una mezcla en la que seleccionemos de cada uno lo mejor para el adecuado desarrollo y aprendizaje de los alumnos.

Jaques Dalcroze (1865-1950) utiliza un método integral y creativo en el que se trabaja el ritmo, la música, la improvisación, los gestos y los movimientos del cuerpo y se basa en la Música, el Movimiento y la Coordinación. Los recursos que usa son la flauta dulce, instrumentos de percusión y material de psicomotricidad.

Carl Orff (1895-1982): Dio gran importancia a la creatividad, al lenguaje escénico y a los sonidos onomatopéyicos hechos con la voz. Lo más destacable de su método es que el alumno sea un elemento activo en el proceso de aprendizaje basado en observar, repetir, investigar y crear; siendo el profesor un mero guía para que el niño se desarrolle tanto individual como musicalmente, donde lo más importante es el proceso, no el producto. Los instrumentos musicales que se utilizan en su método son los de percusión, tanto de altura determinada como indeterminada.

Edgar Willems (1890-1978) dice que el ritmo es innato, siendo tanto este como el sonido previos a la música y por ello trabaja con improvisaciones rítmicas y melódicas y con el cuerpo a través de diferentes movimientos. Conecta el ritmo, la melodía y la armonía con la

parte fisiológica, afectiva (transmitiendo sus sentimientos a través de la melodía y la canción) y mental (desarrollada por la práctica coral, la polifonía y la armonía), respectivamente. Los recursos que utiliza son instrumentos escolares, juguetes y otros instrumentos para trabajar la audición como las flautas de émbolo.

Maurice Martenot (1898-1980) cree que la música es un pilar fundamental en la cultura y desarrollo del alumno y le proporciona equilibrio y armonía. Concede un papel importante tanto a la personalidad (agradable, tolerante, organizado...) del maestro como al método que utiliza (favorecedor del desarrollo de las habilidades musicales). Su metodología se basa en comprender las diferentes partes del lenguaje musical por separado para poder después tener una perspectiva integral que permita leer a primera vista y propone como elementos básicos la utilización de los signos (para conseguir la interiorización musical), el ritmo (que supone la expresión a través de la pulsación, tempo y precisión) y ejercicios-juego, que suponen una estimulación para la expresividad de los alumnos a través de actividades rápidas y dinámicas huyendo de esquemas rutinarios. El recurso que incorpora a la pedagogía musical son las Ondas Martenot.

Zoltán Kodály (1882-1967) utiliza principalmente la música folklórica. El canto es la base de su método y gracias a él los alumnos conocen las relaciones entre los sonidos. Son capaces de entonar incluso sin acompañamiento utilizando distintas posiciones con las manos que están asociadas con la altura de las notas, llamadas "curwen". Además, también utiliza imágenes y sílabas.



Los principios básicos de intervención que se deben seguir son:

- El principio de actividad: El niño tiene que aprender a aprender y las actividades deben perseguir unos objetivos concretos para conseguir un desarrollo físico, psicomotriz e intelectual.
- Principio vivencial: El alumno aprende gracias a su experiencia, comportándose según lo que ve, tanto en casa como en el colegio.

- Principio de globalización: Se relacionan los nuevos aprendizajes con los que ya se tienen, trabajando todas las habilidades de manera integral. Se puede aplicar a través de la música, con lo que mejoran algunos aspectos la autonomía (manejando y construyendo instrumentos musicales) y las relaciones (cantando en grupo).
- Principio lúdico: Con el juego los niños disfrutan mientras mejoran los aspectos mentales, afectivos y sociales y crean relaciones significativas.
- Principio de la creatividad: Lo que se persigue es que los alumnos sean capaces de proponer soluciones originales a los desafíos planteados y se puede llevar a cabo mediante juegos.
- Principio de individualización y personalización: Enseñar a los alumnos teniendo en cuenta los temas que más les atraen y sus posibilidades para marcarse unos objetivos coherentes con su capacidad cognitiva.
- El aprendizaje significativo: El alumno va incorporando a su estructura cognitiva nuevos conocimientos, relacionándolos entre sí con una buena disposición.
- El aprendizaje por descubrimiento: El alumno debe investigar y organizar los contenidos antes de incorporarlos a los conocimientos que ya posee, teniendo al profesor como guía.
- El aprendizaje cooperativo: Para conseguir realizar la tarea de grupo con éxito, todos los alumnos deben conseguir los objetivos marcados. Gracias a este tipo de aprendizaje se aprende a trabajar tanto individualmente como en grupo y se mejora la responsabilidad, la tolerancia, la autoestima y la integración, siendo este tipo de aprendizaje más atractivo para los alumnos.

Para impartir una educación emocionalmente inteligente son los adultos los que deben trabajar con sus emociones y con las de los niños de una forma inteligente, constructiva, positiva y creativa en un ambiente realista y práctico. Los principios de esta educación son:

- Conocer los sentimientos propios y los ajenos.
- Entender las opiniones de los otros.
- Controlar los impulsos emocionales y de actuación.
- Proponerse metas pensando cómo alcanzarlas.
- Utilizar las habilidades sociales en las interacciones con los demás.

Hay que tener en cuenta que el positivismo es fundamental en la educación emocionalmente inteligente y su finalidad es crear niños autónomos y con un comportamiento

adecuado. Para ello debemos ayudarles, pero no solucionar sus problemas, son ellos los que deben reflexionar.

Los niños deben conseguir autocontrol y ser capaces de conocer sus sentimientos para dominar sus actuaciones, expresar sus intereses, elegir las mejores opciones y enfrentarse a sus puntos débiles. Esto es educable e importante para lograr una buena interacción social y debemos animar a los niños a que expresen sus sentimientos.

Además, ante los buenos comportamientos no deben darse recompensas inmediatas, ya que el objetivo puede ser la motivación, pudiendo ser esta de varios tipos:

- Material: Realizar algo para conseguir otra cosa.
- Social: Llevar algo a cabo para agradar o impresionar a alguien.
- Intrínseca: Hacer algo por la propia satisfacción que produce. Es la que se tiene que conseguir, deben hacer las cosas por su propia voluntad.

6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

TRABAJAR LA SOCIALIZACIÓN Y LAS EMOCIONES EN UNA CLASE DE MÚSICA

6.1. CONTEXTO ESCOLAR

La clase de 1º de Educación Primaria a la que va dirigida esta sesión cuenta con 25 estudiantes, 13 niñas y 12 niños. Dentro de dicho aula, encontramos un alumno que presenta TDA-H, el cual sale de su clase ordinaria para desarrollar sus clases en el aula de apoyo en las asignaturas de Matemáticas, Lengua Castellana e Inglés. En la materia de música está con el resto de sus compañeros y, por ello, el trabajo en grupo es algo muy importante para su integración.

Las actividades diseñadas van enfocadas a trabajar la socialización, las emociones y la música. Esto es así porque se ha comprobado que a algunos alumnos les cuesta reconocer las emociones de los demás, lo que da pie a una mala socialización, malas relaciones con los compañeros, problemas al hacer actividades en clase... Esto ha surgido a la hora de realizar las prácticas, de los problemas de convivencia vistos en un colegio de línea 2.

La clase que se utiliza para la asignatura de música es la misma en la que los alumnos desarrollan el resto de sus asignaturas, excepto educación física. Esta se dispone en una planta rectangular, en la que los alumnos están colocados por parejas o incluso en algunas ocasiones en parejas de tres. El alumno con TDA-H estará situado en la primera fila, alejado de las ventanas y de la puerta de entrada al aula para que así sea más fácil que preste atención.

Destacar la presencia de un armario compuesto por diferentes materiales educativos como los libros de texto y CDs interactivos, junto con el material a emplear en el aula (pegamento, tijeras, folios, cartulinas...).

Añadir que la clase presenta un corcho de grandes dimensiones, en el que aparecen diferentes hojas con el nombre de todos los alumnos, en el que se evalúa su comportamiento, actitud y la realización de las tareas.

Finalmente, se cuenta con diccionarios, los cuadernos de trabajo de los niños, un reproductor de CD y las normas de convivencia, fundamentales para lograr un buen ambiente.

Además el colegio dispone de algunos instrumentos musicales escolares, muy importantes en la asignatura de música, que son: claves, cajas chinas, panderos, crócalos, sonajas, xilófonos, metalófonos, carillones y triángulos.

6.2. DISEÑO DE ACTIVIDADES.

7.2.1. Propuesta 1: ¿Cómo estás?

- Competencias:
 - Comunicación lingüística: Los alumnos estarán trabajando la expresión, tanto escrita como oral, ya que tendrán que hacer entender a los demás utilizando solamente un papel cómo se sienten y por qué, qué les ha pasado, y a continuación tendrán que comentarlo todos juntos o en su caso proponer soluciones.
 - Aprender a aprender: Los alumnos deberán adquirir las estrategias necesarias para saber cómo reaccionar cuando tengan problemas similares a los de sus compañeros o cuando se repitan otra vez los suyos.
 - Competencias sociales y cívicas: A la hora de proponer soluciones deberán respetarse unos a otros e intentar ponerse de acuerdo, justificándolo, en qué propuesta es la más idónea.
 - Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: Serán los alumnos los que, por ellos mismos, contarán sus problemas a los demás y tratarán de dar soluciones a los ajenos o a los suyos propios.

- Objetivos:
 - Identificar y conocer sus emociones.
 - Expresar sus sentimientos desarrollando una mayor competencia emocional.
 - Proponer soluciones entre todos los miembros de la clase.

- Descripción de la actividad:

Se comenzará la clase explicando a los alumnos que se va a llevar a cabo durante todo el curso una actividad rutinaria que consiste en lo siguiente: El día que quieran al llegar de casa podrán dejar un papel, que el maestro habrá elaborado previamente, en la mesa del profesor diciendo cómo se sienten y por qué de una forma anónima.¹ De esta manera nadie tiene por qué saber quién tiene problemas. El profesor lo leerá después del recreo y todos podrán contribuir a dar soluciones. Con esto se empezará trabajando las emociones de uno mismo, cuáles son y por qué se producen, porque es necesario que esto esté consolidado para poder llegar a comprender las de los compañeros, que será el siguiente paso. Se realizará todos los días durante los diez primeros minutos de clase aproximadamente, dependiendo del número de situaciones que los alumnos quieran compartir.

¹ Ver anexo 1.

Por ejemplo, la educación emocionalmente inteligente, ante la ira, se basa en identificar cuándo se comienza a estar enfadado y en mantener la tranquilidad, debiendo hacerse esto cuando no se esté en estado de ira y, ante la tristeza, debe hablarse con los niños haciéndoles preguntas sobre sus emociones y escuchándoles y si fuese más persistente y afectase a su vida se debe pedir ayuda de profesionales.

7.2.2. Propuesta 2: El niño egoísta

- Competencias:
 - Comunicación lingüística: Se hará uso de esta competencia durante toda la actividad, primero hablando sobre cómo se puede sentir un niño egoísta y a continuación, por medio de la canción.
 - Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: Los niños tendrán que interiorizar cuándo deben tocar sus instrumentos para hacer los ritmos adecuadamente.
 - Competencias sociales y cívicas: Durante toda la propuesta trabajarán todos los alumnos juntos, por lo que entre ellos deberán ayudarse y tratar de crear un clima en el que todos estén lo más a gusto posible.
 - Conciencia y expresiones culturales: Los alumnos tendrán que expresarse tanto vocal como instrumentalmente y con gestos.

- Objetivos:
 - Expresarse vocal e instrumentalmente y por medio de la danza.
 - Trabajar el ritmo.
 - Hablar del egoísmo relacionándolo con los sentimientos negativos que de él se derivan.

- Descripción de la actividad:

Se trata de una canción en la que se enseña a los alumnos la nota “mi” y se llama “El niño egoísta”.²

Actividad 1: Antes de interpretar la canción se hablará sobre cómo se puede sentir un niño egoísta y otro que no lo es y lo que hace sentir a los que están con él. De esta manera se trabajarán las emociones con algo que todos pueden entender.

² Ver anexos 2 y 3.

Actividad 2: Esta canción se enseñará por imitación, que es la metodología más eficaz con alumnos pequeños y que además no tienen conocimientos musicales. Para que sea más fácil y más motivador se realizarán gestos que acompañen a la canción.³

Actividad 3: Además, como el número de instrumentos musicales escolares es limitado, después de haber aprendido la canción y el baile, se dividirá a los alumnos en dos grupos. Uno de ellos realizará el baile de nuevo y el otro tocará distintos ritmos dependiendo del instrumento que el profesor asigne a cada alumno.⁴

Los ritmos se intentarán enseñar directamente con los instrumentos también mediante imitación pero si les resulta muy complicado para interiorizar el ritmo se realizará en primer lugar con palmas.

Actividad 4: Por último, los alumnos realizarán una reflexión en la que pensarán si ellos son egoístas para analizar los pros y los contras que esto tiene.⁵

7.2.3. Propuesta 3: ¿Cuál es el lugar correcto?

- Competencias:
 - Comunicación lingüística: Se trabajará tanto por medio de la comunicación oral en las interacciones con los compañeros y con el profesor, como por la comunicación gestual para adivinar las emociones de algunos personajes.
 - Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: Se tendrá que medir correctamente aunque no sea de una manera formal al ejecutar los ritmos.
 - Aprender a aprender: Se darán a los alumnos las estrategias necesarias para que puedan aplicar lo hecho en clase al mundo donde ellos viven, por ejemplo en cuanto a reconocer las emociones y a realizar percusión corporal.
 - Competencias sociales y cívicas: Los alumnos trabajarán de manera grupal, para lo que tendrán que ponerse de acuerdo y llegar a las mejores soluciones.
 - Conciencia y expresiones culturales: Los alumnos manifestarán su creatividad mediante la expresión vocal y harán uso también de la instrumental utilizando para ello la percusión corporal.

³ Ver anexo 4.

⁴ Ver anexo 5.

⁵ Ver anexo 6.

- Objetivos:
 - Reconocer las emociones de los demás comprobando el papel tan importante que juega la música en ello, tanto en las películas y como en las audiciones.
 - Inventar una letra diferente para una canción muy conocida haciendo uso de la creatividad.
 - Adoptar una actitud positiva ante la vida.
 - Trabajar en grupo.

- Descripción de la actividad:

Actividad 1: Se pondrá un vídeo. En él habrá diferentes partes de películas Disney (Aladín, Hércules, Alicia en el país de las Maravillas, Monstruos S.A., El Emperador y sus Locuras y Princesa por Sorpresa 2) en el que se podrán reconocer emociones fácilmente. Los niños estarán sentados en el suelo en un círculo creando un ambiente cercano y desde ahí verán el vídeo. En la clase habrá distribuidos distintos carteles, en los que pondrá: Alegría, tristeza, enfado, sorpresa... el profesor irá parando el vídeo en cada trozo de película y los niños deberán dirigirse hacia la zona que crean que es la adecuada según los sentimientos que identifiquen y cuando el profesor grite ¡ya! Volverán al sitio para comentarlo.

Actividad 2: A continuación se pondrá otro vídeo. En este habrá también partes de películas pero con música para así también trabajar la Educación Musical (El Rey León, Buscando a Nemo, Dumbo, Bambi y La Cenicienta). Con ello se puede ver que la música tiene una gran importancia para hacer experimentar al espectador distintos sentimientos. Con este también deberán situarse en el cartel más acorde a lo que han visto y oído y proceder de igual forma.⁶

Actividad 3: Por último, se intentará hacer con algo no visual, es decir con audiciones. Estas serán:

- ✓ Vivaldi, Antonio Lucio. Las Cuatro Estaciones “La Primavera”. (Alegría).
- ✓ Beethoven, Ludwig Van. Historia de amor. (Tristeza).
- ✓ Debussy, Claude. Diálogo del viento y el mar. (Miedo).
- ✓ Haydn, Joseph. Sinfonía nº 94 segundo movimiento “La Sorpresa”. (Sorpresa).
- ✓ Satie, Erik. Gymnopédie Nº 1. (Relajación).

Después los alumnos tomarán más protagonismo en las actividades.

⁶ Ver anexo 7.

Actividad 4: Una vez hecho esto, se hablará de los personajes de la película de “Blancanieves y los siete enanitos”. Es una buena propuesta porque los nombres de los enanitos son emociones o pueden ir asociadas a ellos:



Se hablará de cada uno de ellos diciendo cuáles son sus características y quién les gustaría más ser y por qué.

Actividad 5: A continuación, se dividirá la clase en grupos de siete aproximadamente (puede haber algún grupo con más o menos miembros dependiendo del número de alumnos de la clase) y se dirá a los alumnos en qué consiste la actividad que van a hacer. Primero se sentarán por grupos en el suelo y mirarán a la pizarra digital para ver la escena de la película en la que los enanitos cantan la canción de “Heigh-ho”. Después la tendrán que escenificar y para ello tendrán que aportar ideas, participando todos los miembros de cada grupo, por lo que tendrán que trabajar en equipo y respetar todas las propuestas. Pero el trabajo no termina aquí, deberán cambiar la letra utilizando las siguientes palabras: Cantar – Amigos – Divertido – Alegres.

Actividad 6: Más tarde, mientras el profesor toca la melodía de esta canción, los alumnos deberán hacer una parte instrumental que se llevará a cabo con la percusión corporal que el profesor propondrá y que previamente se habrá practicado.⁷

Actividad 7: Todos juntos cantarán la letra original de la canción mientras se ríen.

La risa provoca muchas modificaciones en nuestro organismo: llega más oxígeno a nuestro cerebro, lo que hace que pensemos más claramente; se relajan nuestros músculos... Y todo ello hace que tengamos una mente más abierta y más clara para el aprendizaje, con lo cual, el sentido del humor es un buen ingrediente para la educación teniendo en cuenta que se modifica en las distintas etapas de la vida.

⁷ Ver anexos 8 y 9.

Actividad 8: Por último se realizará una reflexión en la que los alumnos deberán tener en cuenta si han sabido cuáles eran las emociones que han visto en los vídeos, si ellos mismos se han sentido identificados con alguno de ellos y su opinión respecto al trabajo en grupo.⁸

6.2.4. Propuesta 4: Las estatuas

- Competencias:
 - Comunicación lingüística: Se trabajará por medio de la expresión gestual.
 - Aprender a aprender: Se mostrará a los alumnos cómo reconocer emociones.
 - Competencias sociales y cívicas: Todos los alumnos trabajan juntos, por lo que unos aprenden de otros.

- Objetivos:
 - Expresar emociones.
 - Identificar y conocer los sentimientos de los demás a través de su exteriorización, principalmente por el reconocimiento facial.
 - Desarrollar una mayor competencia emocional.

- Descripción de la actividad:

Actividad 1: Los alumnos bailarán por la clase. Cuando el profesor baje el volumen de la música dirá en alto una emoción y todos la deberán representar por medio de la expresión facial y gestual. Estas irán más allá de las básicas:

- Alegría.
- Tristeza.
- Miedo.
- Sorpresa.
- Ira.
- Vergüenza.
- Asco.
- Amor.
- Confusión.

Actividad 2: Después, algunos niños saldrán un momento de la clase y volverán a entrar para decir cuál es la emoción que sus compañeros expresan utilizando para ello la observación.⁹

⁸ Ver anexo 10.

6.2.5. Propuesta 5: La música es mágica

- Competencias:
 - Comunicación lingüística: Estará presente en las interacciones entre alumno-profesor y alumno-alumno.
 - Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: Se hará uso de ella a la hora de medir las pulsaciones y seguir todos un ritmo cuando compongan su pieza.
 - Aprender a aprender: Adquirir las estrategias básicas para después poder aplicarlo en su día a día y en situaciones o en actividades cada vez más complejas.
 - Competencias sociales y cívicas: Los alumnos en grupo deberán ponerse de acuerdo en cómo realizar su producto final.
 - Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: Los niños tendrán que trabajar en grupo aportando ideas y organizándose entre todos.
 - Conciencia y expresiones culturales: Se trabajará el plano instrumental, primero simplemente por medio de la audición y a continuación por medio de la expresión.

- Objetivos:
 - Relacionar los sentimientos con la música.
 - Comprobar la respuesta fisiológica que la música produce en el organismo.
 - Componer una melodía que transmita un sentimiento.
 - Desarrollar la habilidad para generar emociones.
 - Trabajar en grupo respetando todas las ideas que surjan.

- Descripción de la actividad:

Actividad 1: El profesor elegirá una audición relajante y otra muy movida. Los niños podrán expresarse libremente y después de cada una de ellas se tomarán las pulsaciones. De esta manera se podrá ver cómo la música, al transmitirnos una cosa u otra y expresarlo, hace que nuestros latidos vayan más lentos o más rápidos, es decir, que nos lleven a una sensación de reposo o nos activen. De esta manera, si los alumnos en alguna ocasión notan que están muy nerviosos, podrán decir al profesor que ponga música relajante antes de empezar la clase para que se pueda desarrollar mejor. Además, también se podrá decir a los alumnos que hagan un

⁹ Ver anexo 11.

dibujo sobre lo que se hayan imaginado con las obras que han escuchado y escriban el sentimiento que les han producido.

Actividad 2: A continuación, se dividirá la clase en cuatro grupos para que cada uno componga una línea rítmica con expresión vocal sencilla en función del sentimiento que se les asigne que deban conseguir transmitir: alegría, tristeza, relajación y nerviosismo.¹⁰ Podrán utilizar cualquier instrumento escolar de los que disponga el colegio, su propia percusión corporal o cualquier otro objeto que deseen que pueda haber en el aula. Todos los miembros del grupo deberán aportar ideas y participar.

Cuando los grupos expongan lo que han compuesto, los demás deberán estar con los ojos cerrados y cuando terminen les abrirán y por grupos hablarán de lo que han sentido escuchando las piezas que sus compañeros han tocado. Entre todos se hablará de por qué creen que querían transmitir esa emoción y el grupo que lo ha interpretado dirá si están en lo cierto.

¹⁰ Ver anexos 12, 13, 14, 15 y 16.

7. EVALUACIÓN

7.1. Evaluación de las aplicaciones didácticas

La evaluación que se realiza a los alumnos puede ser:

- Inicial, para saber de dónde hay que partir.
- Continua, en la que importa más la evolución de cada alumno que el producto.
- Formativa, que comunica el desarrollo del alumno.
- Sumativa, que se realiza al final.
- Criterial, de cada uno de los alumnos.

La evaluación se realiza a los alumnos, pero también al profesor y a la programación, observando si el proceso de aprendizaje se ha llevado a cabo de manera eficaz. Además, los alumnos deben saber antes de comenzar el curso o las actividades cómo se les va a evaluar.

La finalidad de la evaluación, como nos dice A. Zabala (1995) debe ser aprender para los alumnos (no solo aprobar) y enseñar para el profesor, y debería servir para motivar al alumno ya que los resultados tendrían que ser siempre buenos.

Para finalizar, decir que debemos tener en cuenta la edad y el desarrollo del alumnado. A medida que se avanza en los cursos se irán perfeccionando sus habilidades, siendo mayor el nivel de exigencia que el maestro les pedirá.

7.2. Evaluación del propio trabajo

Para evaluar los aspectos del propio docente se utilizará una tabla con varios ítems y una escala de nunca a siempre, según la realización de estos, como la siguiente:

ÍTEMS	Nunca	Casi nunca	Casi siempre	Siempre
Planifico las actividades que voy a llevar a cabo previamente				
La exposición de la información es clara				
Relaciono los nuevos conocimientos de los alumnos con los que ya poseen				
Soy capaz de modificar algunas actividades sobre la marcha si no tienen el efecto que esperaba				
Compruebo que todos los alumnos alcancen los objetivos que previamente había marcado				
Estructuro las clases con coherencia y asignando a cada actividad un tiempo adecuado para su realización				
Ayudo a identificar la información más importante en las tareas				
Utilizo recursos motivantes y visuales				
Predomina una atmósfera distendida en la que los alumnos pueden participar con un orden				
Soy receptivo y estoy dispuesto a ayudar a los alumnos				
Organizo las clases introduciendo el trabajo cooperativo				
Propongo una gran variedad de actividades con las que se puedan alcanzar las diferentes competencias				
Estoy en constante comunicación con los padres o tutores				
Evalúo a los alumnos con unos ítems fijos pero siempre teniendo en cuenta la dificultad de la que se parte				

8. CONCLUSIÓN

La Educación Emocional es algo muy reciente pero se está implantando cada vez más en las aulas por los beneficios que aporta a los alumnos. La Música está muy relacionada con las emociones ya que escuchando diferentes piezas musicales podemos experimentar muchos sentimientos y, por ello, realizar estas y otras propuestas en la clase de música me parece muy adecuado.

La elaboración de este trabajo ha supuesto para mí una gran labor de recopilación de diferente material tanto sobre la música como sobre las emociones y de cómo educar a los alumnos en estos dos aspectos teniendo en cuenta su desarrollo integral, documentándome y analizando los puntos de vista de diferentes psicopedagogos.

Para realizar este trabajo me he servido de la experiencia vivida en las prácticas, ya que contaba con un contexto y unos alumnos reales y de esta manera era más fácil plantearlo y conocer cuáles podían ser los puntos débiles de los niños y aquellos en los que se podía hacer mayor hincapié.

Además, hay que tener en cuenta que vivimos en un mundo en el que las relaciones están muy presentes de forma virtual. Esto tiene ventajas, no lo podemos dudar, pero la comunicación cara a cara es muy importante. Nada puede reemplazar nuestras necesidades afectivas y, por ello, trabajarlas en el colegio es esencial ya que no sabemos cómo es la educación de los alumnos en este plano en sus casas, aunque lo ideal sería que tanto las familias como el Centro se pusiesen de acuerdo para seguir una línea común y ayudar a los niños en su formación.

Es algo que hay que trabajar desde la niñez porque es el momento clave en el que los alumnos absorben todos los conocimientos y son capaces de expresarse de forma espontánea, lo que permitirá al maestro encauzar sus emociones de una forma pedagógica y adecuada.

Estas propuestas no han sido llevadas a la práctica, simplemente son un diseño, por lo que no puedo evaluar los resultados que de ellas se desprenden, pero en mi opinión, puede ser una forma divertida y motivadora de trabajar la Educación Emocional en una clase de música en la que se introducen tanto las audiciones como la expresión vocal e instrumental y la danza.

Creo que este trabajo me puede servir en el futuro ya que las actividades planteadas pueden introducirse perfectamente en una clase debido a que no hace falta disponer de un material abundante y específico, únicamente de una pizarra digital en una de ellas, aunque se podría subsanar modificando su planteamiento.

Ester Álvarez Ruiz
La Educación Musical y la Educación Emocional

La música es la llave que nos permitirá acceder de forma directa al mundo emocional del alumno en sus distintas etapas educativas.

9. REFERENCIAS

- Bisquerra Alzina, R. (2003) Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, Vol. 21, nº1, págs. 7-43.
- Bisquerra Alzina, R. (2010) *Orientación psicopedagógica y educación emocional en la educación formal y no formal*. <http://www.uhu.es/agora/version01/digital/numeros/02/02-articulos/monografico/bisquerra.htm> (Consulta: 10 de mayo de 2015)
- Camazón Portela, M^a. S. (2015) *Educación para la vida a través de las emociones en la etapa de educación infantil*. <https://www.youtube.com/watch?v=1v7cSx6TzMQ> (Consulta: 15 de junio de 2015)
- Conde Martín, C. (2007) *Tipos de aprendizaje*. <http://www.pedagogia.es/tipos-de-aprendizaje/> (Consulta: 15 de mayo de 2015)
- Conejo Rodríguez, P. A. (2012). El valor formativo de la música para la educación en valores. *Dedica. Revista de Educação e Humanidades*, 2, 263-278.
- Diccionario de la Real Academia Española. <http://buscon.rae.es/drae/srv/search?id=mrTCGZ1jGDXX2Spz9U29> (Consulta: 25 de junio de 2015)
- Elias, M. J., Tobias, S. E. y Friedlander, B. S. (1999). *Educación con inteligencia emocional. Cómo conseguir que nuestros hijos sean sociables, felices y responsables*. Plaza y Janes. Barcelona.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004) El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional. Ventajas e inconvenientes con respecto a las medidas de auto-informe, 59-77.
- Fabiana Faga, M. (2005). *Usos y funciones de la música, reseña. Entremúsicas. Música, investigación y docencia*. <http://entremusicas.com/investigacion/files/2008/04/usuarios-y-funciones.pdf> (Consulta: 05 de abril de 2015).
- Gallego García, C. I. (2001). Educación la Inteligencia Emocional de los niños con la música. *Filomúsica. Revista de música culta*, 20. <http://www.filomusica.com/filo20/nino.html> (Consulta: 03 de marzo de 2015).

- Gómez, J. M. (2015) *Intervención de educación emocional en los colegios SEK España*. <https://hermandadblanca.org/intervencion-educacion-emocional-los-colegios-sek-espana/#> (Consulta: 15 de junio de 2015).
- Guerrero Gómez, C. (2012) *Principios metodológicos y métodos de enseñanza*. <http://es.slideshare.net/CynthiaGuerreroGmez/power-point-principios-metodologicos> (Consulta: 15 de mayo de 2015).
- Jarque García, J. (2014) *Mundo primaria*. <http://www.mundoprimaria.com/pedagogia-primaria/el-aprendizaje-cooperativo.html> (Consulta: 15 de mayo de 2015).
- Lacárcel Moreno, J. (2003). Psicología de la música y emoción musical. *Universidad de Murcia. Educatio*, 20-21.
- Lacárcel Moreno, J. (1992). La psicología de la música en la Educación Primaria: El desarrollo musical de seis a doce años. *Revista Interuniversitaria de Formación del profesorado*, 13, 35-52.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.
- Maravillas Díaz, A. G. (2012) *Pedagogos musicales*. <http://es.slideshare.net/Mayra-77/pedagogos-musicales> (Consulta: 15 de mayo de 2015).
- Martín Bravo, C. y Navarro Guzmán, J. I. (2011). *Psicología del Desarrollo Para Docentes*. Luca de Tena. Madrid.
- Martín Fernández, J. M. (2014). *Descubriendo la Música. Partituras para Flauta Dulce*. http://www.google.es/imgres?imgurl=http://3.bp.blogspot.com/-xX7ORN9el5c/Uwpl4w1DQGI/AAAAAAAAACOU/IZ9TdrGu_28/s1600/Heig%252BHo.01.png&imgrefurl=http://escuelapedrerahuertas.blogspot.com/2014/02/heigh-ho.html&h=1400&w=1600&tbnid=yEVjITmwRFbXgM:&zoom=1&docid=VaPqMLjfcw91QM&ei=FcN9VduyOIyxUfiXi-AM&tbnid=isch&ved=0CCkQMvgKMApqFQoTCJuRldDjj8YCFYxYFAod-MsCzA (Consulta: 03 de junio de 2015).
- Martín Vicente, R., Blanco Rodríguez, H. y Rubio Hernández, M^a. L. (2011) Proyecto de educación emocional.
- Mosquera Cabrera, Ileana (2013). Influencia de la música en las emociones: una breve revisión. *Realitas. Corporación Universitaria Reformada, Programa de Psicología*, Barranquilla, Colombia, vol. 1, n° 2, 34-38.

- New York-Presbyterian. <http://nyp.org/espanol/library/radiology/pet.html> (Consulta: 30 de mayo de 2015).
- ORDEN ECI/2211/2007, de 12 de julio, por la que se establece el currículo y se regula la ordenación de la Educación primaria.
- Pacheco Lora, L. C. y Gómez, D. (2006) *Los tipos de aprendizaje*. http://www.aves.edu.co/cursos/liberados/7_aprendizaje_autonomo/xml/transformacion.php?xml=../xml/u212.xml&xsl=../xml/leccion.xsl (Consulta: 15 de mayo de 2015).
- Pascual Mejía, P. (2002). *Didáctica de la Música para Primaria*. Posadas. Madrid.
- Peñalver Vilar, J. M^a. (2011) El valor humano de la improvisación musical.
- Punset, E. y Punset, E. (2013) *Programa Redes: El Aprendizaje social y emocional. Las habilidades para la vida, n° 157* <https://www.youtube.com/watch?v=Vsg48QC1HJ8&t=1682> (Consulta: 06 de marzo de 2015).
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.
- Sastre Morcillo, P. M^a. (2014). La inteligencia emocional en el aprendizaje de los alumnos de Enseñanzas de Régimen Especial en los Conservatorios de Música. *Dedica. Revista de Educação e Humanidades*, 6, 187-198.
- (2010). Temas para la Educación. Características básicas del desarrollo psicoevolutivo de los niños y niñas de los 6 a los 12 años y sus implicaciones en el proceso educativo. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, n° 10. <http://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7425.pdf> (Consulta: 25 de abril de 2015).
- Tomatis, A. (1996). *9 meses en el paraíso. Historias de la vida prenatal*. Biblèria. Barcelona.
- Trujillo Flores, M. M. y Rivas Tovar, L. A. (2005) Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *INNOVAR, Revista de Ciencias Administrativas y Sociales*. Universidad Nacional de Colombia. <http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v15n25/v15n25a01.pdf> (Consulta: 25 de abril de 2015).
- Valles del Pozo, M. J. (2009) Música y educación. *Revista Electrónica de Desarrollo de Competencias (REDEC)*, vol. 2, n°. 4.

<http://www.educandus.cl/ojs/index.php/fcompetencias/article/viewFile/53/57>

(Consulta: 30 de mayo de 2015).

Willems, Edgar (2011) *Las bases psicológicas de la educación musical*.

<https://books.google.es/books?id=V8Z0AgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false> (Consulta: 30 de mayo de 2015).

(2011) Música 2º Primaria. CD del profesor. Proyecto Los Caminos del Saber. Santillana.

10. ANEXOS

10.1. ANEXO 1. PROPUESTA 1: ¿CÓMO ESTÁS?

	¿CÓMO ESTÁS?	
Hoy me siento		
Porque		
.....		
		

10.2. ANEXO 2. PROPUESTA 2: EL NIÑO EGOÍSTA (LETRA)

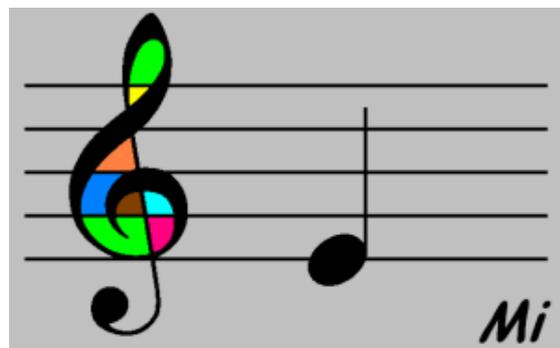
LA NOTA MI, EL NIÑO EGOÍSTA (LETRA)



El niño egoísta todo lo quería,
el niño egoísta todo lo quería.
Aunque no era eso, lo peor que hacía,
el niño egoísta nada compartía
Mi libro, mi juego, todo es para mí,
y del pentagrama hasta la nota mi.

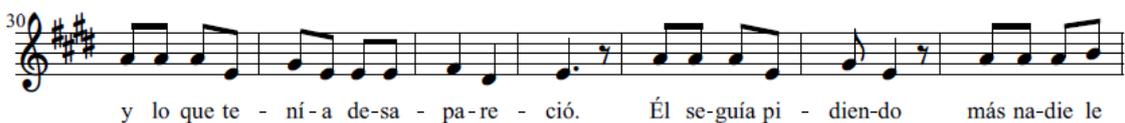
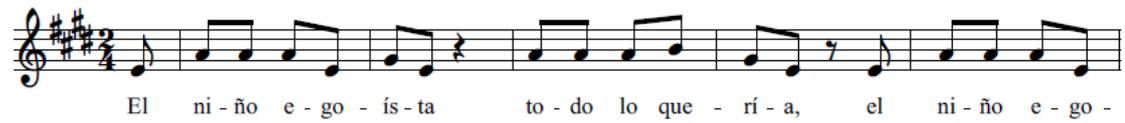
Mi libro, mi juego, todo es para mí,
y del pentagrama hasta la nota mi.

Hasta que un buen día,
todo esto cambió
y lo que tenía desapareció.
Él seguía pidiendo más nadie le daba,
y poquito a poco su vida cambiaba.
Mi libro, mi juego quiero compartir,
y del pentagrama hasta la nota mi.
Mi libro, mi juego quiero compartir,
y del pentagrama hasta la nota mi.



10.3. ANEXO 3. PROPUESTA 2: EL NIÑO EGOÍSTA (PARTITURA)

La nota mi, el niño egoísta



10.4. ANEXO 4. PROPUESTA 2: EL NIÑO EGOÍSTA (GESTOS)

***Introducción: 2 corcheas a la derecha, 1 negra a la izquierda, con palmas. x8.**

El niño egoísta todo lo quería,
el niño egoísta todo lo quería.

***Cara de enfadados y los brazos en jarras, 4 veces ir cambiando en cada verso.**

Aunque no era eso, lo peor que hacía,

***Decir que no con el dedo dos veces.**

el niño egoísta nada compartía

***Cuando se oye nada compartía cruzar los brazos.**

Mi libro, mi juego, todo es para mí,

***Palma izq. hacia arriba, palma dcha. hacia arriba, abrazarse a sí mismos.**

y del pentagrama hasta la nota mi.

***Deslizar los dedos índice y corazón en forma de V por delante de los ojos con la mano izq. de dcha. a izq. y con la mano dcha. de izq. a dcha.**

Mi libro, mi juego, todo es para mí,

***Idem.**

y del pentagrama hasta la nota mi.

***Idem.**

***Instrumental: Como la introducción. X8.**

Hasta que un buen día,

todo esto cambió

***Levantar los brazos e irles bajando en forma de círculo a la vez.**

y lo que tenía desapareció.

***Juntar los brazos en el centro y llevarles hacia fuera.**

Él seguía pidiendo más nadie le daba,

y poquito a poco su vida cambiaba.

***Con las palmas hacia arriba ir haciendo como que se pide.**

Mi libro, mi juego quiero compartir,

***Palma izq. hacia arriba, palma dcha. hacia arriba, poner las dos hacia arriba en actitud de ofrecer a los demás.**

y del pentagrama hasta la nota mi.



***Deslizar los dedos índice y corazón en forma de V por delante de los ojos con la mano izq. de dcha. a izq. y con la mano dcha. de izq. a dcha.**

Mi libro, mi juego quiero compartir,

***Idem.**

y del pentagrama hasta la nota mi.

***Idem.**



10.5. ANEXO 5. PROPUESTA 2: EL NIÑO EGOÍSTA (INSTRUMENTOS Y RITMOS)

Los instrumentos escolares y sus ritmos serán (cada uno dos versos de la canción):



Pandero: 2 corcheas, silencio de negra. X7. (Introducción).

Crótalos y triángulos: negras. x8.

Cascabeles y panderetas: corcheas. X16.

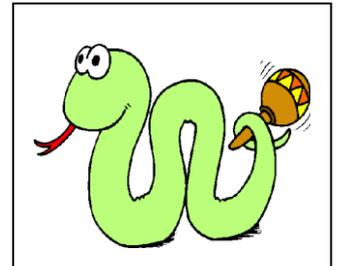
Claves y cajas chinas: 2 corcheas, 2 negras. x8

Pandero: 2 corcheas, silencio de negra. X7.

Crótalos y triángulos: negras. x8.

Cascabeles y panderetas: corcheas. X16.

Claves y cajas chinas: 2 corcheas, 2 negras. x8



Todos tocan hasta que la canción acabe sin un ritmo fijo.



10.6. ANEXO 6. PROPUESTA 2: EL NIÑO EGOÍSTA (REFLEXIÓN)



¿Soy egoísta?

¿Conozco a alguien que lo sea?

¿Me gusta o me gustaría ser así?

¿Qué ventajas tiene?

¿Qué inconvenientes tiene?

¿Es importante ayudar a todos los compañeros o solamente a aquellos con los que mejor me llevo?



10.7. ANEXO 7. PROPUESTA 3: ¿CUÁL ES EL LUGAR CORRECTO?

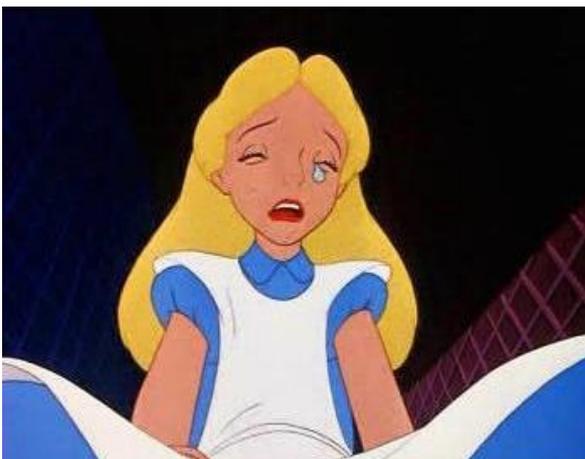
Videos actividad 1:



Alegría



Enfado



Tristeza



Miedo



Asco



Asombro

Vídeos actividad 2:



Alegría



Miedo



Enfado



Tristeza



Asombro

10.8. ANEXO 8. PROPUESTA 3: ¿CUÁL ES EL LUGAR CORRECTO?

Heigh-Ho

Blancanieves y los Siete Enanitos

Allegro

7

13

21

28

32

1. 2.

10.9. ANEXO 9. PROPUESTA 3: ¿CUÁL ES EL LUGAR CORRECTO?

HEIGH-HO (PERCUSIÓN CORPORAL)

-Los compases de introducción serán de espera.

-Los ritmos serán con corcheas.

Las tres veces que los enanitos dicen Heigh-ho al principio se hará lo siguiente:

Golpe de la mano izquierda contra la mesa, golpe de la mano derecha contra la mesa x7.

Después de que dicen en la siguiente Heigh-ho se darán dos palmadas a la izquierda y en la siguiente dos palmadas a la derecha.

Palmada, muslo izquierdo, muslo derecho x9.

Dar sobre la mesa con el dedo índice de la mano izquierda x2, dedo índice de la mano derecha x2. Esto x6 y en la última repetición el dedo índice de la mano derecha solo una vez.

Palmada, muslo izquierdo, muslo derecho x5.

Después de que dicen en la siguiente Heigh-ho se darán dos palmadas a la izquierda y en la siguiente dos palmadas a la derecha.

Dar sobre la mesa con dedo índice de la mano izquierda x2, dedo índice de la mano derecha x2. Esto x2.

Palmada, muslo izquierdo, muslo derecho x4.

Dar sobre la mesa con dedo índice de la mano izquierda x2, dedo índice de la mano derecha x2. Esto x2.

Palmada, muslo izquierdo, muslo derecho x4.

Dar sobre la mesa con dedo índice de la mano izquierda x2, dedo índice de la mano derecha x2. Esto x2.

Palmada, muslo izquierdo, muslo derecho x4.



10.10. ANEXO 10. PROPUESTA 3: ¿CUÁL ES EL LUGAR CORRECTO? (REFLEXIÓN)



¿Me he sentido identificado con alguno de los vídeos?

¿He sabido cómo se sentía cada personaje?

¿Lo he visto alguna vez en el día a día?

¿Se cómo actuar cuando a mí me pasa cada una de esas situaciones?

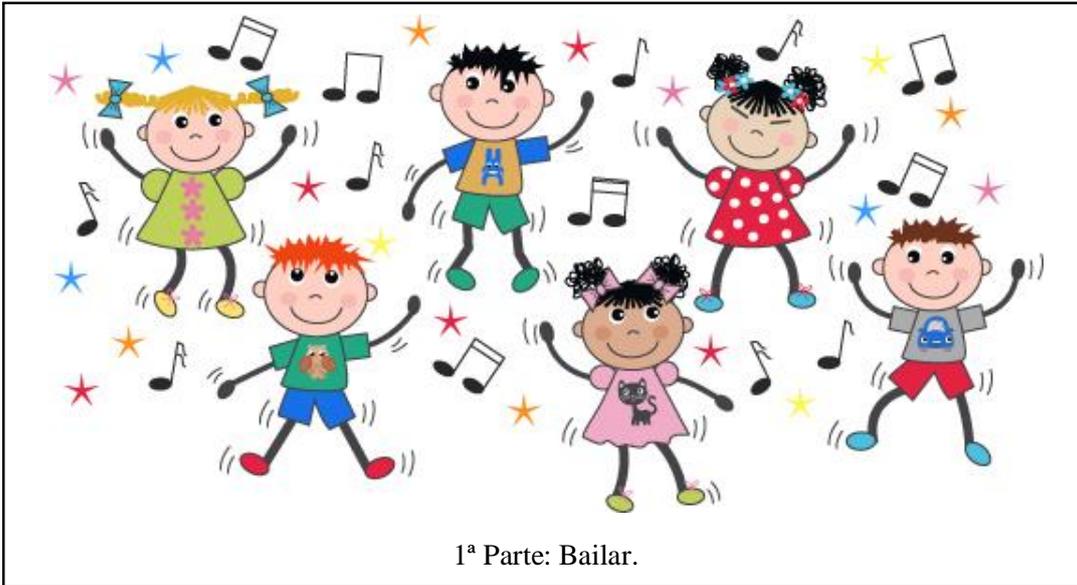
¿Y cuándo les pasa a los demás?

¿Me ha gustado trabajar en grupo?

¿Qué es lo que más me ha gustado de esta actividad?



10.11. ANEXO 11. PROPUESTA 4: LAS ESTATUAS.



Ejemplo 2ª parte: Mostrar alegría



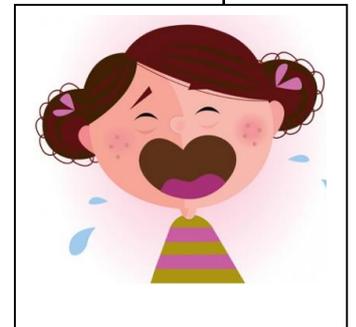
Ejemplo 2ª parte: Mostrar tristeza

10.12. ANEXO 12. PROPUESTA 5: LA MÚSICA ES MÁGICA.

1ª Parte



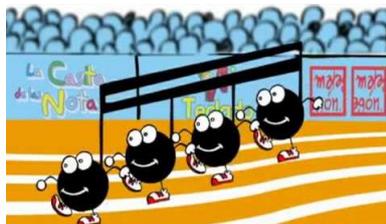
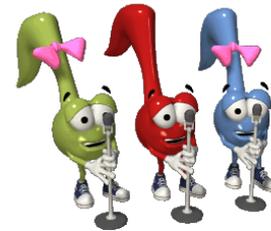
2ª Parte: Composición



10.13. ANEXO 13. PROPUESTA 5: LA MÚSICA ES MÁGICA.

La pieza que debéis interpretar tendrá que transmitir a vuestros compañeros:

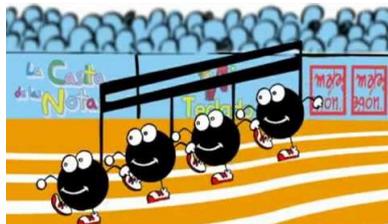
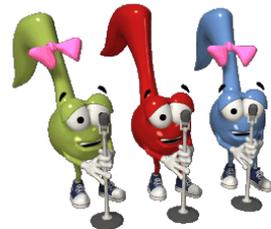
ALEGRÍA



10.14. ANEXO 14. PROPUESTA 5: LA MÚSICA ES MÁGICA.

La pieza que debéis interpretar tendrá que transmitir a vuestros compañeros:

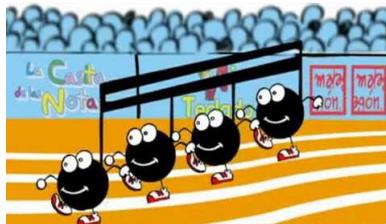
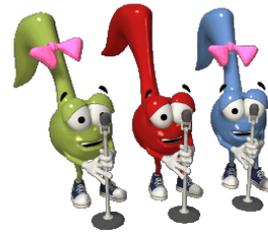
TRISTEZA



10.15. ANEXO 15. PROPUESTA 5: LA MÚSICA ES MÁGICA.

La pieza que debéis interpretar tendrá que transmitir a vuestros compañeros:

RELAJACIÓN



10.16. ANEXO 16. PROPUESTA 5: LA MÚSICA ES MÁGICA.

La pieza que debéis interpretar tendrá que transmitir a vuestros compañeros:

NERVIOSISMO

