



**UNIVERSITAT
JAUME·I**

TRABAJO FINAL DE GRADO EN MAESTRA DE EDUCACIÓN PRIMÀRIA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

LA FUERZA DE LA MÚSICA EN LAS EMOCIONES

Alumna: Tamara Guillén Díaz

Tutor de TFG: Alberto Cabedo Mas

Música en valores

4º Magisterio.

ÍNDICE

1. RESUMEN	3
2. PALABRAS CLAVES	3
3. INTRODUCCIÓN JUSTIFICACIÓN	3
4. <i>METODOLOGÍA (PROYECTO)</i>	4-5
5. <i>OBJETIVOS</i>	5
6. FUNDAMENTOS TEÓRICOS	5-8
6.1 CONCEPTO Y AUTORES RELEVANTES PARA LA EDUCACIÓN EMOCIONAL	6
6.2 ESTUDIOS SOBRE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA MÚSICA.....	7
6.3 QUÉ PROVOCA LA MÚSICA Y QUE INFLUENCIAS TIENE LA MÚSICA SOBRE LAS EMOCIONES.....	7-8
6.4 LA FORMACIÓN DEL PROFESORADO	8
6.5 IMPORTANCIA Y BENEFICIOS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA ESCUELA	8
6.6 POR QUÉ TRABAJAR LA EXPRESIÓN CORPORAL Y MÚSICA	9
7 PROPUESTA DE ACTIVIDADES Y GUIÓN PARA EL PROFESORADO	8-21
8 CONCLUSIONES	22
9 BIBLIOGRAFIA	22-24
10 ANEXOS.....	25-30

1. RESUMEN

En este trabajo nos adentramos en la educación emocional en relación con la música dentro de las escuelas. Para ello, hemos realizado un proyecto en un centro educativo de primaria e infantil, realizando la intervención en un curso concreto. Nos proponemos como principal objetivo conocer y analizar la situación emocional, trabajar la inclusión y el desarrollo integral de los niños. El programa de educación emocional que se plantea es, un plan actividades motivadoras que muestran la existencia de una gran relación entre emoción y música. Se usa una metodología dinámica, activa y dinamizadora, partiendo siempre de la observación directa y de una actitud colaborativa con los niños. Para que se pueda llevar a cabo el proceso es necesaria una colaboración por parte del docente y la comunidad educativa, es decir, coordinación con el tutor de clase, así como la aprobación y coordinación con la especialista en educación musical, ya que este programa se llevará a cabo durante las sesiones de música. Se ha programado durante 3 meses las diferentes propuestas de actividades, empleando 1 sesión semanal al proyecto. Todo el proceso favorece la comunicación, el conocimiento de las propias emociones y la de los demás, por tanto es muy importante el papel del docente para el desarrollo de la inteligencia emocional.

2. PALABRAS CLAVE

Educación emocional, regulación emocional, música y emociones, sentimientos, expresión corporal, integración autoestima, habilidades sociales, autocontrol, aprendizaje cooperativo, escucha.

3. INTRODUCCIÓN- JUSTIFICACIÓN

“La disposición emocional del alumno determina su habilidad de aprender”, (Platón, 2014), los docentes y profesionales de la educación han de ser conscientes de su importancia.

Las emociones son sensaciones que experimentamos cuando sentimos miedo, tristeza, felicidad. En este proyecto proponemos diferentes maneras de tratar estos aspectos mediante juegos, a través de una serie de actividades para que docentes o educadores puedan utilizarlas en cualquier momento.

En educación se habla de personalidad, pero se debe encaminar mejor este concepto y trabajarlo adecuadamente. El desarrollo cognitivo debe trabajarse junto con el desarrollo emocional.

El proyecto parte de mi experiencia personal sobre estos contenidos. Antes no se le daba importancia a estos términos y no se trataban nunca, pero sigue siendo un problema en la educación actual. Olvidamos cuál es el verdadero objetivo de la educación: favorecer el desarrollo integral de los niños. Debemos tener presente que “La educación para el siglo XXI tiene que estructurarse en torno a cuatro pilares básicos: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser”. Informe Delors (UNESCO 1996,).

El proyecto que se lleva a cabo tiene en cuenta los principales componentes que abarcan la educación emocional; autoestima, autocontrol, habilidades sociales, habilidades para la vida, respeto hacia los demás, entre otros.

Nos centraremos en un grupo concreto de 8 y 9 años para trabajar todos los aspectos mencionado y favorecer su desarrollo para una educación integral y de calidad.

4. METODOLOGIA

4.1 ¿En qué consiste mi propuesta?

Este proyecto va dirigido a alumnos entre 8 y 9 años. La propuesta que se plantea es analizar la situación emocional de cada alumno de forma práctica, es decir, siendo ellos partícipes de este estudio. Se trabajará la inclusión de la educación emocional en el aula y fuera de ella, se contará las distintas emociones y se conocerán bien cada una de ellas realizando una programación dirigida a ellas. Las relacionaremos con la música para comprobar qué conexión existe entre las emociones y la música. Para ello se han empleado diferentes herramientas para trabajar las emociones, estas se han creado a partir de teorías de diferentes autores, y gracias a ellos se ha podido diseñar un programa de actividades para trabajarlas.

Al realizar este proyecto se ha tenido en cuenta las teorías evolutivas de Piaget (1962) y Bruner (1975). Estos autores defendieron que la educación musical debía llevarse a cabo en un ambiente de juego y confianza, donde se pudiera desarrollar la creatividad a la vez. A partir de estas teorías surgieron métodos activos para favorecer la participación del niño.

Según Carrasco (2012) en su artículo *Método pedagógico musical Dalcroze* afirmamos que se ha utilizado este método para las actividades que se proponen a lo largo de la intervención, ya que este método enseña conceptos musicales a través del movimiento, Dalcroze ve la necesidad de desarrollar en el sistema educativo varias destrezas, entre ellas, regularizar las reacciones nerviosas, afinar su sensibilidad, establecer la claridad en las armonías de las corrientes nerviosas y de los registros nerviosos cerebrales. Para poder conseguir estos aspectos nos apoyamos en el desarrollo de tres elementos básicos que dice Dalcroze, dándole mayor importancia para nuestro trabajo al primer y tercer elemento.

1. Movimiento Rítmico – Eurhythmics
2. Solfeo
3. Improvisación.

Para Arráez, J. D. B. (2013) en su artículo. *Los principales métodos activos de Educación Musical en Primaria*, se comprueba que Orff también influye dentro de las programaciones que se han diseñado, ya que a nivel pedagógico se han recogido elementos también importantes que se utilizan en las actividades, como; lenguaje, música y movimiento donde se le da gran importancia a la improvisación. Este aprendizaje parte de una metodología grupal y activa, por lo que implica que el docente ha de tener presente y dominar esta técnica grupal.

4.2 ¿Hacia quien se dirige la propuesta o sobre qué se ha hecho el estudio de caso?

La programación de educación emocional va dirigida a alumnos de 3º de Primaria del colegio Luis vives situado en Chilches. La edad de los alumnos se comprende entre 8-9 años. Este proyecto ha sido coordinado con el tutor del aula y especialistas en música

4.3 ¿Cuáles son los objetivos y qué sería necesario para conseguirlos?

Los objetivos propuestos a la intervención han sido estructurados partiendo de sus conocimientos previos, estos se han utilizado como base para alcanzar nuevos, siendo un aprendizaje significativo. Para ello se ha utilizado gustos e intereses para crear un ambiente motivador, para conseguir captar su atención, cuidando a la vez el lenguaje y utilizando frases cortas y claras, con buena entonación, gestos... para conseguir una mejor comprensión.

Todo el proceso será activo y participativo, fomentando la interacción y comunicación entre el grupo.

Para realizar mi trabajo llevo a cabo dos tareas importantes para la música, por un lado la gestión y conocimiento de las emociones, y por otro lado la expresión corporal para poner a prueba lo adquirido en la primera parte. Esto se ha llevado a cabo mediante una serie de actividades variadas y lúdicas estructuradas de manera atractiva y motivadora, con ejercicios dinámicos y de generalización de las emociones

5. OBJETIVOS

5.1 OBJETIVO GENERAL

- Conocer e identificar las distintas emociones que sentimos, a través de la música y el lenguaje corporal, para aprender a gestionarlas en la resolución de conflictos.
- Despertar el conocimiento emocional de los niños en Educación Primaria

5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Promover la mejora de la convivencia escolar a través del desarrollo de habilidades socioemocionales.
- Profundizar en el conocimiento y gestión emocional
- Utilizar la danza para favorecer la cohesión del grupo y la comunicación entre compañeros
- Aprender herramientas sociales para reducir conflictos en el aula y fuera de ella a partir de la expresión musical.
- Expresar sentimientos a través de la expresión artística.
- Desarrollar la creatividad mediante expresión corporal y movimiento a través de la música y el baile.
- Respetar la opinión de los demás.

6. FUNDAMENTOS TEORICOS

La *inteligencia Emocional* es un concepto que se introdujo en 1990 por Peter Salovey y John Mayer, psicólogos que defendieron la IE como “una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos”.

El concepto de *inteligencia Emocional* se introdujo por psicólogos que defendieron la IE como “una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos” (Salovey y Mayer 1990, p.5)

6.1 Concepto y autores relevantes para la educación emocional

El concepto de *inteligencia Emocional* se introdujo por psicólogos que defendieron la IE como “una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos” (Salovey y Mayer 1990, p.5).

En las aulas es importante trabajar estos aspectos para un desarrollo integral del alumno, además este concepto ayuda a formarse como personas y a ser más feliz.

UNESCO (1988) define la educación emocional como un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo, incluyéndola entre los cuatro ejes básicos que fundamentan la educación del siglo XX.

Pero se puede observar que a lo largo de los años en la educación tradicional se le ha dado poca importancia a la educación emocional. Se ha priorizado aspectos más cognitivos que emocionales. Una de las citas que hace referencia a la importancia de este aspecto es de Leonardo Da Vinci “Todo nuestro conocimiento tiene su principio en los sentimientos”. Esta cita la podemos relacionar y unificar con la música, ya que esta despierta un gran interés en los niños y una fuerza emocional que ayudará en el desarrollo del conocimiento.

6.2 Estudios sobre la educación emocional en la música.

Se han realizado estudios acerca de la psicología musical relacionada con las emociones, como en el artículo: Moreno, J. L. (2003). Psicología de la música y emoción musical. *Educatio siglo XXI*, 20. Donde se observa que la música tiene una fuerza especial y emocional que ejerce sobre nuestro sistema, transmite ondas y vibraciones que llegan hasta el cerebro pudiendo ser significativas. En este estudio se ha comprobado que gracias a la música podemos establecer un equilibrio entre el hemisferio izquierdo y derecho, ayudando al desarrollo de la percepción sonora; estados de ánimo, conductas cognitivas, perceptivo-motrices...

Estas investigaciones sobre la educación emocional dan datos relevantes sobre la importancia de trabajar este concepto dentro del aula, y una de las asignaturas donde se puede desarrollar este potencial es música.

Se ha comprobado en el mismo artículo mencionado que la música proporciona satisfacción y felicidad, estimulando al cerebro para mover las sensaciones de emoción.

La música se utiliza desde la antigüedad, pero no había estudios de los beneficios que esta aportaba. Ahora gracias a las investigaciones y estudios realizados podemos ver los beneficios terapéuticos, como Kodály que desarrolló una de las primeras investigaciones sobre el estudio de la música (Fernández, R. C., Vázquez, M. D. M., & Pena, V. L. 2015. 15 (3))

Se trabaja para conseguir un buen clima entre compañeros, más respeto, conseguir sensaciones de felicidad, para Juslin y Västfjäll (2008) interpretar música genera emociones satisfactorias, de felicidad y a la consecución de logros personales. Como Samper (2011) afirma, la asignatura de música se convierte en un espacio idóneo para trabajar la interculturalidad, ya que en todas las culturas se puede usar la expresión mediante la música. Edward Thorndike (1920) definió esta como “la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas”. (p. 228).

En una investigación que se llevó a cabo en la ciudad autónoma de Melilla (España) por Benaisa, Y. B., & Torres, L. H (2014) en la Escuela Municipal de Música y Danza comprobaron los tipos de emociones que despertaba a los niños entre 4-8 años. Observaron 4 tipos de

respuesta emocional; Alegría, Tristeza, Miedo y Enfado. Ofreciendo melodías diferentes y determinando que les sugerirían a los alumnos. Se observó una clara identificación de la respuesta emocional de Alegría.

6.3 Qué provoca la música y que influencias tiene la música sobre las emociones

La música es considerada como arte y definido como herramienta simbólica que provoca emociones (Igartua, Álvarez, Adrián & Páez, 1994), pues en canciones que se escuchan se puede identificar experiencias propias y crear un tipo de sentimiento. Todas las personas experimentan emociones, y “Las emociones tienen un carácter universal, como un lenguaje de comunicación básica biológica” (Barrio, 2005; Ekman, 1992).

A través de la música podemos comunicar cualquier mensaje, es un medio de comunicación muy importante que ayuda al desarrollo del niño. Pero no sólo es importante que se trabaje con alumnos, el profesorado también debe estar formado, es decir, tener nociones en este sentido. Es tan importante para el alumno como para el maestro trabajarlo.

A finales del siglo XX comenzó mayor interés acerca de las emociones dentro de la educación, los profesionales que están dentro y forman parte del sistema educativo comprenden la importancia de este concepto y la importancia de desarrollar esta capacidad integral del niño, gracias a la cual también podrá desarrollar competencias sociales y emocionales (Elias et al., 1997)

6.4 La formación del profesorado

Para llevar a cabo un programa de educación emocional el profesorado debe estar previamente documentado acerca del tema. Según Alzina (2005), catedrático de Orientación Psicopedagógica en la Universidad de Barcelona como escribió en el artículo de *La educación emocional en la formación del profesorado* existen datos en los que se afirma que el desarrollo de competencias emocionales está bastante ausente en los programas de formación para maestros. Alzina (2005) afirma que para una práctica de programa de educación emocional se requiere una formación previa del profesorado. Por tanto el docente ha de estar mínimamente documentado para trabajar estos conceptos con los alumnos de forma eficaz.

García (2007) menciona un desconocimiento general de esta práctica a los docentes que recibieron educación en el pasado, debido a la poca importancia que se le daba a la materia de educación física por tanto a la expresión corporal. Se ha de dar importancia a los aspectos que llevan al desarrollo integral del alumno, para ello se han de desarrollar programas emocionales y trabajar aspectos relacionados con las emociones.

6.5 Importancia y beneficios de la educación emocional en la escuela

En la música se pueden trabajar muchos más aspectos de los que se valora, se puede trabajar en el aula muchas habilidades, todas relacionadas con la inteligencia emocional. Como dice Daniel Goleman (1995) *la inteligencia emocional* tiene en cuenta los sentimientos y las habilidades como impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. y de carácter, como autodisciplina, la compasión o el altruismo, necesarias para una buena adaptación social. Todos estos aspectos se trabajan en la escuela desde pequeños, por tanto se considera importante saber trabajarlo bien sacándole el máximo beneficio a este campo.

Según García (2008), trabajar estos contenidos nos llevan a desarrollar la comunicación, creatividad y herramientas sociales, todo esto hace que el alumno se desarrolle de forma integral. Otro de los objetivos importantes que se deben conseguir es a partir de la danza como son, participación e integración, promover y fomentar la coeducación.

6.6 Por qué trabajar la expresión corporal y música

“La sociedad y la familia han de ofrecer a las niñas y a los niños la posibilidad de desarrollarse “La sociedad y la familia han de ofrecer a las niñas y a los niños la posibilidad de desarrollarse musicalmente, lo que sin duda va a contribuir en la formación de su personalidad.”(Fridman, 1998 p.113).

Gracias a un estudio de Sánchez, I. G., Ordás, R. P., & Lluch, Á. C. (2011) sobre *Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual* vemos que autores como Fructuoso y Gómez, (2001), Fuentes, (2006) Laban, (1978), Leese y Packer, (1991), Ortí y Balaguer (2001), Ossona, (1984), Padilla y Hermoso (2003), Rizo (1996) coinciden en que existen posibilidades educativas mediante la danza como medio de expresión para el desarrollo físico, intelectual y afectivo emocional del individuo.

Todo ejercicio físico y movimiento es beneficioso para el desarrollo físico de la persona, por tanto la danza como dice Fuentes (2006), Fructuoso y Gómez (2001) es un factor positivo para la salud, pues gracias a ello se puede trabajar el conocimiento y control corporal. El desarrollo de esta capacidad ayuda a trabajar la creatividad, el conocimiento de otras culturas y la capacidad expresiva (Padilla y Hermoso 2003).

A pesar de que los autores hablan sobre expresión corporal como García (2007), y otros como Fuentes (2006) y Fructuoso y Gómez (2001) habla de danza, unifican ambos términos, puesto que la danza está dentro de la expresión corporal y los dos términos partes de las mismas características.

7. PROPUESTA DE ACTIVIDADES Y GUIÓN PARA EL PROFESORADO

Para llevar a cabo este proyecto se proponen una serie de actividades para ayudar a trabajar la primera fase sobre la educación emocional, intentando hacer de cada actividad un momento divertido e emotivo.

1º SESIÓN

OBJETIVOS DE LA SESIÓN:

1. Conocer las distintas emociones que sentimos
2. Profundizar en el conocimiento y gestión emocional

Actividad 1: ¿Qué son las emociones y qué sabemos de ellas?

En esta primera tarea se da a conocer las emociones, se realizará un pequeño análisis de qué sabe cada uno acerca de estas (Alegría, Enfado, Tristeza, Amor, Maldad, Vergüenza, Sorpresa, Miedo, Tranquilidad).

1. Se les propone hablar uno a uno, hasta que todos los miembros del grupo hayan explicado sus saberes sobre el significado de cada una.
2. Deben dibujar las expresiones faciales de emociones, cómo las expresaría cada uno.
3. Se les hará preguntas sobre cómo se sienten en el colegio.

Se trata de que expresen oralmente cómo son las emociones, y en una hoja reflejar cómo se ven las distintas emociones. Se hablará de los gestos que expresamos al sentir esas reacciones, y se darán cuenta de las diferencias al expresar un mismo sentimiento, se podrán observar diferentes gestos (ojos, nariz, boca...).

Las preguntas acerca de sus sentimientos nos permiten tanto acercarnos y conocer más al alumnado como al alumnado conocerse un poco más así mismo. De esta forma pueden reconocer sus emociones diarias.

El objetivo es que, el niño llegue a sus propias conclusiones, las exprese de forma oral y en dibujo. También se podrán enseñar los distintos dibujos de los alumnos a los demás.

Dejaremos al alumnado que exprese sus conocimientos y saberes acerca de los términos citados anteriormente. Se les hará reflexionar sobre las diferentes emociones y cómo les hacen sentir, gracias a (Gendron, 2010, Izard, 2010) psicólogos y neurocientíficos de la conducta indican que las emociones influyen en el pensamiento, toma de decisiones, el bienestar, salud física y mental, por ello es importante trabajar la expresión oral, para hacerlos conscientes sobre este hecho.

Valoración-Reflexión

La primera sesión ha funcionado mejor de lo que esperaba, han participado mucho y todos han contado y querían contar sus experiencias, ha sido un buen comienzo y muy divertido para ellos. Todo lo que les implica hablar y expresarse les gusta. Debemos intentar que la clase tenga un buen ambiente y clima donde poder contar todo lo que nos pase.

Este ejercicio nos ha servido para conocer mejor a los alumnos, que se conozcan más entre ellos y perder la vergüenza. Relacionar esta actividad con dibujo les activa más.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO:

De forma oral trataremos los temas de la educación emocional como un tema natural y propio de las personas. Deberán explicar que significa para ellos cada emoción.

Se les harán preguntas para guiar el proceso que se propone:

- ¿Qué es estar triste?, ¿cómo lo expresamos?, ¿existe algún motivo para expresar esas emociones? etc...
- Dibujar las emociones después de una puesta en común de las mismas.

Es bueno que el mismo docente que llevará a cabo la actividad hable también y diga sus pensamientos sobre las emociones.

***Actividad 2: Decir 3 situaciones que hayan vivido diferentes emociones.
Alegría, tristeza, miedo y enfado.***

Una vez repasadas todas las emociones preguntamos uno a uno cuándo han sentido cada una de las emociones mencionadas anteriormente, dejando el tiempo necesario para que cada uno pueda

contar su experiencia.

Dentro del estudio de Benaissa y Torres (2014) *Música y emociones en niños de 4 a 8 años*, señalamos que el motivo de trabajar este apartado es por la implicación de la emociones en cada uno de los momentos de la vida y las diferentes situaciones, así están de acuerdo autores como (Barrio, 2005; Herrera; Cremades, 2011; Västfjäll; Juslin; Hartig, 2012). También según Saarikallio (2011) en el mismo estudio vemos afirma que las experiencias emocionales cuando se relacionan con la música son significativas en la conducta humana y desarrollo psicosocial.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO:

Deberán contar situaciones en las que han vivido alegría, tristeza, miedo y enfado, por ejemplo:

- Me sentí triste cuando discutí con mi amigo
- Me sentí alegre cuando conocí a mi perro

Es decir, hay que contar situaciones ya vividas, y se intentará remediar las que se puedan. Quien haya sentido tristeza por algún motivo se le preguntará de qué manera se podría solucionar. Ellos deben de intentar resolver esa emoción, es decir, saber utilizar las herramientas necesarias para solucionarlo.

En la situación “Me sentí triste cuando discutí con mi amigo”, explicará cómo se podría solucionar ese problema. Hablando con mi amigo, ver que ha pasado, pedir perdón si es mi culpa y si no intentar razonar con él, hacerle ver que somos amigos y que no hay que discutir....

En esta fase dejamos al alumnado que explique sus herramientas para solucionar el conflicto y por tanto sus emociones

Valoración-Reflexión

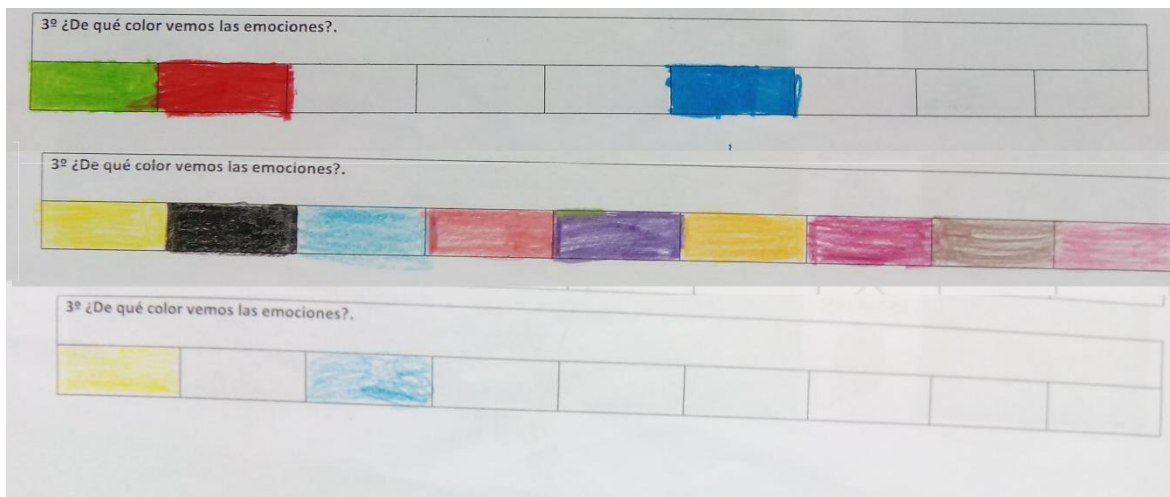
Gracias a esta actividad hemos conseguido que todos participaran de forma activa y atenta. Las situaciones que se contaban en clase han hecho que todos pensaran, reflexionara e incluso opinaran. Es importante involucrar a todo el grupo, que sean protagonistas de la actividad. Sirve como terapias de aula para contar situaciones, problema que en otras situaciones no cuentan. No todos los alumnos tienen la suerte de tener una familia perfecta.

Actividad 3: Cada uno ve las emociones de un color. Pongámoslo en práctica.

Se empieza a dar forma a las emociones. Todas las emociones tienen una forma, un color y todos se pueden distinguir y relacionar con alguna emoción. La psicología del color afirma este hecho, por ejemplo, el color rojo, según Johann Wolfgang von Goethe (1810) que fue el precursor de la psicología del color, mediante su libro *Teoría de los colores* hace ver que existe significación simbólica de los colores, proponiendo también que el color depende de la percepción, en la que el cerebro se ve involucrado.

Trabajaremos los colores en función de la emoción, cada uno vera las emociones de un color, pueden coincidir o no, pero el significado de los colores es próximo para todos. Les daremos una plantilla con una pregunta y con las emociones sin color, es decir, en blanco y negro para que ellos no les influyan. La importancia de trabajar este apartado es debido a que vemos

colores en la música. Un estudio realizado en la Universidad de California Berkeley en (2013) llevado a cabo por Stephen E. Palmer, científico de la misma, determinó que relacionamos y diferenciamos melodías con determinados colores. Revela que nuestro cerebro está diseñado para establecer conexiones entre la música y el color, según el estudio "Los resultados obtenidos han sido firmes y consistentes en todas las personas (con distintas culturas) señalando claramente el importante papel que juegan las emociones en la forma en que el cerebro las relaciona con música y colores". Palmer afirma "Sorprendentemente, se puede predecir con un 95% de exactitud lo alegres o tristes que serán los colores que los individuos seleccionarán a partir del tono emocional de la música que escuchan".



INDICACIONES PARA EL PROFESORADO:

Mediante un folio con cuadrículas y el dibujo de la expresión emocional, dejamos que los alumnos les den color, es decir, que pinten el cuadro correspondiente a la imagen que aparece arriba.

El docente no debe dar pistas sobre ninguna emoción, así el alumno realizará la actividad de forma muy personal y real.



3º ¿De qué color vemos las emociones?.								
Alegria	Enfado	Tristeza	Amor	Maldad	Vergüenza	Sorpresa	Miedo	Tranquilidad

El amarillo es el color de madurez, el color de la inseguridad.

Estas contradicciones se reflejan por ejemplo en que es el color de la diversión, la amabilidad y el optimismo, pero también del enojo, la envidia y los celos. Es el color del entendimiento, pero también el de los despreciables y traidores. Y también es el color de la inseguridad, pues a la mínima que es mezclado con otro color, se destruye.

El verde está asociado con la naturaleza. Existen amantes del color verde, y enemigos. Es un color muy independiente además de muy variable, ya que puede contener todos los colores sin dejar de ser verde. Es un color intermedio.

El naranja es uno de los colores que más rechazo tiene. Tiene un papel secundario en nuestro pensamiento, puesto que pensamos antes en otros colores como el rojo o el amarillo antes que en el anaranjado, por ello no suele ser uno de los colores más nombrados. El naranja muestra a menudo el verdadero carácter de un sentimiento. Se considera un color extraño ya que su nombre no posee rimas, ni degradación.

El violeta es el color de los sentimientos ambivalentes. Son más las personas que lo prefieren a las que lo rechazan. El violeta es percibido como un color extravagante. Es el más singular de los colores. Es un color femenino.

El azul es el color de la simpatía, la armonía y la felicidad, el color femenino y el color de las virtudes espirituales. El azul es el color que cuenta con más adeptos. El azul es el color de todas las buenas cualidades que se acreditan con el tiempo, de todos los buenos sentimientos que no están dominados por la simple pasión, sino que se basan en la comprensión recíproca.

El negro es el color del poder, de la violencia y de la muerte, de la negación y la elegancia, pero a su vez el color favorito de los diseñadores y la juventud. Es la ausencia de todos los colores, pero llegó a considerarse que el negro no era un color. Con rojo, caracteriza lo contrario del amor, el odio; es el mal derivado de la pasión. Con amarillo es de los más negativos. Estos dos colores juntos forman el egoísmo. El negro se identifica como el color de lo sucio y de lo malo. También se identifica como el color de la mala suerte. Hace referencia a lo prohibido.

El rojo está determinado por dos experiencias elementales: el fuego y la sangre son rojos. Estos dos elementos tienen en todas las culturas, un significado existencial.

El blanco es, según el simbolismo, el color más perfecto. No hay ningún “concepto blanco” de significado negativo. Es pureza, inocencia, optimismo.

Se puede observar que todos ven las emociones de algún color y que las emociones principales sí saben cómo son, qué color tienen, a pesar de que en algunos casos ciertas emociones no las ven con claridad.

La **emociones básica** que se quieren trabajar;

- Alegría
- Tristeza
- Miedo
- Enfado.

A pesar de que algunos niños no ven colores en las otras emociones el proyecto se basará en las emociones básicas.

Este ejercicio servirá más adelante para la siguiente actividad relacionada con la música, ya que la canción que se trabajará habla de emociones y que existen los colores dentro de las emociones.

Valoración-Reflexión

Se puede apreciar que los colores los relacionan de forma similar. El color verde viene del amarillo, por lo que es una similitud en cuanto a la percepción. Por otro lado el rojo hace referencia a la parte mala y negativa, así como el negro haciendo referencia a lo malo. Y el azul lo han identificado una gran parte de los niños como la tristeza, muchas coincidencias en esta emoción. Sin embargo podemos ver que existen colores o emociones que no las tienen claras, o no les sugiere ningún color. Aun así les invitamos a sentir una identificación con alguno.

2º SESIÓN

OBJETIVOS DE LA SESIÓN:

1. Identificar las emociones según la audición.
2. Expresar sentimientos a través de la música.
3. Desarrollar la creatividad mediante expresión corporal y movimiento a través de la música y el baile.

Actividad 4: Identifica las diferentes audiciones.

En esta tarea trabajaremos la audición e identificaremos una emoción para cada obra que suene. Esta actividad es importantes porque la música influyen en nuestro estado de ánimo, como aseguran los autores como Igartua, Álvarez, Adrián & Páez, (1994) mediante las ideas de Vygotsky confirma que “la música es una herramienta simbólica que provoca emociones” (p.348).

Se han seleccionado audiciones de música clásica en las que se puede identificar qué nos transmite. Con ellas se pueden trabajar muchos aspectos dentro de la música, como los instrumentos que suenan, si transmiten paz, tranquilidad, o transmiten miedo. Finalmente al acabar cada audición se comenta entre todos. A continuación contestamos la plantilla de actividades, en cuando a los instrumentos que hemos oído, con qué emoción los relacionaríamos, de igual manera les hacemos pensar cómo se sienten este día y qué instrumento se relaciona con su emoción actual. Gracias a esta actividad podemos conocer instrumentos y trabajar el oído a la vez que la educación emocional. Es una forma diferente a la tradicional de aprender música.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO:

1º Se han de seleccionar piezas musicales para que las identifiquen. Se pueden trabajar varios aspectos además de la emoción que les sugiera, como; instrumentos, ritmos...

Mediante una plantilla marcan con una cruz qué les sugiriere cada audición. Al final de cada audición se comparten opiniones.

	Alegría	Tristeza	Enfado	Miedo
Audición 1				
Audición 2				
Audición 3				
Audición 4				
Audición 5				
Audición 6				

Las canciones que en mi proyecto he propuesto son las siguientes:

1º Edvard Grieg: "Peer Gynt - Morning Mood"

2º Primavera - Antonio Vivaldi

3º Tine Thing Helseth: Haydn Trumpet Concerto, 3rd mvt

4º Salzburger Kammerorchester

5ª SINFONIA de Beethoven

6º Symphony No. 40 in G minor (Harnoncourt)

Se pueden utilizar las que creamos convenientes, gracias a que tenemos una gran variedad de estilos musicales. Otras melodías que se proponen y que son sencillas de identificar:

1º La canción más triste del mundo.

2º Cirque du soleil - Alegria

3º Música de Terror y Miedo Instrumental Especial Halloween

2º ¿Qué instrumentos relacionamos con cada emoción? Podemos mencionar qué instrumentos han sonado a lo largo de las obras, así les resultará más fácil realizar la actividad.

3º Relacionamos instrumentos con los sentimientos de hoy. Tratamos de conocer sus emociones en el aula, y en la actividad. Este aspecto es importante para saber o tener una idea acerca de cómo se encuentran nuestros alumnos.

4º Dibujamos a partir de una melodía.

Valoración-Reflexión

Las audiciones provocan emociones, es algo que no podemos evitar, pueden gustar más o gustar menos, pero ahí entra la teoría que estudiamos en el proyecto. La actividad ha salido como se había planeado, y todos han entendido y sentido las audiciones.

He considerado importante trabajar las audiciones de música clásica debido al poco uso que se hace de esta y sin embargo el buen resultado que da. Otro de los aspectos que resulta interesante es conocer a nuestros alumnos, conocer sus situaciones, de ahí las actividades de instrumentos.

Podemos considerar que es un aprendizaje más dinámico y diferentes. Además de trabajar dentro de la educación emocional trabajamos contenidos dentro de la asignatura de música. El resultado es una activa participación y motivación dentro del conocimiento de instrumentos, se puede decir que sí aprenden mediante esta programación.

Actividad 5: Escucho, siento y expreso la alegría mediante una melodía sin letra

Se comienza el proyecto alegría, ya se han trabajado las emociones y los objetivos propuestos para poder seguir el proceso. Se quería conseguir un acercamiento y despertar emocional, sensibilizar antes de trabajar la expresión corporal. Es importante tener un conocimiento y entender el ejercicio que se realizará finalmente. La propuesta de esta actividad es la escucha de la instrumental de la canción con la finalmente se creará una coreografía y por otro lado un lipdub.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO:

Se trabaja la melodía “Alegría- el Deluvi”. En esta actividad se deja libre la expresión corporal. Se dialoga sobre las emociones que han sentido al bailar y cómo las han expresado. Se comenta qué instrumentos sonaban, qué les hacían expresar y sentir.

Deben de llegar a la conclusión que la instrumental que suena, nos transmite alegría, a pesar de que la canción no contenga la letra.

Esta actividad nos servirá para compararla con la siguiente actividad de “Melodía con letra”.

Actividad 6: Escucho, siento y expreso la alegría mediante una melodía con letra “Alegría- el Deluvi”.

Una vez experimentada la canción sin la letra se comprueba si han razonado y si se han aproximado a lo que la canción quería decir. Se dialoga sobre las emociones, qué han sentido al bailar y cómo las han expresado, además de nuestra observación directa. Se les hace reflexionar la diferencia de la actividad anterior y esta. A continuación pasamos a la lectura de la canción y a la reflexión.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO:

Una vez trabajada la expresión corporal se escucha la canción y su letra, es decir, ¿de qué habla? Se lee la canción y se hacen preguntas durante la misma.

Se ve el video de esta canción, de esta manera los alumnos aprenden valores que la canción intenta transmitir; libertad, amor, esperanza y alegría mediante una flor. La rosa de papel muestra los valores de una persona mayor que ha tenido durante su vida, esa rosa la pasa a una niña pequeña para que crezca con los mismos valores y la misma alegría.

LLETRA

<p>Tinc una <u>alegria</u> sense fronteres, una <u>alegria</u> plana, sense normes. Tinc una <u>alegria</u> de camins oberts, una <u>alegria</u> de <u>color verd</u>.</p> <p>D'una <u>esperança</u> que no s'ha acabat, d'una <u>esperança</u>...</p> <p>Queda <u>esperança</u> quan vaig avançant, queda <u>esperança</u> i...</p> <p>No cal <u>plorar</u>, són camins <u>d'amor</u> i llibertat. No cal <u>plorar</u>, són camins de lluita i llibertat.</p>	<p>Una <u>alegria</u> de camins per fer una <u>alegria</u> salvatge i ardent. Una <u>alegria</u> que crema com el foc, una <u>alegria</u> de <u>color groc</u>.</p> <p>D'una <u>energia</u> que no s'ha acabat, d'una <u>energia</u>...</p> <p>Queda <u>energia</u> quan vaig avançant, queda <u>energia</u> i...</p> <p>No cal <u>plorar</u>, són camins <u>d'amor</u> i llibertat. No cal <u>plorar</u>, són camins de lluita i llibertat.</p>
---	--

Valoración-Reflexión actividad 5 y 6

Han relacionado ambas actividades, en la primera han experimentado la sensación del baile, aunque no hubiese letra, han sentido ritmo, les han puesto tema y letra relacionada con la real. Hemos tenido dificultades para centrar a los niños y pensar en cosas relacionadas con las emociones, por este motivo hemos guiado el proceso al alumno, reflexionando sobre los instrumentos y su alegría al sentirlos.

Por otro lado la actividad (6) siguiente nos ha abierto más a la realidad. La lectura de la canción nos ha permitido darle sentido a las dos actividades. Los niños se han dado cuenta de que la primera actividad la habían hecho bien al relacionar conceptos similares. Ver el video ha motivado y activado su interés sobre la música y la expresión corporal. Era inevitable que bailaran al oír la canción.

3º SESIÓN

OBJETIVOS DE LA SESIÓN:

1. Promover la mejora de la convivencia escolar a través del desarrollo de habilidades socioemocionales.
2. Utilizar la danza para favorecer la cohesión del grupo y la comunicación entre compañeros
3. Aprender herramientas sociales para reducir conflictos en el aula y fuera de ella
4. Desarrollar la creatividad mediante expresión corporal y movimiento a través de la música y el baile.

Actividad 6: Inventar entre los miembros del grupo una coreografía.

Se realiza grupos de 4 o 5 niños para elegir una estrofa de la canción y expresarla, es decir, inventar entre los miembros del grupo una coreografía. Para ello se repartirá a cada niño la letra de la canción para facilitar la interpretación, ellos la cantan a la vez que bailan, sin música (a capella). El maestro ayudará en la coreografía para guiar el proceso, dependiendo del curso y de la autonomía del grupo se manejará de una forma más libre o más guiada.

Esta actividad está diseñada para un aprendizaje cooperativo, para trabajar las relaciones interpersonales, a partir de las reflexiones de (Little, 1982; Murphy, Hallinguer y Mesa, 1985,) Lledó Carreres y Perandone González (2012: 129-130) reflexionan acerca de la eficacia que supone trabajar en equipo; la iniciativa, el esfuerzo individual, el respeto de las ideas de los demás miembros del grupo, la igualdad de oportunidades de intervención, el liderazgo, el respeto. Implica que trabajen juntos, que cooperen y que lleguen a objetivos comunes. Uno de los aspectos importantes e interesantes que trata Gómez Mujica y Acosta Rodríguez (2003), es que el trabajo cooperativo deja a un lado el individualismo y el aislamiento, pues comparten metas, éxitos y fracasos, cada uno tiene una tarea y todos se sienten importantes dentro del grupo.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO:

El maestro dará unas pautas para realizar la coreografía:

- Tomar el tiempo necesario para pensar que se va hacer, que partes del cuerpo moveré. Guiar:
 - o Mover brazo izquierdo y pierna izquierda
 - o Expresiones faciales
 - o Movimiento hacia el lado derecho e izquierdo
 - o Movimiento hacia adelante y hacia atrás
 - o Brazos arriba y abajo
 - o Saltos
- Practicar el movimiento que se ha pensado.
- Limitar el espacio de cada uno (posición).
- Llevar el ritmo lo mejor posible; brazos, pies al mismo tiempo.
- Coordinarse todos los miembros del grupo.
- Si surgen problemas solucionarlo lo mejor posible como buenos compañeros.

A BAILAR!

Es importante saber que si surgen conflictos con los miembros del grupo será el momento idóneo para dejar que ellos solos transformen los conflictos solos, sepan gestionar la situación.

Si surgen conflictos tratarlos para ver como se ha solucionado, o si el profesorado ha de intervenir para ayudar a resolver el problema.

La sesiones que se emplean para esta actividad dependerá de cómo trabajen los grupos, de los niños con los que programamos, por tanto esto puede variar.

Valoración-Reflexión

Ha sido una de las actividades más complicadas de llevar a cabo, los alumnos en un primer momento quieren trabajar con las personas más afines a ellos, es decir, sus amigos próximos. Pero esta actividad está diseñada para unir y ensanchar amistades, crear un buen clima, por tanto los grupos son formados a partir de este propósito.

La sesión a la que nos hemos enfrentado ha costado de realizar, hay que tener una buena planificación de cómo se va a realizar esta actividad, controlando a todos los alumnos para que ninguno se quede sin participar. Se ha observado en todo momento el trabajo que realizaba cada uno, siendo una observación directa.

Esta parte es importante para conseguir que la actividad salga como se espera y que aprendan los propósitos expuestos.

4SESIÓN:

OBJETIVOS DE LA SESIÓN:

1. Desarrollar la creatividad mediante expresión corporal y movimiento a través de la música y el baile.
2. Respetar la opinión de los demás

Actividad 7: Enseño lo que sé a mis compañeros.

Primero: Se valorará la actividad de la sesión anterior. Mediante una reflexión

Se les dejará a los alumnos que ellos valoren como vivieron la actividad, si les gustó o si tuvieron algún conflicto. Cómo llevaron a cabo la responsabilidad del baile, que roles surgieron y como se sintieron emocionalmente.

Se trabajará el respeto de opiniones, valorando la aportación de todos los miembros. Para que esta actividad tenga éxito deberá participar cada miembro del grupo, es decir, cada uno debe de dar una aportación diferente a la coreografía, y los demás deben aceptar las diferentes sugerencias.

Una vez comentada y dialogada la sesión del día anterior seguimos con la actividad de crear una coreografía, realizándola durante dos sesiones más.

Los miembros de cada grupo respetan las ideas e intervenciones del grupo y aprenden las expresiones y aportaciones de los demás.

La temporalización de esta sesión estará dividida en dos sesiones. Una para terminar la parte que el grupo ha creado, y la segunda con música cada grupo represente su parte de la canción.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO:

En primer lugar se numera los diferentes grupos; Grupo 1, Grupo 2.... De esta forma se sigue un orden y cada grupo sabe cuándo ha de intervenir.

Se organiza la clase en lugares diferentes, hay que tener en cuenta el espacio en el que se distribuyen los alumnos, cada uno debe tener su espacio, es conveniente realizarlo en espacios grandes para que puedan trabajar cómodamente.

Una vez han ensayado pasar a la segunda fase de enseñar los pasos, grupos por grupos, cantando a "Capella", luego con la música para coordinar los movimientos con la canción, para trabajar el ritmo y coordinación.

Esta actividad puede ser una situación beneficiosa para confiar en ellos mismos. Comenzaremos por el grupo 1 y así hasta terminar todos los grupos.

La temporalización depende mucho del grupo al que nos enfrentamos, cada uno tiene un ritmo diferente y no todas las relaciones de los grupos son iguales. Uno de los objetivos fundamentales es saber trabajar en grupo, por tanto es más importante conseguir este objetivo que una coreografía perfecta.

Para que se pueda llevar a cabo esta actividad se necesita la implicación de todo el grupo.

Valoración-Reflexión

Al tener nociones de cómo iba a ser esta actividad (parecida a la actividad 6) se ha trabajado de forma más rápida y dinámica. Todos se han involucrado de manera positiva y activa. Hemos observado cómo trabajaban en grupos e intentaban que todos los miembros participen, ellos mismos animaban a los compañeros a inventar a crear... En resumen esta actividad ha sido muy enriquecedora para todos y lo más importante, aprenden a estar en grupo, respetándose y sobre todo divirtiéndose todos juntos.

Actividad 8: Creamos el baile entre todos

Una vez acabadas todas las sesiones necesarias para consolidar cada parte del baile según los grupos, se hace el baile conjunto. Se ha de posicionar a cada alumno para bailar toda la canción, de forma que todos tengan el mismo protagonismo. Se ha de poner la canción y parar las veces que sean necesarias, ya que una coreografía no es sencilla de aprender cuando contamos con tantos niños.

Se parará la canción para cada paso que se haga, de forma que todos lleven el mismo ritmo y no haya riesgo de frustración y pérdida del proceso.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO:

- Disposición de los alumnos para el baile, cada uno ha de tener su posición y espacio
- Parar la música todas las veces necesarias para que todos aprendan el paso.

- Mantener la observación directa
- Guiar a los niños con el baile, es decir, el maestro también debe de colaborar en la coreografía que han inventado.
- Animar al alumnado, hacer comentarios positivos acerca del baile y comportamiento, para favorecer su participación.

Actividad 9 y 10: Grabación del proyecto final.

Temática de la canción: Valores que se transmite de generación en generación.

El proyecto que es una forma de transmitir los valores que van de generación en generación.

Es un proceso en el que tienen que ser conscientes y aprender que todo esfuerzo, trabajo constante y sacrificio tiene una recompensa y esa recompensa es la alegría. Transmitir alegría a la vez que las generaciones las transmiten con sus valores y principios de trabajo y esfuerzo, y este es el camino a la libertad, la esperanza, a la alegría, y saber cómo llegar a ella.

Gracias a las aportaciones de algunos autores que nos han servido para el proyecto en la fase de expresión corporal:

Aportaciones de los autores en cuanto a la expresión corporal y emoción	
Autores	Aportaciones
Gendron, 2010, Izard, 2010)	La conducta indican que las emociones influyen en el pensamiento, toma de decisiones, el bienestar, salud física y mental, por ello es importante trabajar la expresión oral, para hacerlos conscientes sobre este hecho.
(Barrio, 2005; Herrera; Cremades, 2011;Västhjäll; Juslin; Hartig, 2012).	Implicación de la emociones en cada uno de los momentos de la vida y las diferentes situaciones
Según Saarikallio (2011)	Las experiencias emocionales cuando se relacionan con la música son significativas en la conducta humana y desarrollo psicosocial.
Igartua, Álvarez, Adrián & Páez, 1994	Las audiciones son importantes porque influyen en nuestro estado de ánimo La música es una herramienta simbólica que provoca emociones.
Lttle, 1982; Murphy, Hallinguer y Mesa, Lledó Carreres y Perandone González 1985(2012: 129-130)	Aprendizaje cooperativo, para trabajar las relaciones interpersonales Eficacia que supone trabajar en equipo a iniciativa, el esfuerzo individual, el respeto de las ideas de los demás..
Gómez Mujica y Acosta Rodríguez (2003)	El trabajo cooperativo deja a un lado el individualismo y el aislamiento.

CONCLUSIONES

Se ha podido observar una gran evolución en cuanto a la expresión de sentimientos, esto les ha hecho reflexionar acerca de la importancia que estos tienen y de la necesidad de hablar de ellos. La expresión de estas emociones ha ayudado a mejorar la convivencia en el aula, desarrollando las habilidades socioemocionales.

Gracias a la danza se ha conseguido mayor comunicación entre los compañeros, así como la reducción de conflictos a través de las palabras y controlar dichas emociones, saben que para llegar al éxito es necesaria la buena convivencia.

A través de la música han sido conscientes de que se puede crear cualquier tipo de arte, que el arte y la música están íntimamente relacionados, han podido comprobar cómo la música influye a la hora de plasmar esas vibraciones en un folio. Cada uno ha sentido emociones diferentes, y se han plasmado de formas muy distintas.

Tanto el arte y la música como la expresión corporal les han permitido desarrollar una parte de la creatividad que estaba camuflada. Gracias a la música y al trabajo en equipo se logró que todos respeten y acepten las opiniones de los demás.

Uno de los pilares fundamentales que se ha de trabajar en la escuela es la parte de los sentimientos y emociones. Considero que la educación parte de unos principios, y que a veces el mismo docente o las personas de alrededor de los niños las pasa por alto. Pero como docente me he dado cuenta que existen temas que son importantes y que no se les da la importancia que se debería. Una buena educación parte desde la personalidad, es decir, desde la parte emocional, y a partir de aquí podemos crecer como personas, por tanto creo que es conveniente e importante saber en qué situación nos encontramos con los niños.

Invito a los docentes a realizar esta práctica con sus alumnos, a intentar conocerlos más, a preocuparnos por su interior. Porque un docente no solo debe valer en lo profesional, sino también en lo personal. Porque la finalidad de una educación de calidad es la felicidad de los alumnos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS I WEBGRAFIA

EY, P. S. L. Emotional Intelligence. *children*, 5(4), 185.

Delors, J. (1998). La educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI. Visión y Acción. *Francia: UNESCO* Fernández, T. G. (2009). Educar las emociones en la primera infancia. *Crítica*, 59(964), 54-59.

Benaisa, Y. B., & Torres, L. H. (2014). Música y emociones en niños de 4 a 8 años. *Dedica. Revista de Educação e Humanidades*, (6), 199-218.

Ibarrola, B. (2003). Dirigir y educar con inteligencia emocional. In *Ponencia del VII Congreso de Educación y Gestión. Madrid*. Moreno, J. L. (2003). Psicología de la música y emoción musical. *Educatio siglo XXI*, 20.

Alzina, R. B. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, (54), 95-114.

- Fernández, R. C., Vázquez, M. D. M., & Pena, V. L. (2015). Beneficios de la música en conductas disruptivas en la adolescencia. *Actualidades Investigativas en Educación*, 15(3).
- Villodre, M. D. M. B. (2015). Organización intercultural en el aula de Música de Secundaria. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 18(3), 13-24.
- Thorndike, Edward. (1920). Intelligence and its use. *Harper's Monthly Magazine*, 227-235.
- Igartua, J., Adrián, J. A., & Páez, D. (1994). Música, imagen y emoción: una perspectiva vigotskiana. *Psicothema*, 6(3), 347-356.
- Bruner, J.S. (1975). *Early social interaction and language acquisition*. London: Academic Press.
- Vygostky, L.S. (1962). *Thought and Language*. Cambridge: The MLT Press.
- Carrasco, A. M. V. (2012). Método pedagógico musical Dalcroze. *Artseduca*, (1), 24-27.
- Arráez, J. D. B. (2013). Los principales métodos activos de Educación Musical en Primaria: Diferentes enfoques, particularidades y directrices básicas para el trabajo en el aula. *Artseduca*, (5), 6-21
- Elias, M. J. (1997). *Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators*. ASCD.
- Goleman, D. (2012). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Barrio, F. G. Barrio, M. G (2011). *Percepción y expresión musical*. Universidad de Castilla-La Mancha. Editorial Universidad de Castilla-La Mancha
- Sánchez, I. G., Ordás, R. P., & Lluch, Á. C. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual: aspectos metodológicos. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (20), 33-36.
- Fuentes, A.L. (2006). El valor pedagógico de la danza. Valencia: Universidad de Valencia, Servicio de Publicaciones
- Fructuoso C., y Gómez, C. (2001). La danza como elemento educativo en el adolescente. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 66, 31-37
- Alemán, C. F., & Serrano, C. G. (2001). La danza como elemento educativo en el adolescente. *Apunts: Educación física y deportes*, (66), 31-37.
- García, J., & Berruezo, P. (1994). *Psicomotricidad y educación infantil*. Madrid: Impresa-Getafe.
- Martín, R. P., Berrocal, P. F., & Brackett, M. A. (2008). La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación inicial de los docentes: algunas evidencias. *Electronic journal of research in educational psychology*, 6(15), 437-454.
- Cifuentes Férez, Paula, and Purificación Meseguer Cutillas. "Trabajo en equipo frente a trabajo individual: ventajas del aprendizaje cooperativo en el aula de traducción." *Tonos Digital* 28.0 (2015).
- Little, J. W. (1982). Norms of Collegiality and Experimentation: Workplace Conditions of School Success. *American Education Research Journal*, 5, 275-308.

Lledó Carreres, A. & Perandones González, T.M. (2012) «Hacia una cultura colaborativa entre el profesorado universitario. Revisión y fundamentación teórica del trabajo colaborativo». En Gómez Lucas, M.C. y Álvarez Teruel (eds.) *El trabajo colaborativo como indicador de calidad del Espacio Europeo de la Educación Superior*. Vol. I. Alcoy: Marfil, 125-139

Murphy, J., Hallinguer, P., y Mesa, R. P. (1985). School Effectiveness: checking progress and assumptions and developing a role for state federal government. *Teachers College Record*, 86 (4), 620-639.

Palmer, S. E., Schloss, K. B., Xu, Z., & Prado-León, L. R. (2013). Music–color associations are mediated by emotion. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(22), 8836-8841.

Universidad de Berkley 2013 “Según estudio, nuestro cerebro relaciona melodías con colores” Resvista. *La tercera*.

Diseño Web Valencia (2015) Psicología del color. Edicion: illusion Studio: <http://www.psicologiadelcolor.es/johann-wolfgang-von-goethe-y-la-teoria-del-color/>

García, F. (2007) La expresión corporal en Educación Física como puerta a la interdisciplinariedad. En: *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 11, N° 106. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd106/la-expresion-corporal-en-educacion-fisica-como-puerta-a-la-interdisciplinariedad.htm>

Gómez Mujica, A. & Acosta Rodríguez, H. (2003). Acerca del trabajo en grupos o equipos. *Acimed: revista cubana de los profesionales de la información y la comunicación en salud*, 11 (6).

Castro, J.P (2012). Expresión Corporal y danza dentro de la Educación Física en las escuelas: propuesta de una unidad didáctica *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 17, N° 167: <http://www.efdeportes.com/efd167/expresion-corporal-y-danza-dentro-de-la-educacion-fisica.htm>

ANEXO 1

Actividades para la programación de educación emocional

DIARIO EMOCIONAL

ALEGRÍA	ENFADO	TRISTEZA	AMOR	MADRID	VERGÜENZA	SORPRESA	MIEDO	TRANQUILIDAD
								
Alegría	Enfado	Tristeza	Amor	Madrid	Vergüenza	Sorpresa	Miedo	Tranquilidad

1º La música de la escuela. ¿Qué me hace sentir al entrar al colegio?.

X								
--------------	--	--	--	--	--	--	--	--

2º Qué me transmite o que siento al escuchar la música al acabar el colegio.

X			X					
--------------	--	--	--------------	--	--	--	--	--

3º ¿De qué color vemos las emociones?.

					X			
---	---	--	---	---	--------------	--	--	--

ANEXO 2

DIARIO EMOCIONAL

A la mañana entiendo tristeza amor maldad sorpresa miedo tranquilidad

 Alegría					 Verguenza	 Sorpresa		
--	---	---	---	---	--	--	---	---

1º La música de la escuela. ¿Qué me hace sentir al entrar al colegio?

	X			X				
--	---	--	--	---	--	--	--	--

2º Qué me transmite o que siento al escuchar la música al acabar el colegio.

	X			X				X
--	---	--	--	---	--	--	--	---

3º ¿De qué color vemos las emociones?

								
--	--	--	--	--	--	---	--	--

ANEXO 3



4º Vamos a identificar las obras según las emociones. ¿Que nos transmiten las audiciones?.

1. X	1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.	2. X
3.	3.	3. X	3.	3.	3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.	4.	4.	4. X	4.	4.
5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.	5. X
6. X	6.	6.	6. X	6.	6. X	6.	6.	6.

5º ¿Qué instrumentos relacionamos con cada emoción?.

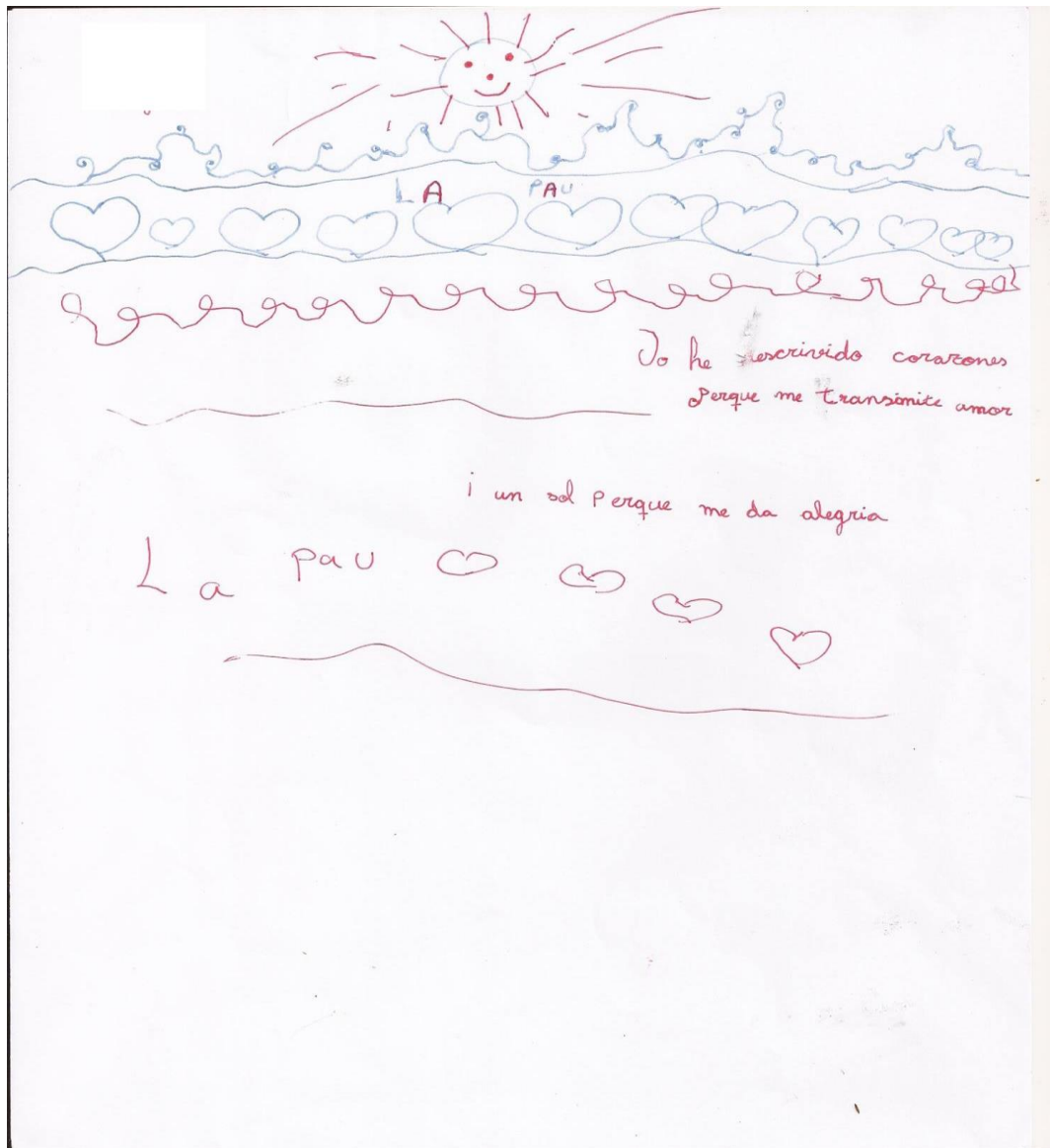
Pander o gaita o gaitare			clarinete		VARACAS	Pandereta Guitarra clavina		trianillo Piano piano
--------------------------------	--	--	-----------	--	---------	----------------------------------	--	-----------------------------

6º Relacionemos instrumentos y sonidos con lo que sentimos hoy.

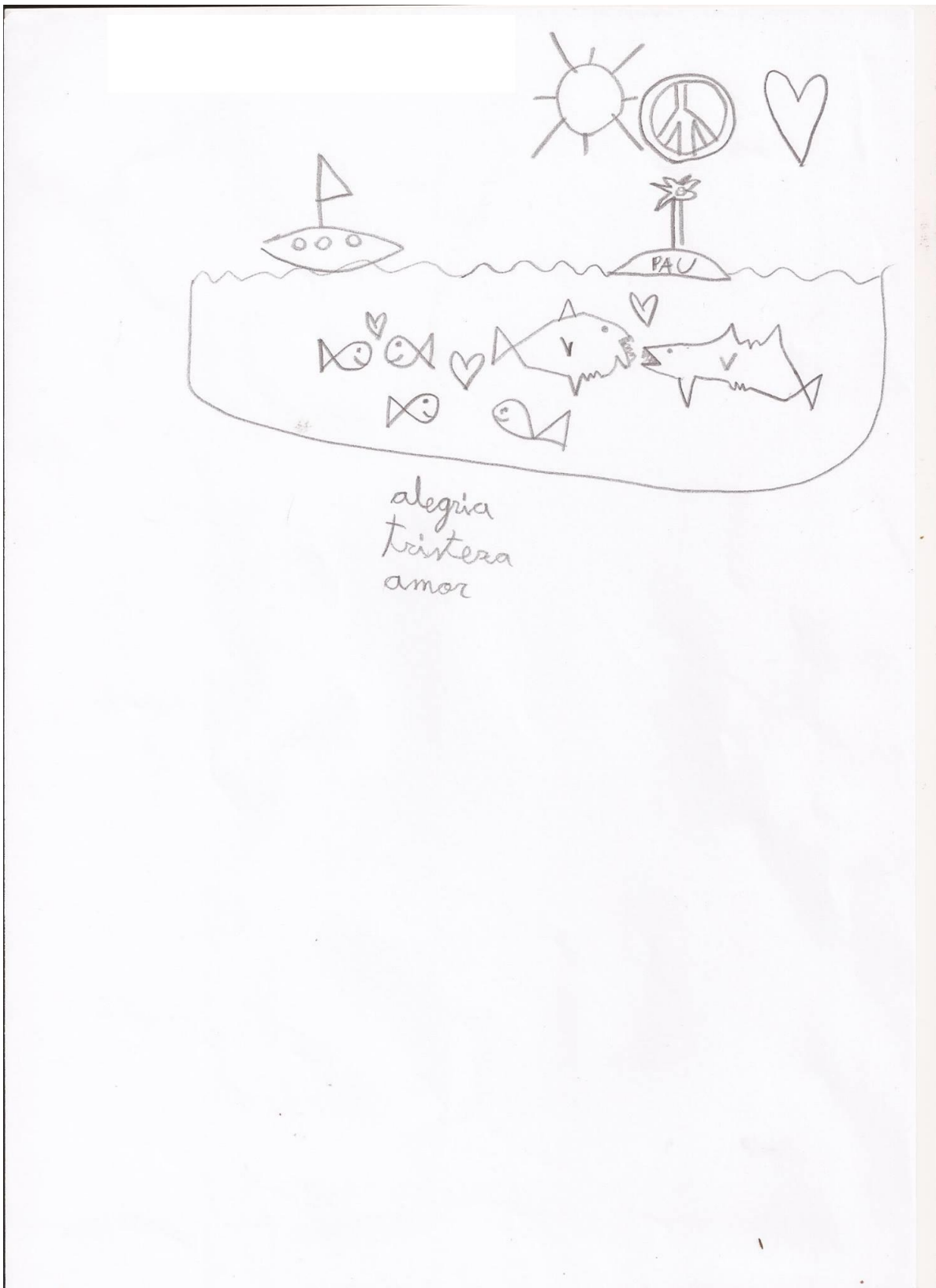
Gaita			clarinete		ca			
-------	--	--	-----------	--	----	--	--	--

ANEXO 4

Actividad: Expreso las emociones



ANEXO 5



ANEXO 6

Inventar una canción sobre las emociones

CANCION DE LAS EMOCIONES

22/3/18

~~Estaba sentado 3^{er} sentado en el balcon contemplando la alegría que había en el pueblo. De vez~~

Cuando vas a la feria, te sientes feliz 2x,
Cuando pierdes un muñeco, te sientes muy
triste! Cuando te regalan la Nintendo, estas
muy sorprendido dududubadud, cuando ves una
pelu de terrorer, ^(GRITANDO) te sientes con miedo 2x cuando
te hacen un masaje, te sientes ~~muy~~ muy
relajadooooo, dududubadud **(GRITANDO y CAMBI-
ANPO DE TONO)**

