

TAREA 1.- Montserrat Cristóbal Gutiérrez.

CURSO “NEUROEDUCACIÓN Y EDUCACIÓN EMOCIONAL” JCYL

+ **Nombre de la emoción:** TRISTEZA.

Trabajaremos la tristeza y las emociones primarias desde la música. Las actividades pertenecen a la unidad didáctica de “La Tristeza y el Romanticismo Musical” y su hilo conductor son los sentidos.

+ **Edad – ciclo a quién va dirigida:** 3º CICLO DE ED. PRIMARIA

Las actividades van dirigidas a alumnos de 5º de Primaria y el grupo consta de 18 alumnos. Entre ellos, un alumno con altas capacidades y otro con problemas de baja visión. Para este último, se le dará todo el material ampliado en formato A3 y su situación en el aula será en la parte delantera.

+ **Actividades:** U.D. LA TRISTEZA Y EL ROMANTICISMO MUSICAL

▪ SESIÓN 1:

1. ACTIVIDAD PREVIA: Discriminamos el carácter de la música: ¿Qué nos hacen sentir estos fragmentos musicales?
2. ACTIVIDAD REFLEXIÓN Y COMPRENSIÓN: El gato Burlón “Dejadme Maullar” (BSO “Los Trotamúsicos”)
3. ACTIVIDAD EN GRUPO: “La Tristeza para niños” (Video YouTube de Smile & Learn).
4. ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA: Cantamos “La mejor Vacuna” de la BSO de “Los Trotamúsicos”.

▪ SESIÓN 2:

1. ACTIVIDAD PREVIA: audiciones de música triste de diferentes compositores del Romanticismo.
2. ACTIVIDAD PRÁCTICA: tocamos “Marcha Fúnebre” para clarinete (maestro) y acompañamiento con instrumentos de pequeña percusión.
3. ACTIVIDAD DE EXPRESIÓN CORPORAL: respiración y mindfulness.

+ **Desarrollo de cada actividad:**

▪ SESIÓN 1:

1. ACTIVIDAD PREVIA: **Discriminamos el carácter de la música.**

¿Qué emociones nos provocan estos fragmentos musicales?

Como actividad de introducción a las emociones, escucharemos diferentes audiciones que corresponden a emociones primarias (ira, miedo, alegría, tristeza y sorpresa). Cada uno escribirá el nombre de la emoción que a él le sugiere esa música y después pondremos en común las respuestas.

2. ACTIVIDAD DE REFLEXIÓN Y COMPRENSIÓN: **La Tristeza y El gato Burlón “Dejadme Maullar”** (BSO “Los Trotamúsicos”)

<https://www.youtube.com/watch?v=YBV3hXUKEug>

Con esta actividad los alumnos van a reflexionar sobre la emoción primaria de la tristeza, reconociéndola, buscando un razonamiento de por qué se siente triste el gato, reconociendo la emoción en él mismo y evocando situaciones parecidas, buscando consuelo para él y ayudando al gato a que se sienta mejor. De esta forma estamos trabajando la emoción de la TRISTEZA y, también, la empatía, poniéndonos en el lugar de otro y buscar la forma de ayudarlo.

- *Escuchamos la canción y contestamos a las siguientes preguntas:
¿Qué le pasa al gato?
¿Por qué se siente así?
¿Te ha ocurrido alguna vez?
¿Cuándo sientes esta emoción, qué te ayuda a sentirte mejor?
¿Cómo ayudarías al gato?*

3. ACTIVIDAD EN GRUPO: **“La Tristeza para niños”** (Video YouTube de Smile & Learn).

<https://www.youtube.com/watch?v=lnSibnSHlr4>

En grupos de 4, van a reflexionar sobre el video siguiendo los puntos que a continuación se detallan.
Después van a interpretar 4 situaciones de tristeza en la que cada alumno sea protagonista de una de ellas.

- *Vemos el video, reflexionamos y hablamos en grupo sobre lo siguiente:
¿Qué es la tristeza?
¿Cómo lo manifestamos?
¿Qué cosas nos hacen sentir tristeza?
¿Qué podemos hacer?
¿Qué nos hace sentir bien cuando estamos tristes?*
- *Interpretamos 4 situaciones que podemos vivir con la emoción de la tristeza. En cada uno de ellos será un componente del grupo el protagonista.*

4. ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA: **cantamos “La mejor vacuna”** (BSO “Los Trotamúsicos”).

https://www.youtube.com/watch?v=qHPX1Vom_NY

"LA MEJOR VACUNA" (Los Trotamúsicos)

*Jamás he tenido ni dueños, ni amigos
Me siento tan solo que a veces me digo,
que, aunque felino tengo un corazón,
que late cuando tocas el saxofón.*

*Yo quise ser libre y no me dejaron.
Yo quise ser bueno y me maltrataron.
Que el ser humano a veces es muy cruel
y te hace daño, aunque le seas fiel.*

(estribillo)

***La mejor vacuna contra la melancolía
es llenar la vida de canciones y de amor.
Canta con nosotros esta super melodía
y verás que rápido te viene el buen
humor.***

***Vamos a triunfar con mucho ritmo y
armonía,
de todos los grupos vamos a ser el mejor.
La mejor vacuna contra la melancolía
Es llenar la vida de canciones y de amor.***



SESIÓN 2:

1. ACTIVIDAD PREVIA: **audiciones de música triste** de diferentes compositores del Romanticismo.

En esta actividad experimentaremos la tristeza desde el sentido del oído y con los tapados, a la vez que trabajamos la época del Romanticismo musical. Contaremos a los alumnos que quería interpretar cada compositor o compositora en cada una de las obras, y después tendrán que poner el título correspondiente a cada una de ellas.

- *Cierra los ojos y escucha las audiciones, estate atento a los comentarios del profesor, y pon el título correspondiente a cada una de las obras.*

"Claro de Luna"

"Sueño de amor"

"Nocturno en F Mayor"

a)

b)

c)



2. ACTIVIDAD PRÁCTICA: **tocamos “Marcha Fúnebre”** de F. Chopin para clarinete (maestro) y acompañamiento de pequeña percusión.

- *Acompañamos con instrumentos de percusión la Marcha Fúnebre de Chopin.*

<https://www.youtube.com/watch?v=RlaxD-dfk50> (partitura para Clarinete)

https://www.youtube.com/watch?v=4WQ_jFtJg_M (partitura para pequeña percusión)

- *INVESTIGO EN CASA. - Investiga sobre este tipo de obras. ¿para qué se componían? ¿Te parece un momento triste? ¿por qué en nuestra cultura el color del luto es el negro? ¿qué colores son tristes para ti?*



3. ACTIVIDAD DE EXPRESIÓN CORPORAL: **respiración y mindfulness.**

Una buena respiración y evadir la mente en situación de tristeza, acompañados de una música y movimientos que nos den paz y armonía, puede hacer evadirnos de esta emoción o hacernos sentir menos tristes, pudiendo llegar a cambiar nuestro estado de ánimo. La respiración y el movimiento segregan endorfinas, que son las hormonas de la felicidad y nos llevarán a una situación más placentera.

- *Sentados en el suelo, con la espalda recta y alargando el cuello, las piernas cruzadas y los hombros relajados, comenzamos a respirar profundamente siguiendo las indicaciones del profesor. Él guiará la respiración y los movimientos que vamos a realizar. Solo tienes que dejarte llevar y vivir la experiencia.*



✚ **Temporalización:** DOS SESIONES DE 1 HORA.

▪ **SESIÓN 1:**

1. ACTIVIDAD PREVIA: Discriminamos el carácter de la música: ¿Qué nos hacen sentir estos fragmentos musicales? → 10 min.
2. ACTIVIDAD REFLEXIÓN Y COMPRENSIÓN: El gato Burlón “Dejadme Maullar” (BSO “Los Trotamúsicos”). → 15 min.
3. ACTIVIDAD EN GRUPO: “La Tristeza para niños” (Video YouTube de Smile & Learn). → 20 min.
4. ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA: Cantamos “La mejor Vacuna” (BSO de “Los Trotamúsicos”). → 5 min.

▪ **SESIÓN 2:**

1. ACTIVIDAD PREVIA: audiciones de música triste de diferentes compositores del Romanticismo. → 10 min.
2. ACTIVIDAD PRÁCTICA: tocamos “Marcha Fúnebre” para clarinete (maestro) y acompañamiento con instrumentos de pequeña percusión. → 40 min.
3. ACTIVIDAD DE EXPRESIÓN CORPORAL: respiración y mindfulness. → 10 min.

✚ **Objetivos:**

- Discriminar auditivamente diferentes emociones según nos evoque la música.
- Reflexionar sobre la tristeza y como nos hace sentir.
- Trabajar la empatía.
- Escuchar diferentes melodías clásicas del romanticismo que representan situaciones tristes.
- Trabajar en equipo llegando a acuerdos, comunicando y respetando a los compañeros.
- Interpreta la emoción de la tristeza.
- Cantar afinadamente una canción que nos suba el ánimo.
- Tocar llevando el ritmo una obra triste (“Marcha Fúnebre”).
- Seguir una partitura con negras, blancas y corcheas.
- Buscar información sobre la música clásica en los entierros o fallecimientos.
- Reflexionar sobre el sentimiento de pérdida de un ser querido.
- Realizar ejercicios de mindfulness y respiración que nos hagan conscientes de nuestro cuerpo y el autocontrol sobre él.

✚ **Recursos materiales:**

- Conexión a internet o descarga previa de los videos y audiciones.
- Televisión, proyector o pizarra digital.
- Fichas impresas de las diferentes actividades.
- Instrumentos de pequeña percusión.
- Clarinete para el profesor.
- Mesas para trabajo en grupo.
- Imágenes de los compositores Románticos.

 **Evaluación:**

Según las siguientes rúbricas:

SESIÓN 1.- ACTIVIDAD 1					
	EXCELENTE (4 puntos)	MUY BIEN (3 puntos)	CONSEGUIDO (2 puntos)	NO ALCANZADO (1 punto)	NO INTENTADO (0 puntos)
DISCRIMINA E IDENTIFICA LAS EMOCIONES PRIMARIAS	Discrimina todas las emociones.	Discrimina 4-5 emociones	Discrimina 2 o 3 emociones.	Discrimina 1 emoción.	No identifica ninguna emoción.
PRESENTACIÓN, ESTRUCTURA Y ORTOGRAFÍA.	Impecable en cuanto a limpieza y orden en la presentación. Exquisita escritura. Estructura, ortografía y puntuación perfectas.	Muy buena y pocos errores ortográficos.	Buena. Pocos errores ortográficos.	Regular presentación y escritura. Tiene bastantes errores ortográficos.	Mala presentación y escritura. Muchos errores ortográficos.
RESPECTO POR LA MÚSICA, EL MATERIAL, POR LOS COMPAÑEROS Y PROFESOR	Cuida y respeta todos los ítems, preocupándose por ello.	Respeta todos los ítems.	No respeta 1 de los ítems.	No respeta más de 1 de los ítems dados.	No respeta ninguno de los ítems dados, ni pone intención en ello.

SESIÓN 1.- ACTIVIDAD 2:					
	EXCELENTE	MUY BIEN	CONSEGUIDO	NO ALCANZADO	NO INTENTADO
COMPRESIÓN DE LA CANCIÓN	Excelente	Muy bien	Optima	Con muchos errores.	Nada.
EMOCIÓN DE TRISTEZA	Reconoce la emoción y explica situaciones que la generan.	Reconoce la emoción y nombra situaciones que la generan.	Reconoce la emoción de la tristeza.	Reconoce una emoción diferente que puede llevar a la tristeza.	No reconoce la tristeza
EMPATÍA	Reconoce la emoción en los demás y encuentra el modo de que los demás se sientan mejor.	Reconoce la emoción en los demás y busca el modo de ayudar a los demás a sentirse mejor.	Reconoce la emoción en los demás.	Reconoce una emoción diferente en los demás, que puede llevar a la tristeza.	No reconoce la emoción en los demás.
EXPRESIÓN	Se expresa a la perfección, en cuanto a	Se expresa con soltura utilizando	Se expresa de manera que	Intenta expresarse	No expresa nada.

	formas verbales, gramaticales y riqueza de vocabulario.	buen vocabulario y correctas formas gramaticales.	los demás le entiendan.	con pocas palabras.	
ORIGINALIDAD	Aporta gran creatividad y acierto en las nuevas ideas.	Aporta creatividad en nuevas ideas.	Aporta nuevas ideas acorde a la tristeza.	Aporta nuevas ideas, pero no tienen nada que ver con el tema.	No es nada original.
RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	Muy eficazmente.	Eficazmente.	Bien.	No encuentra la solución, pero lo intenta.	No trata de resolver el problema.
PRESENTACIÓN, ESTRUCTURA Y ORTOGRAFÍA.	Impecable en cuanto a limpieza y orden en la presentación. Exquisita escritura. Estructura, ortografía y puntuación perfectas.	Muy buena y muy pocos errores ortográficos.	Buena. Pocos errores ortográficos.	Regular presentación y escritura. Tiene bastantes errores ortográficos.	Mala presentación y escritura. Muchos errores ortográficos.
RESPECTO POR LA MÚSICA, EL MATERIAL, POR LOS COMPAÑEROS Y PROFESOR	Cuida y respeta todos los ítems, preocupándose por ello.	Respeta todos los ítems.	No respeta 1 de los ítems.	No respeta más de 1 de los ítems dados.	No respeta ninguno de los ítems dados, ni pone intención en ello.

SESIÓN 1.- ACTIVIDAD 3:					
	EXCELENTE	MUY BIEN	CONSEGUIDO	NO ALCANZADO	NO INTENTADO
TRABAJO EN EQUIPO	Interviene, se relaciona con los demás compañeros y ayuda a alguno de ellos si los necesita. Llegando a realizar la función de mediador o coordinador dentro del grupo.	Interviene y se relaciona con los demás compañeros, ayudando si alguno de ellos lo necesita.	Interviene y se reacciona con los demás compañeros.	No cumple alguno de los dos ítems anteriores.	No interviene en el trabajo, ni se relaciona con los demás.
COMPRESIÓN DEL CONTENIDO DEL VIDEO	Excelente	Muy bien	Optima	Con muchos errores.	Nada.

EMOCIÓN DE TRISTEZA	Reconoce la emoción y explica situaciones que la generan.	Reconoce la emoción y nombra situaciones que la generan.	Reconoce la emoción de la tristeza.	Reconoce una emoción diferente que puede llevar a la tristeza.	No reconoce la tristeza
EMPATÍA	Reconoce la emoción en los demás y encuentra el modo de que los demás se sientan mejor.	Reconoce la emoción en los demás y busca el modo de ayudar a los demás a sentirse mejor.	Reconoce la emoción en los demás.	Reconoce una emoción diferente en los demás, que puede llevar a la tristeza.	No reconoce la emoción en los demás.
EXPRESIÓN VERBAL Y ESCRITA.	Se expresa a la perfección, en cuanto a formas verbales, gramaticales y riqueza de vocabulario.	Se expresa con soltura utilizando buen vocabulario y correctas formas gramaticales.	Se expresa de manera que los demás le entiendan.	Intenta expresarse con pocas palabras.	No expresa nada.
EXPRESIÓN CORPORAL Y DRAMATIZACIÓN	Interpreta con soltura su papel y consigue conectar con el público.	Interpreta con realismo su papel, representando las emociones.	Interpreta su papel.	Interpreta con errores su papel.	No interpreta el papel de su personaje.
ORIGINALIDAD	Aporta gran creatividad y acierto en las nuevas ideas.	Aporta creatividad en nuevas ideas.	Aporta nuevas ideas acorde a la tristeza.	Aporta nuevas ideas, pero no tienen nada que ver con el tema.	No es nada original.
RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	Muy eficazmente.	Eficazmente.	Bien.	No encuentra la solución, pero lo intenta.	No trata de resolver el problema.
PRESENTACIÓN, ESTRUCTURA Y ORTOGRAFÍA.	Impecable en cuanto a limpieza y orden en la presentación. Exquisita escritura. Estructura, ortografía y puntuación perfectas.	Muy buena y muy pocos errores ortográficos.	Buena. Pocos errores ortográficos.	Regular presentación y escritura. Tiene bastantes errores ortográficos.	Mala presentación y escritura. Muchos errores ortográficos.
RESPECTO POR EL VIDEO, EL MATERIAL, POR LOS COMPAÑEROS Y PROFESOR	Cuida y respeta todos los ítems planteados, preocupándose por ello.	Respeto todos los ítems.	No respeta 1 de los ítems.	No respeta más de 1 de los ítems dados.	No respeta ninguno de los ítems dados.

SESIÓN 1.- ACTIVIDAD 4:					
	EXCELENTE	MUY BIEN	CONSEGUIDO	NO ALCANZADO	NO INTENTADO

CANTAR DE FORMA AFINADA.	Excelente, sin desafinar en ningún momento, sin gritar y escuchando a los demás.	Muy bien, sin gritar y escuchando a los demás.	Bien, aunque desafina.	Desafina mucho.	No canta.
SIENTE EL ÁNIMO DE LA CANCIÓN.	Siente perfectamente como la canción sube el ánimo y lo expresa mientras canta, trasladándolo con el carácter de su voz.	Siente como la canción sube el ánimo y lo expresa mientras canta.	Siente como la canción sube el ánimo, aunque no consigue animarse.	No consigue animarse con la canción, aunque lo intenta.	No consigue animarse con la canción, ni lo intenta.
RESPECTO POR LA MÚSICA, EL MATERIAL, POR LOS COMPAÑEROS Y PROFESOR	Cuida y respeta todos los ítems planteados, preocupándose por ello.	Respeto todos los ítems.	No respeta 1 de los ítems.	No respeta más de 1 de los ítems dados.	No respeta ninguno de los ítems dados.

SESIÓN 2.- ACTIVIDAD 1:					
	EXCELENTE	MUY BIEN	CONSEGUIDO	NO ALCANZADO	NO INTENTADO
DISCRIMINACIÓN AUDITIVA ANTE DIFERENTES SITUACIONES DE TRISTEZA.	Acierta las 3 audiciones, diferenciando las 3 situaciones de tristeza distintas.	Acierta 2 de las 3 audiciones.	Acierta 1 audición.	No acierta ninguna de las audiciones.	No rellena todos los huecos.
ATENCIÓN Y CURIOSIDAD POR LA VIDA DE LOS COMPOSITORES Y LA MÚSICA DEL ROMANTICISMO.	Atiende a la exposición y hace preguntas muy oportunas sobre el tema.	Atiende a la exposición y hace preguntas sobre el tema.	Atiende a la exposición.	No presta atención.	No presta atención, ni deja que los demás lo hagan.
RESPECTO POR LA MÚSICA, EL MATERIAL, POR LOS COMPAÑEROS Y PROFESOR	Cuida y respeta todos los ítems planteados, preocupándose por ello.	Respeto todos los ítems.	No respeta 1 de los ítems.	No respeta más de 1 de los ítems dados.	No respeta ninguno de los ítems dados.

SESIÓN 2.- ACTIVIDAD 2:					
	EXCELENTE	MUY BIEN	CONSEGUIDO	NO ALCANZADO	NO INTENTADO
INTERPRETA LA TRISTEZA	Traslada e interpreta el sentimiento de	Interpreta con carácter triste pero no	Interpreta el sentimiento de tristeza en	No consigue interpretar a la tristeza.	No interpreta la obra.

	tristeza durante toda la obra.	consigue o transmitirlo en todo momento.	algunos momentos de la obra.		
EJECUTA LA OBRA	Perfección en la ejecución mecánica, rítmica y lectura de la obra.	Muy bien, aunque con algún fallo en la ejecución mecánica.	Optima lectura y ejecución de la obra con varios fallos en ambos ítems.	Muchos fallos en lectura y ejecución.	No ejecuta la obra musical.
RESPECTO POR LA MÚSICA, EL MATERIAL, POR LOS COMPAÑEROS Y PROFESOR	Cuida y respeta todos los ítems planteados, preocupándose por ello.	Respeta todos los ítems.	No respeta 1 de los ítems.	No respeta más de 1 de los ítems dados.	No respeta ninguno de los ítems dados.

SESIÓN 2.- ACTIVIDAD 3:					
	EXCELENTE	MUY BIEN	CONSEGUIDO	NO ALCANZADO	NO INTENTADO
MINDFULNESS	Realiza los movimientos armónicamente y acompasados con la respiración, conectando con su propio cuerpo y mente.	Realiza los movimientos de forma óptima y saludable, acompasando con la respiración. Pero no consigue conectar cuerpo y mente.	Realiza los movimientos, aunque con trabajo.	No consigue realizar todos los movimientos de forma saludable.	No realiza o no consigue realizar los movimientos.
RESPIRACIÓN	Lleva la respiración de acuerdo con las necesidades de su cuerpo y acompasada a los movimientos.	Sigue la respiración de forma óptima, de acuerdo a las necesidades de su cuerpo.	Sigue la respiración, aunque con trabajo.	No consigue llevar una respiración saludable.	No realiza las respiraciones.
GESTIÓN DE EMOCIONES EN LA ACTIVIDAD	Alcanza la desconexión de cuerpo y mente, entrando en un estado de bienestar.	Alcanza la desconexión mediante el movimiento del cuerpo, entrando en un estado de bienestar.	Deja a tras las emociones que lo hacen sentir mal, las preocupaciones o el estrés, entrando en un estado de bienestar.	No consigue alcanzar un estado de bienestar al terminar la sesión.	No alcanza un esto de bienestar o desconexión en ningún momento de la sesión.