



Siento ¿Qué siento?

1. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN

La música constituye una herramienta educativa de gran valor para favorecer el desarrollo emocional, cognitivo, creativo y social del alumnado. A través de experiencias musicales significativas, es posible generar espacios de expresión, comunicación y bienestar que contribuyan positivamente al desarrollo integral de cada persona.

El presente proyecto propone una intervención educativa basada en la escucha activa, la experimentación sonora, la expresión artística y la educación emocional dentro del contexto escolar. Su finalidad principal es acompañar al alumnado en el reconocimiento, comprensión y expresión de emociones y sensaciones mediante diferentes experiencias musicales y creativas.

La propuesta está especialmente orientada al alumnado que pueda beneficiarse de metodologías inclusivas y vivenciales, atendiendo siempre a criterios consensuados con el equipo docente, el departamento de orientación y las familias.

Asimismo, este proyecto pretende contribuir al fortalecimiento de la convivencia escolar, favoreciendo:

- . La empatía.
- . La comunicación emocional.
- .La creatividad.
- . La participación grupal.
- . El respeto a la diversidad emocional y personal.

Desde una perspectiva inclusiva y participativa, se plantea una metodología flexible que permita al alumnado explorar emociones, pensamientos y experiencias a través de la música, la imagen y la creación artística.

2. OBJETIVOS GENERALES

Favorecer la identificación, expresión y comprensión de emociones mediante experiencias musicales y artísticas.

Promover un clima de aula seguro, participativo y respetuoso que facilite el bienestar emocional del alumnado.

Potenciar la creatividad, la comunicación y la participación activa a través de dinámicas musicales grupales e individuales.

Desarrollar habilidades sociales y emocionales que contribuyan a mejorar la convivencia escolar.

Estimular la escucha activa, la atención y la reflexión personal a través de la música y la expresión artística.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Verbalizar emociones, pensamientos y sensaciones provocadas por la música.

Favorecer el desarrollo cognitivo, social y emocional mediante experiencias musicales compartidas.

Potenciar la creatividad y la expresión personal a través de diferentes lenguajes artísticos.

Desarrollar la empatía y la escucha respetuosa dentro del grupo.

Facilitar espacios de reflexión emocional adaptados a las características y necesidades del alumnado.

Promover la autonomía y la participación activa en las actividades propuestas.

4. PLAN DE TRABAJO Y METODOLOGÍA

La propuesta se desarrollará aprovechando las sesiones del área de música y otros espacios educativos disponibles en el centro.

El proyecto tendrá una duración anual, comenzando en el mes de octubre y finalizando en mayo.

La metodología estará basada en:

- . La educación emocional.
- . El aprendizaje vivencial.
- . La escucha activa.
- . La participación grupal.
- . La atención a la diversidad.

Se priorizará un enfoque flexible e inclusivo, adaptando las actividades a las necesidades, ritmos e intereses del alumnado.

5. FASES DE ACTUACIÓN

Fase 1: Coordinación inicial

Reunión informativa con el equipo docente y las familias.

Coordinación con tutorías y orientación educativa.

Selección y adaptación de objetivos según las características del alumnado participante.

Fase 2: Desarrollo de sesiones

Diseño y puesta en práctica de experiencias musicales, emocionales y creativas adaptadas al grupo.

Fase 3: Evaluación y cierre

Recogida de producciones artísticas y reflexiones del alumnado.

Valoración del desarrollo del proyecto.

Exposición final de los trabajos realizados.

6. CONTENIDOS

Educación emocional.

Escucha activa.

Empatía y convivencia.

Experimentación musical.

Improvisación sonora y musical.

Expresión artística y corporal.

Creatividad.

Comunicación emocional.

Expresión verbal y plástica.

Trabajo cooperativo.

7. DESARROLLO DE LAS SESIONES

ESCUCHAR Y SENTIR

Primeras sesiones

Se trabajará la emoción a través de audiciones musicales asociadas a distintas sensaciones y estados emocionales.

Se procurará crear un ambiente de aula relajado y acogedor, favoreciendo la escucha, la calma y la participación.

A partir de las audiciones, se abrirán espacios de diálogo y reflexión sobre:

- . Emociones.
- . Sensaciones.
- . Pensamientos.
- . Experiencias personales relacionadas con la música.

Como apoyo visual y emocional podrá utilizarse el recurso “El monstruo de colores”, de Anna Llenas.

El alumnado irá identificando progresivamente las emociones presentes en cada propuesta musical, tanto de forma individual como grupal.

Las actividades podrán adaptarse a las necesidades específicas de cada participante.

ESCUCHAR, VER Y SENTIR

Segundas sesiones

La escucha musical se complementará con imágenes relacionadas con diferentes emociones y situaciones.

A través de dinámicas participativas y lluvia de ideas, el alumnado compartirá:

- . lo que observa.
- . lo que interpreta.
- . las emociones o sensaciones que le transmiten las imágenes y audiciones.

Se fomentará el respeto por las distintas percepciones y formas de expresión emocional.

Finalmente, el grupo podrá consensuar y nombrar las emociones trabajadas durante la sesión.

ESCUCHAR Y EXPRESAR

Terceras sesiones

El alumnado representará de forma plástica las emociones trabajadas mediante:

- . Colores.
- . Formas.
- . Texturas.
- . Materiales diversos.
- . Composiciones libres.

Durante la actividad continuará la escucha musical como elemento inspirador.

Las producciones individuales podrán integrarse posteriormente en una creación colectiva, favoreciendo el sentimiento de pertenencia y cooperación grupal.

Al finalizar, cada participante podrá compartir una palabra, emoción o sensación relacionada con la experiencia vivida.

8. ESPACIOS

Aula de música.

Aula ordinaria.

Espacios comunes del centro destinados a exposiciones o actividades grupales.

9. MATERIALES Y RECURSOS

Recursos tecnológicos

Equipo de audio.

Ordenador.

Proyector.

Pizarra digital.

Recursos visuales y musicales

Audiciones musicales.

Imágenes relacionadas con emociones.

Material audiovisual.

Material fungible

Papel continuo.

Cartulinas.

Folios.

Ceras y rotuladores.

Tijeras.

Pegamento.

Material artístico diverso.

10. RECURSOS EDUCATIVOS

Como producto final del proyecto, el alumnado podrá participar en:

- . La creación de un “emocionario” colectivo.
- . Exposiciones de trabajos.
- . Muestras musicales.
- . Actividades artísticas abiertas a la comunidad educativa.

11. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Educación emocional.

Aprendizaje cooperativo.

Metacognición.

Rutinas de pensamiento.

Aprendizaje vivencial.

Metodologías inclusivas.

Atención individualizada.

Expresión artística y musical.

12. TEMPORALIZACIÓN

Las sesiones tendrán una periodicidad semanal.

La duración de cada sesión se adaptará a la etapa educativa y a las características del grupo participante.