

EL CORO DE LAS EMOCIONES

RECURSO EDUCATIVO PARA EL DESARROLLO EMOCIONAL,
SOCIAL Y DE LA CREATIVIDAD A TRAVÉS DE LA MÚSICA



FUNDACIÓN
BOTÍN

El Coro de las Emociones

Este recurso forma parte de *Educación Responsable*, un programa educativo de la Fundación Botín que favorece el desarrollo emocional, social y de la creatividad, promueve la comunicación y mejora la convivencia en los centros escolares a partir del trabajo con docentes, alumnado y familias.

Los recursos de *Educación Responsable* permiten trabajar las siguientes variables: autoestima, empatía, identificación/expresión emocional, autocontrol, toma de decisiones responsable, actitudes positivas hacia la salud, habilidades de interacción, habilidades de autoafirmación, habilidades de oposición asertiva y creatividad.

CRÉDITOS

Produce

Fundación Botín

Contenidos

Esteban Sanz Vélez

Producción audiovisual

Burbuja Films (realización) y Esteban Sanz Vélez (guión y presentación)

Diseño y maquetación

Tres DG

Edición y actualización

Fundación Botín

Pedruca 1, 39003 Santander

Año 2015 (1ª edición)

Septiembre 2015 (2ª edición, revisada)

Septiembre 2017 (3ª edición, revisada)

ISBN

978-84-15469-40-7

© Fundación Botín, 2017

© de los textos: sus autores

Agradecimientos

El autor agradece la generosa ayuda recibida, en forma de revisiones, observaciones y/o materiales, de las siguientes personas: Fátima Sánchez, Jorge Oceja, María Bolado, Vanesa Galego, Alba López, Alfonso Borragán, Alicia Gómez Linares, M^a Ángeles Melero, M^a José Aresti, Marco García de Paz, Elena Roso, Mónica Jiménez Roldán, Mariano García, Belén García Gómez.

Igualmente, agradece la participación entusiasta en la experiencia piloto de este proyecto a las maestras especialistas en música M^a José Aresti, Maki Soto, Natalia Fernández, Lula Ramirez; a los alumnos del Colegio Público Marcial Solana de La Concha de Villaescusa (1º EP, curso 2013/14) y del Colegio Concertado Sagrados Corazones de Torrelavega (4º EP, curso 2013/14); a la pianista Silvia Carrera, y a la Escolanía de Astillero y el Grupo Vocal Ars Poliphonica, dirigidos por Jesús Carmona.

*A todos aquellos que se descubrirán a través
de su canto y nos llegarán a emocionar.*

Índice

7	Presentación
8	BLOQUE I. MARCO TEÓRICO
9	1.1 Canto coral y desarrollo integral
10	1.2 ¿Qué tipo de canto coral?
11	1.3 Canto para todos
12	1.4 Canto coral y el programa <i>Educación Responsable</i>
17	1.5 Integración curricular
20	BLOQUE II. ESTRUCTURA Y CONTENIDOS
21	2.1 Recurso educativo progresivo
22	2.2 Repertorio
25	2.3 Sesiones de trabajo
29	2.4 Acompañamiento instrumental
30	2.5 Coreografías
32	2.6 Despertar y Técnica vocal
33	2.7 Ambientes de trabajo
34	2.8 Participación de las familias
35	2.9 Creatividad
36	2.10 Creando nuestro <i>Coro de las Emociones</i>
37	Apéndice. Algunos aspectos específicamente técnicos
41	BLOQUE III. MATERIALES PARA EL DOCENTE
42	A. En el aula (Fichas)
44	B. Tutoriales (Videos)
47	BIBLIOGRAFÍA
54	FICHAS 1º EDUCACIÓN INFANTIL
64	FICHAS 2º EDUCACIÓN INFANTIL
74	FICHAS 3º EDUCACIÓN INFANTIL
88	FICHAS 1º EDUCACIÓN PRIMARIA
98	FICHAS 2º EDUCACIÓN PRIMARIA
108	FICHAS 3º EDUCACIÓN PRIMARIA
118	FICHAS 4º EDUCACIÓN PRIMARIA
128	FICHAS 5º EDUCACIÓN PRIMARIA
138	FICHAS 6º EDUCACIÓN PRIMARIA
152	FICHAS 1º ESO
162	FICHAS 2º ESO
175	ESQUEMAS DE COREOGRAFÍAS
180	MODELO DE APLICACIÓN GRÁFICA PARA VESTUARIO

Presentación

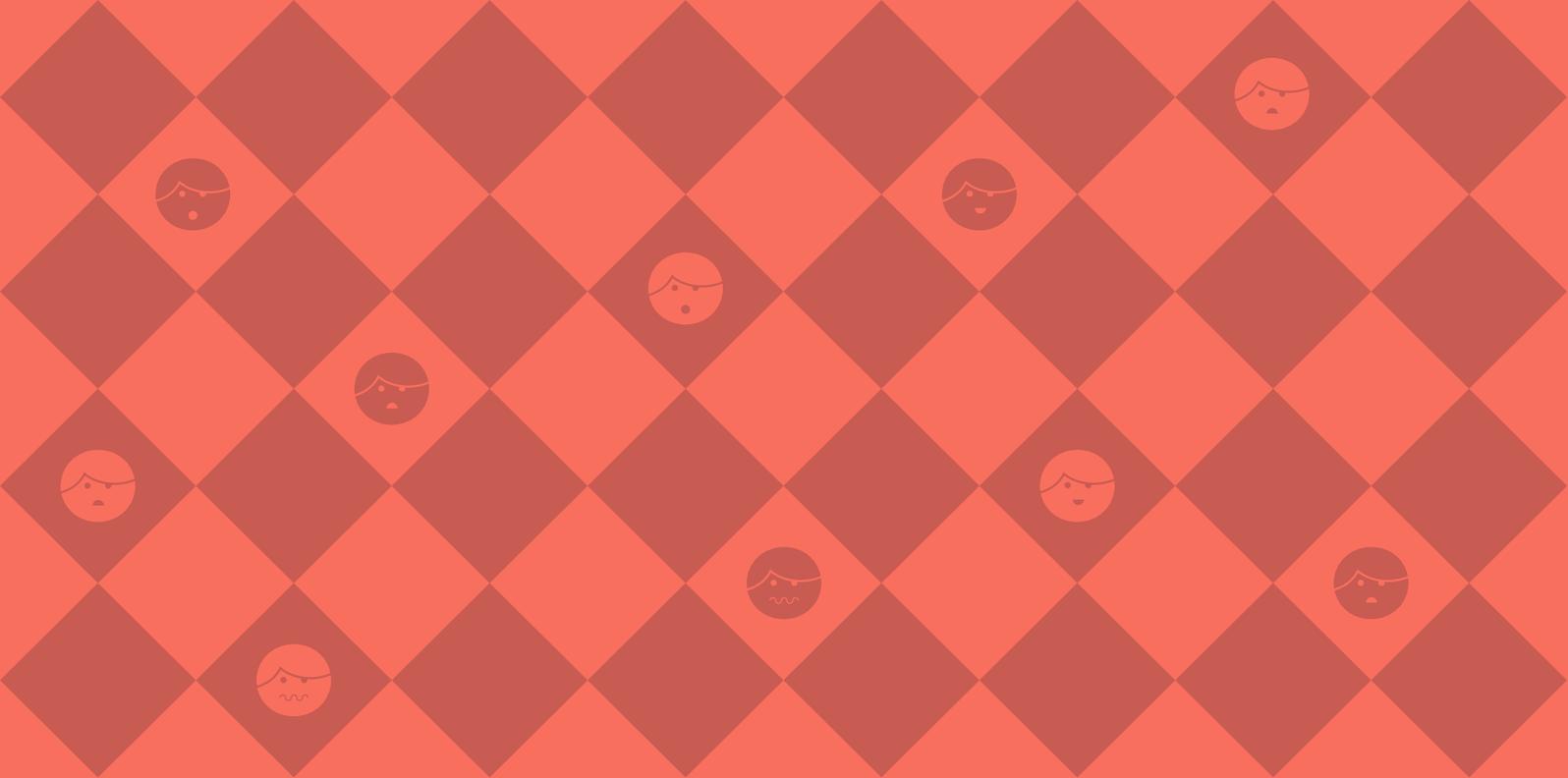
El Coro de las Emociones es un recurso educativo diseñado para desarrollar, por medio del canto en grupo, las competencias emocionales, sociales y creativas que constituyen el objetivo del programa *Educación Responsable* de la Fundación Botín. Se trata de un recurso musical progresivo ideado para ser implementado desde 1º de Educación Infantil hasta 2º de Educación Secundaria Obligatoria, durante seis sesiones de trabajo (semanas) por curso, que culminan en una actuación final.

El Coro de las Emociones se centra en el canto coral, entendido como una actividad atractiva, asequible y enriquecedora para todo el alumnado, con independencia de las dotes vocales o musicales de cada cual.

Son numerosos los estudios que avalan los múltiples beneficios que en cualquier edad y para cualquier condición personal o social conlleva la práctica del canto coral (HARGREAVES, 1998; FREER Y RAINES, 2005; SMOLEJ Y AVSEC, 2007; CLIFT Y HANCOX, 2010; KOELSCH, 2012, pp. 235-240; MUHIP *et al.*, 2014; etc.). Por otra parte, no supone ningún hallazgo ver en el canto coral una actividad aconsejable y enriquecedora para escolares. Lo que diferencia el presente recurso es la propuesta de integrarlo en el currículo escolar y practicarlo de manera sistematizada bajo un enfoque, unos parámetros y unos criterios de evaluación centrados en el Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad.

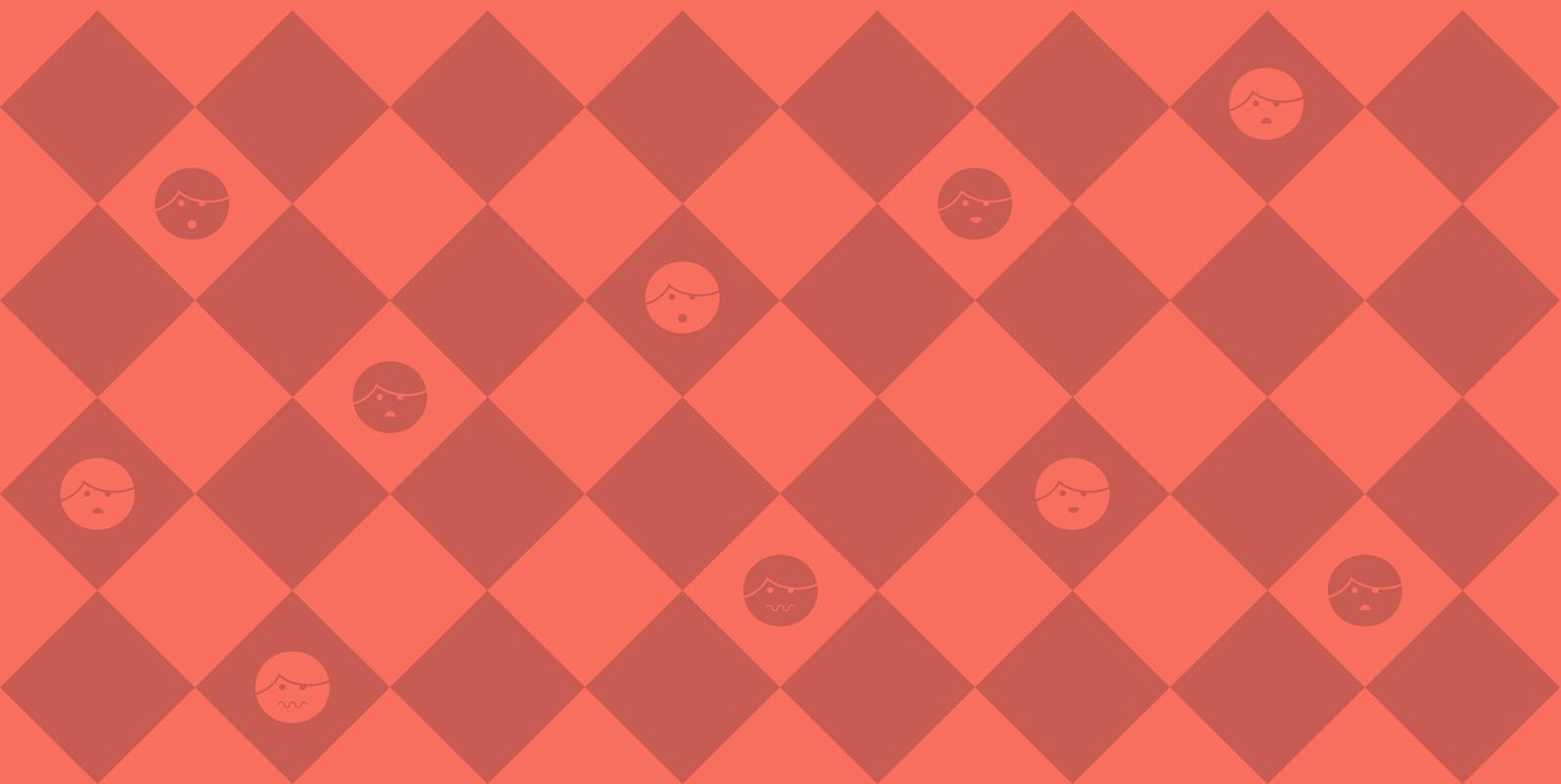
Por eso, será importante tener bien presente que el recurso no se fija como meta última la conquista de la excelencia coral, aunque la persiga en lo posible. El logro de un mejor resultado artístico no deberá mediatizar en exceso la tarea formativa integral que se pretende desarrollar a lo largo de las sesiones.

No obstante, desde un punto de vista estrictamente musical, el recurso se ajusta a los criterios de avanzadas propuestas corales de la actualidad para estas edades, tanto en las dinámicas de trabajo y en el enfoque vocal/corporal como en la elección del repertorio, lo que permite afirmar que su puesta en práctica redundará en un desarrollo general de la sensibilidad, la imaginación, el oído, la destreza vocal, el sentido del ritmo, y otras muchas habilidades y conocimientos propiamente artísticos y musicales del alumnado.



Bloque I

Marco teórico



1.1 CANTO CORAL Y DESARROLLO INTEGRAL (música; canto coral; competencias emocionales y sociales; creatividad; desarrollo cognitivo)

El Coro de las Emociones, se sustenta en una convicción clave:

El canto coral, practicado bajo determinados parámetros, constituye una poderosa herramienta, lúdica y al alcance de cualquiera, con independencia de su talento musical, para el desarrollo emocional, social y de la creatividad de las personas.

En efecto, no será necesario subrayar la potencialidad emocional de la música coral, paralela a su accesibilidad. Nos referimos, claro, a la música coral en su vertiente práctica, es decir, a la actividad de cantar en grupo, accesible en uno u otro grado al común de las personas. Baste recordar que dicha actividad se basa en conjugar el manejo de la propia voz –ese instrumento musical universal que todos incorporamos y empezamos a utilizar desde el nacimiento, en el que todos somos virtuosos, muchas veces sin saberlo (todos usamos nuestra voz a lo largo del día, desde el mismo momento de nacer, con gran pericia y extrayendo de ella un alto rendimiento), que nos define como individuos, y mediante el que expresamos y transmitimos nuestros más variados estados personales–, atendiendo, al mismo tiempo, a la armonía en el grupo.

La evidencia muestra que el canto coral, por su propia naturaleza, resulta una actividad altamente recomendable a la hora de hacer sentir el gran goce que la práctica musical es capaz de procurar a cualquiera, por lo tanto una modalidad muy apropiada para desarrollar en personas no expertas ni especialmente aficionadas a la música el gusto por esta.

Pero no solo eso; sucede que la práctica coral resulta particularmente gratificante y beneficiosa al incidir, además, en muchas variables emocionales y sociales que se traducen en bienestar. El canto coral suma al desarrollo propiamente musical de la persona (la sensibilidad, la imaginación, el oído, el sentido del ritmo, y demás conocimientos y habilidades ya mencionadas) aspectos socioemocionales y creativos relativos al desarrollo afectivo (Autoestima, Empatía e Identificación/expresión emocional), cognitivo (Autocontrol, Toma de decisiones responsable, Actitudes positivas hacia la salud y Creatividad), y social (Habilidades de interacción, Habilidades de autoafirmación y Habilidades de oposición asertiva).

En el terreno específico de la creatividad, el canto coral hace generar en los cantores estados de ánimo y emociones que facilitan procesos creativos, no solo en el ámbito relacionado con la música sino también en el de la vida cotidiana. Es decir, les ayuda a ser más creativos en su vida personal diaria, les motiva; les sirve de acicate para poner en marcha procesos que activan la capacidad de mirar las cosas de otra manera, lo que abre vías para encontrar soluciones creativas para los retos a los que diariamente todos nos debemos enfrentar. (Cfr. AAVV, 2012; AAVV, 2014).

En términos generales, pueden establecerse los siguientes aspectos, agrupados en cinco dominios, que se verán favorecidos por medio de la educación vocal y coral.

- Socialización, comunicación, cooperación, afectividad.
- Percepción, observación, atención, asociación, comprensión, concentración.
- Coordinación, psicomotricidad, salud, autodominio, confianza, afirmación.
- Sensibilidad, creatividad, lenguaje.
- Carácter, personalidad, autonomía, libertad, voluntad.

Se puede afirmar, por último, que ciertas características inherentes a la actividad coral (pertenencia a grupo; interacción frecuente, interpersonal y grupal; experimentación con el repertorio...) inciden en el desarrollo de competencias tales como el disfrute de la música en cuanto medio de expresión, el incremento de habilidades en las relaciones interpersonales, el aprendizaje autónomo y cooperativo, el conocimiento del lenguaje artístico, el conocimiento de la técnica vocal, y el conocimiento del patrimonio musical universal.

1.2 ¿QUÉ TIPO DE CANTO CORAL? (actividad integral; didáctica)

El Coro de las Emociones entiende el canto coral bajo los más modernos parámetros que se vienen desarrollando en el panorama internacional desde hace unos años. Dichos parámetros asumen lo mejor de la tradición e incorporan multitud de elementos vivificadores, siempre partiendo de un núcleo irrenunciable: que el sonido es la materia prima de la música y, como tal, ha de ocupar el centro de toda nuestra actividad, debiendo ser su máxima pureza un objetivo ideal permanente (SANZ VÉLEZ, 2010).

Por tanto, *El Coro de las Emociones* huye de ese cliché o prejuicio acerca de la música coral (como todos los prejuicios, sustentado en elementos reales), que ve en esta algo muy serio, “en blanco y negro”; cosa de señores y señoras más bien mayores (o de niños muy “formales”, sospechosamente inhibidos), ellos con chaqueta y pajarita, ellas con túnicas poco favorecedoras; todos aferrados a sus carpetas, como escudos que los protegieran del público, en una formación absolutamente estática, que ofrece casi únicamente repertorio religioso o folclórico.



Por el contrario, se aboga aquí por una música coral en color, absolutamente viva, fresca, donde el repertorio posible es tan amplio como la historia de la música, no solo la europea (desde el canto llano hasta el pop; desde una pieza sacra del

Renacimiento hasta una canción africana, japonesa, tibetana...), un canto donde la emoción y la expresión personal de los cantores no se ven mediatizadas por “lo ortodoxo”, por la convención, donde la dinámica corporal junto con el propio sonido se entienden como elementos que brotan de una misma fuente de energía vital: la propia música.

En pocas palabras,

para *El Coro de las Emociones* el mejor canto coral es una actividad integral donde con la voz, nuestro instrumento más propio y genuino, canta todo el cuerpo y todo el espíritu.



Este enfoque del canto coral no puede llevarse a cabo sin implementar y servirse de una didáctica acorde. En el Bloque II de este documento se verán los pormenores de dicha didáctica. Por el momento bastará apuntar que las metodologías empleadas en *El Coro de las Emociones* serán antes intuitivas que racionales; las dinámicas de trabajo más activas que sedentarias; el rol del director/profesor (a fin de facilitar la lectura usaremos a lo largo del documento esta figura en masculino pero, naturalmente, se alude con ella a ambos géneros) ejercido en tanto en cuanto *inspirador*, antes que apoyado en la autoridad, es decir, motor de un grupo en el que caben

todos, alentador siempre para que pueda surgir lo mejor de cada cual, porque su meta es que el canto coral llegue a los corazones de los cantores (y de los oyentes) antes que a sus cabezas.

1.3 CANTO PARA TODOS (*inteligencia musical; beneficios del canto; niños con dificultades de entonación*)

En consonancia con lo anterior, *El Coro de las Emociones* no atiende a clasificación alguna entre alumnos dotados y no dotados en lo musical. Dejando a un lado que en no pocos casos pueda ser discutible qué se considera dotado o no (el trabajo musical con chicos puede deparar agradables sorpresas en este aspecto, si cuidamos de no establecer y, sobre todo, no transmitir mensajes, verbales o no verbales, acerca de categorías) (AKOSCHKY *et al.*, 2008, p. 68), *El Coro de las Emociones* se acoge a una convicción de principio: todos somos músicos. Desde que nacemos, e incluso antes (el oído es el primer órgano del feto en ser totalmente funcional, cosa que ocurre en la decimoctava semana de gestación [TRALLERO, 2003, p. 21]), permanecemos inmersos en un maravilloso océano sonoro/musical. Nuestro oído interno, de manera inconsciente, está extrayendo y sintetizando sin descanso estructuras musicales a partir de todo aquello cuanto capta en aquel vasto universo sonoro. Es tanto lo que tenemos almacenado en apenas tres o cuatro años de vida que solo falta que se nos presenten de manera regular las oportunidades favorables de actualizar ese conocimiento inconsciente y convertirlo en sonido vivenciado. En suma, la inteligencia musical, al igual que el resto de inteligencias que todos poseemos (Gardner), se puede desarrollar en cualquier persona hasta un nivel adecuado de competencia si recibe los estímulos y la instrucción apropiados. Por otra parte, existen formas muy diversas de ser inteligentes dentro de cada categoría. Dicho de otro modo: no hay un conjunto de atributos que una determinada persona deba poseer para ser considerada inteligente en un área determinada, por consiguiente, tampoco en música (GARDNER, 1983).

Desde un punto de vista social, y de desarrollo educativo universal, todos los chicos deben cantar, y sería muy injusto privar al grueso de la población infantil de la oportunidad de participar en una actividad de la potencialidad formativa de esta por centrar el objetivo en la excelencia musical (vocal, coral). Obviamente, el resultado musical podría alcanzar a ser más depurado si seleccionamos a los mejores y formamos un coro con apenas unos pocos alumnos de todos los que integran un colegio. Sin embargo, *El Coro de las Emociones* quiere a todos los alumnos en su seno. Todas las personas pueden y deben enriquecerse con una experiencia educativa musical de esta naturaleza. Todos pueden aportar su talento (sea el que sea), su ilusión, su esfuerzo, para la obtención de un gran resultado en términos emocionales, sociales, creativos y en muchos casos, por qué no, también musicales.

Todo lo anterior no nos hace ignorar la conveniencia de dedicar una atención particularizada a determinados alumnos que por diversas circunstancias presentan dificultades para entonar correctamente. Cantar no es una capacidad innata sino más bien una habilidad corporal que, como tal, puede ser aprendida y enseñada. En pocas palabras: todo niño que puede hablar, puede cantar (ESCALADA, 2013).

En términos generales, si se ha realizado un buen trabajo vocal en los primeros años (infantil y primeros cursos de primaria), la mayoría de los niños sin limitaciones cognitivas o físicas (pérdida temporal o permanente de audición, etc.) podrán acabar cantando con una entonación aceptable hacia el tercer o cuarto curso de primaria. En cuanto a aquellos niños a los que se suele denominar “desentonados”, “monotonos”, “imprecisos”, y demás, la mayoría de ellos podrá llegar a cantar de forma aceptable con una instrucción adecuada. Se trata, por lo general, de alumnos que no han recibido una estimulación suficiente y no han vivido las experiencias sonoras necesarias.

El Coro de las Emociones, sin embargo, por sus propias características (limitación del número de sesiones de trabajo disponibles, etc.), no está diseñado para afrontar ese tipo de desafíos. Lo indicado en estos casos sería que estos alumnos recibieran, de manera personalizada o en pequeños grupos, una atención regular de su profesor de música, con la antelación suficiente que les permitiera haber hecho un progreso adecuado llegado el momento del inicio de la actividad de *El Coro de las Emociones* (Cfr. ELORRIAGA Y ARÓSTEGUI, 2013, pp. 79-83) (En el Apéndice [Algunos aspectos específicamente técnicos](#) se ofrecen pautas al respecto). Pero si esto no es posible debemos de todos modos incorporarles a la actividad, con la convicción de que, si bien su prestación vocal pudiera suponer un lastre para el conjunto, el enriquecimiento en términos de desarrollo emocional, social y creativo resultará tan significativo para ellos como para el resto.

1.4 CANTO CORAL Y EL PROGRAMA EDUCACIÓN RESPONSABLE (desarrollo afectivo, cognitivo, social; creatividad; verbalización)

Como ya se dijo, *El Coro de las Emociones* se sustenta en la profunda convicción de que el canto coral, desplegado bajo determinados parámetros, constituye una poderosa herramienta, lúdica y asequible a cualquiera, con independencia de su talento musical, para el desarrollo emocional, social y de la creatividad de las personas. El canto coral hace experimentar con facilidad el gran goce que la práctica musical es capaz de procurar a todos. La práctica vocal en particular resulta especialmente gratificante y beneficiosa al incidir, además, en muchas variables socioemocionales que se traducen en bienestar.

A continuación veremos cómo, a través de la práctica de habilidades propiamente artísticas y musicales (sensibilidad, imaginación, oído, sentido del ritmo...), *El Coro de las Emociones* incide y potencia esos otros aspectos emocionales, sociales y creativos cuyo desarrollo constituye el objetivo del programa *Educación Responsable* de la Fundación Botín.

VARIABLES

EL CORO DE LAS EMOCIONES

DESARROLLO AFECTIVO

Autoconcepto/ Autoestima

Autoconcepto es “la percepción de uno mismo, lo que se ve cuando la persona se mira en su espejo interno”, mientras que la autoestima se revela como “la valoración, positiva o negativa, del propio autoconcepto” (FAD, 2008b, p. 21).

Toda actividad que supone un reto posee la potencialidad de generar conocimientos acerca de uno mismo, de las posibilidades y limitaciones de nuestras capacidades, puesto que las pone a prueba, lo que implica ser más consciente de ellas. Pero si esa actividad, como sucede con *El Coro de las Emociones*, es grupal todavía se incrementa dicha potencialidad porque ayuda a situarse respecto a los demás (aunque no haya presiones evaluadoras ni juicios críticos externos hacia ningún individuo) y porque el colectivo devuelve de manera constante una imagen de uno mismo que sirve para precisar, matizar y revisar el autoconocimiento logrado hasta el momento.

Desde el punto de vista de la autoestima, *El Coro de las Emociones* nos hace ver que somos capaces de conseguir lo que nos proponemos. Cada cual se descubre a sí mismo y confía en su capacidad de contribuir al crecimiento del grupo. Nuestra meta es además ambiciosa, porque buscamos resultados no ya escolares, sino artísticos. Desde la sesión 1 hasta la actuación final, cada cual pone lo mejor de sí, trabajando en equipo, para sacar adelante un proyecto común (la dinámica y disciplina que implican los ensayos, aprender y perfeccionar las canciones y sus coreografías, hacer música juntos, hasta culminar en dicha actuación final). Poder hacerlo, superar barreras, ayuda a confiar aún más en uno mismo (CSIKSENTMIHALYI Y GILBERT, 1995).

En términos más específicos, cabe hablar también de un autoconcepto y una autoestima propiamente musicales. En efecto, si cada estudiante elabora un concepto musical de sí mismo a partir de las experiencias educativas relacionadas con este aprendizaje, la identidad vocal, ese vínculo entre el sonido vocal y un sentido del yo, se puede concebir como el autoconcepto y la autoestima sobre la propia voz (cfr. ELORRIAGA Y ARÓSTEGUI, 2013, pp. 40-42). Dado que *El Coro de las Emociones* promueve en todos los participantes una visión positiva del canto, a través de una metodología adecuada, con numerosas experiencias corales gratificantes, siempre en un ambiente alejado de juicios personales sobre la competencia vocal/musical de los alumnos, autoconcepto y autoestima musical no pueden sino salir beneficiados.

Tanto en el terreno más restringido de lo vocal-musical como en el general, la labor del director/profesor en cuanto a autoestima de sus cantores resulta

fundamental. Consistirá, por un lado, “en emitir mensajes positivos dirigidos a los alumnos (basados en la realidad)”, y por otro en situar a estos “de continuo frente a retos a su alcance” (FAD, 2008b, p. 21). En esa tarea recuérdese que los principios básicos para fomentar la autoestima son la aceptación incondicional, la escucha cálida, explicitar sentimientos positivos, remarcar los éxitos y los esfuerzos, evitar las comparaciones y competiciones, confiar y dar responsabilidades, así como facilitar la autodeterminación (FAD, 2008b, p. 23). Así mismo será fundamental fomentar y reforzar el uso del lenguaje positivo en el propio coro.

Empatía

La empatía, que puede definirse como “la capacidad de la persona para percibir y comprender los pensamientos, sentimientos, actitudes y circunstancias que afectan al otro y saber expresarlo”, presenta dos vertientes: “ser capaz de ponerse en el lugar del otro (empatía cognitiva) y sentir que lo que le pasa al otro me concierne (empatía afectiva)” (FAD, 2008b, p. 23).

Cantar en grupo nos lleva, sin darnos cuenta, a un permanente “sentir con”, a ponernos en el lugar de nuestros compañeros y, en general, de los demás, lo que se va consolidando como hábito y trasciende lo puramente musical para instalarse en otras vertientes vitales de la persona. Así lo muestra la experiencia y lo confirman estudios que subrayan el considerable potencial de la interacción musical en grupo para promover capacidades socioemocionales tales como la empatía (RABINOWITCH *et al.*, 2013).

A través de la actividad coral estaremos ejercitando habilidades esenciales de la empatía tales como la capacidad para detectar los estados de ánimo de los demás, la identificación emocional con las personas que experimentan sentimientos y emociones de diversa índole, la escucha activa, así como desplegar comportamientos eficaces para el apoyo y la ayuda prosocial.

Numerosas canciones se basan en textos que tratan de forma más o menos explícita esta variable. En nuestro repertorio, exponentes obvios como, por ejemplo, la canción *No man is an island/Nadie es una isla*, pero también, a su manera, títulos como *Kumbaya* o *Es de noche*, por citar solo algunos.

Identificación/ expresión emocional

El término expresión emocional alude a “la capacidad para exteriorizar emociones [tanto positivas como negativas]”. Pero para poder exteriorizar esas emociones de manera adaptativa primero resulta imprescindible su correcta identificación, es decir, poder ponerles nombre, ser consciente de lo que uno está sintiendo (FAD, 2008b, pp. 25-26).

Por ser música, música realizada en grupo y, además, vocal, todo canto coral apunta al mundo emocional. No ya la experiencia sino numerosos estudios científicos confirman los múltiples registros emocionales que se activan con la práctica musical (cfr. KOELSCH, 2012, pp. 203-240). Muchas veces el texto expresa contenidos emocionales, pero siempre la propia música y su interpretación en primera persona toca las más variadas y profundas fibras emocionales del cantor.

Pero no solo las emociones de este se expresan; también es preciso identificar las del autor de la canción que se canta y sus intenciones al crearla.

En una tercera vertiente expresiva, también se incide emocionalmente y se transmiten las emociones del que canta al público, a la vez que este, al sentir y emocionarse, genera un ambiente que influye en los cantores, de modo que se crea una comunicación emocional en ambas direcciones igualmente significativa.

DESARROLLO COGNITIVO

Autocontrol

“El autocontrol o autorregulación, se refiere al control independiente de la conducta del niño para cumplir con las expectativas sociales” y, como tal, es un elemento “*esencial para el desarrollo personal y para la prevención de los problemas de conducta*” (FAD, 2008b, p. 32).

Participar en ensayos corales —la necesidad de ajustarse a los ritmos que impone una música, sus coreografías, escuchar a los compañeros, seguir a un director...— y esforzarse con el objetivo de la excelencia futura promueven y refuerzan la capacidad de inhibir los impulsos y de posponer la gratificación inmediata, en definitiva, el dominio de uno mismo.

Las actividades de Despertar con que se inician las sesiones de *El Coro de las Emociones* incluyen siempre ejercicios en los que el contacto con la respiración y la búsqueda de distensión (relajación) constituyen recursos indispensables de autocontrol, los cuales no solo resultarán útiles para conseguir un mejor canto sino que serán aplicables en otras muchas situaciones de la vida.

La participación en la sesión centrada en seguir la actuación de un coro estable (sesión 5) y, más aún, el momento de la actuación final y todo lo que envuelve a esta, serán también poderosos acicates para el desarrollo de esta variable.

Toma de decisiones responsable

Una decisión responsablemente adoptada será “aquella sobre la cual quien la toma ha considerado las posibles alternativas, optó por una concreta y ha asumido las consecuencias que de la misma se deriven” (FAD, 2008b, pp. 35-36).

Podría parecer a primera vista que el peso de la toma de decisiones en la actividad coral recae casi absolutamente en la persona que ejerce el rol de director. Sin embargo, la adopción de un compromiso personal con el grupo, la valoración del grado de eficacia de las diversas conductas posibles, la constatación de la ineficiencia que produce el enfrentamiento, la anticipación de posibles obstáculos en la puesta en práctica de las conductas... son todos componentes de esta variable que pone en juego de manera permanente la dinámica coral, y que el cantor acabará valorando, de modo inconsciente y también gracias a enunciaciones explícitas del director/profesor, como susceptibles de ser extendidos, a partir de dicha actividad coral, a otros ámbitos del comportamiento y de la vida.

Por otra parte, *El Coro de las Emociones* promueve dejar un margen de decisión a los alumnos en diferentes aspectos de la actividad, desde el diseño de elementos de coreografía, vestuario o puesta en escena, hasta la elección consensuada de repertorio. Naturalmente, esta capacidad se desarrollará tanto más cuanto mayores sean las posibilidades que ofrezcamos a nuestros cantores de influir en la marcha de todos los aspectos de la misma.

Actitudes positivas hacia la salud

Las actitudes, en general, son “estructuras psicológicas profundas que se forman a partir de las relaciones que mantenemos con nuestro entorno”. Actitudes positivas hacia la salud serán, por tanto, “predisposiciones aprendidas para actuar de un modo favorable [hacia la propia salud]” (FAD, 2008b, pp. 30-31).

Toda la parte corporal y de movimiento que desarrolla *El Coro de las Emociones* (ritmos, coreografías, actividades de despertar corporal y vocal) conlleva liberación y energización física y anímica. Es, por tanto, fuente de bienestar y salud.

De manera más específica, en el canto coral la voz, y con ella el conjunto del sistema respiratorio, se convierten en centro de la actividad (Práctica de la

respiración diafragmática o costo-abdominal, cuidados de la voz, prevención de riesgos y estímulo de hábitos saludables...). Todo ello hace que *El Coro de las Emociones* se constituya en un recurso educativo que orienta de manera decidida hacia un ocio saludable.

DESARROLLO SOCIAL

Habilidades de interacción

Estilos de interacción cooperativa y prudente, relaciones de amistad y compañerismo al tiempo que autonomía personal en las mismas, escoger formas de interacción que no resulten hirientes para los demás o facilidad y naturalidad en la comunicación constituyen habilidades fundamentales para tener y mantener relaciones sociales. Las habilidades de interacción entroncan con valores como el respeto y la ayuda, así como con la capacidad de empatía para comprender al otro y sintonizar con él (FAD, 2008b).

No es posible concebir el canto coral si no es como una actividad en la que de manera permanente se han de poner en juego y ejercitar habilidades de interacción, desde las estrictamente musicales (ir juntos, afinar, etc.), hasta las propiamente sociales (compañerismo, recursos para emitir y recibir mensajes positivos y cumplidos, trabajo en equipo...).

Coreografías y bailes potencian aún más el desarrollo de este tipo de habilidades.

Habilidades de autoafirmación

Se trata de “destrezas y recursos de comunicación para expresar ante los demás la particular forma de ser de uno mismo, ya sea en un contexto de situaciones problemáticas o de conflicto, o bien en un marco de interacción amistosa, de compañerismo o de colaboración” (FAD, 2008b, p. 41). Hablamos, por tanto, de recursos para la expresión de sentimientos y destrezas para transmitir a los demás las cualidades personales, en suma, decir lo que uno es y quiere.

El Coro de las Emociones, al ser una actividad lúdica, placentera, que favorece la apertura emocional, incrementa la sensación de bienestar de las personas, facilitando la generación de marcos de interacción amistosa, de compañerismo, de colaboración. Al tratarse de un medio que genera confianza, anima a cada cual a transmitir a los demás su particular forma de ser, sus necesidades y deseos, asumiendo las propias dificultades y comprendiendo mejor las del otro. Momentos de puesta en común, como las despedidas de las sesiones o el concierto didáctico de la sesión 5, abren también espacios favorables a este tipo de interacción.

Habilidades de oposición asertiva

Exigir respeto a los demás es un derecho y, a menudo, una necesidad para sobrevivir en un mundo donde se produce con frecuencia el abuso. Hablamos, por tanto, de “recursos de comunicación que permiten poner en práctica habilidades sociales para expresar ante los demás la defensa de los propios derechos sin lesionar los de otros (...) y sin crear o mantener conflictos innecesarios” (FAD, 2008b, p. 41). En pocas palabras, ejercer una oposición a algo o alguien sin generar conflicto.

La expresión de sentimientos, la habilidad para transmitir y recibir críticas de manera constructiva, las destrezas para negociar cuestiones de índole interpersonal, para relacionarse con las figuras de autoridad, en general, las habilidades para discrepar y encontrar formas positivas de resolver conflictos, se ven favorecidas por una dinámica coral como la propugnada por *El Coro de las Emociones*. La actividad, donde se produce permanentemente un contacto estrecho de todos con todos, da lugar a posibles fricciones que, sin embargo, será el mismo entorno colaborativo propio de lo coral el que ayude a solventar de manera negociada y adaptativa. Porque el canto coral promueve el desarrollo de

la sensibilidad a través de elementos como el contacto con la belleza y la búsqueda de esta, la coordinación con los demás, el compañerismo... Esto ayuda a encontrar formas adaptadas de expresión asertiva y favorece el desarrollo de esa condición indispensable de la misma que consiste en el respeto por los sentimientos de aquellos a quienes dirigimos la comunicación asertiva.

CREATIVIDAD

Alguien podría pensar que la creatividad es patrimonio exclusivo de artistas, científicos o inventores. Sin embargo, se trata de una característica humana, esa “actividad imaginativa dirigida a producir resultados originales y valiosos” (AAVV, 2012, p. 28), que se puede manifestar en múltiples ámbitos y contextos. A partir de estas consideraciones, los especialistas distinguen entre creatividad con “c” minúscula, la que usamos en la vida diaria, y Creatividad con “C” mayúscula, aquella que se manifiesta a través de innovaciones y obras de arte. A nosotros, en el contexto del presente recurso, nos interesará sobre todo la primera; la que la Comisión Europea ha caracterizado como una condición previa para la innovación, en suma, esa “forma democrática de creatividad que comienza con la asunción de que todos los individuos son capaces de actuar y pensar de forma creativa en todas las esferas de la vida de acuerdo con su personalidad individual” (*Ibid.*, p. 27).

En cuanto disciplina artística, la práctica de la música, de cualquier tipo y modalidad, pero en especial el canto, es en sí misma una actividad altamente creativa (la música se “interpreta”, por tanto pone en juego, por definición, nuestra personal sensibilidad, imaginación y creatividad).

Son numerosos los estudios que encuentran en el canto coral un eficiente generador del *fluir* (*flow*) en los cantores, ese producto y vehículo a un tiempo de una eficiente apertura creativa. (por ejemplo, FREER Y RAINES, 2005).

A lo estrictamente musical (el canto) se añaden los aspectos de expresión personal que favorecen las coreografías (expresiones faciales, gestos, pasos, bailes) con que acompañamos las piezas corales. En etapas intermedias y avanzadas de *El Coro de las Emociones* se contempla, además, que los alumnos desplieguen también su creatividad a través de la invención de coreografías, el diseño del vestuario, detalles de escenografía, etc. Incluso el propio recurso se abre, en sí mismo, a la creatividad de todos sus usuarios, de manera que cada año puedan moldearlo e innovar (ver [2.10 Creando nuestro Coro de las Emociones](#)).

Por otra parte, como ya se adelantó, el canto coral hace generar en la persona estados de ánimo y emociones que la sitúan en posición de iniciar por sí misma procesos creativos, no solo en el ámbito relacionado con la música sino también en la vida cotidiana, al motivarla para iniciar procesos que activan su capacidad de mirar las cosas de otra manera, y abriendo vías para encontrar soluciones más creativas para los retos a los que diariamente todos nos enfrentamos; en suma, potenciando aquella creatividad con “c” minúscula a la que se aludía al principio.

Por todo lo anterior, es decir, porque se considera que la actividad coral promovida por *El Coro de las Emociones* tiene un enorme potencial para contribuir al desarrollo emocional, social y creativo del alumnado, deberá ponerse el mayor cuidado en verbalizar y hacer conscientes a los alumnos de aquellos aspectos relacionados con dicho desarrollo que vaya suscitando y proponiendo la actividad. Resulta de la máxima importancia que el director/profesor ponga todo su empeño en resaltar de manera permanente esos aspectos emocionales, sociales y de creatividad que el canto coral vaya haciendo aflorar. Se trata de algo fundamental; de lo contrario los efectos potenciales de la actividad se verán disminuidos. Nunca se insistirá lo suficiente en esta idea: es imprescindible que los docentes vayan trabajando a través del canto las capacidades emocionales, sociales y creativas del alumnado a medida que transcurre el programa. Porque, si es cierto que todos los aspectos mencionados relativos al desarrollo emocional, social y de la creatividad están implícitos en el canto coral, no es esa la parte de la actividad que más nos interesa; buscamos sobre todo conseguir hacerlos explícitos; destacarlos para potenciarlos. Esa es la justificación última de *El Coro de las Emociones*.

Cantamos, precisamente, para adquirir, practicar y hacer explícitas a través del canto coral competencias emocionales, sociales y creativas que de otra forma serían más difíciles de desarrollar.

Así, siempre que sea posible, el director/profesor deberá lanzar, a propósito de cualquier circunstancia (un momento o situación determinada de un ensayo; un comentario de algún chico; el texto de una canción; el particular bienestar que sentimos tras un ejercicio de despertar corporal...), determinada reflexión, observación o propuesta a sus alumnos, de manera que queden verbalizadas todas esas cuestiones del desarrollo emocional, social y de la creatividad que el canto coral, por su propia naturaleza, hace aflorar.

En las fichas para el profesor que recogen los contenidos y el plan sugerido para cada una de las sesiones de trabajo con el alumnado (ver [Bloque IIIA](#)), se especifican las variables emocionales, sociales y de la creatividad que se trabajarán en cada franja de horario, destacadas en negrita y agrupadas en dos categorías: la primera (“Variables principales”) que incluye aquellas más directamente relacionadas con la actividad correspondiente, y la segunda (“A subrayar”) con otras variables que se considera importante reforzar en ese preciso momento del proceso formativo, señalándose entre paréntesis el motivo. No obstante, ambos tipos de variables se indican como guía, con el fin de facilitar la tarea educativa del director/profesor. Por eso este podría optar por introducir en un momento dado cualquier otra que no apareciera señalada si lo considerase oportuno, en función, tal como indicábamos, de un hecho puntual que surge durante el desarrollo de la sesión, o de cualquier otra circunstancia.

1.5 INTEGRACIÓN CURRICULAR (objetivos; contenidos; competencias básicas)

El Coro de las Emociones, aunque tiene como objetivo principal el desarrollo emocional, social y de la creatividad del alumnado, naturalmente, como recurso educativo musical, también trabaja contenidos específicos del área y contribuye al desarrollo de las competencias básicas establecidas por ley (BOC, 2007a, 2007b, 2008, y 2014), tal y como mostramos a continuación.

Objetivos

- Promover el desarrollo emocional, social y creativo del alumnado.
- Promover su desarrollo artístico-musical a través de la mejora de sus competencias musicales.
- Ayudarles a descubrir en el canto coral una permanente fuente de bienestar para sus vidas.
- Ofrecerles alternativas de ocio beneficiosas para su salud física y mental, al tiempo que enriquecedoras en lo espiritual.
- Conseguir que el canto coral llegue a sus corazones antes que a sus cabezas.
- Buscar que todos se encuentren a gusto cantando con independencia de sus capacidades.
- Crear un ambiente de trabajo estimulante, presidido por el buen humor, la apertura a la expresión emocional y la apertura creativa.

Contenidos

Escucha

- Sonido/silencio.
- Cualidades del sonido (altura, duración, intensidad, timbre).
- Formación coro (canto a una o más voces, coro *a capella*, coro-solista/s, coro con acompañamiento).
- Formas musicales: pregunta/respuesta, ecos, ostinato, *quodlibet*, imitación, canon, estrofa, estribillo,

rondó, binarias/ternarias (A, AB, ABA), variaciones y motete.

- Estilos.
- Escucha activa (habilidades para el canto al unísono y a varias voces, color, empaste).

Interpretación/creación musical

- Canto en grupo. Práctica de las pautas básicas de la interpretación (silencio, atención al director y a los otros intérpretes, audición interior, memoria, adecuación al conjunto).
- Improvisación vocal y corporal (individual y en grupo, en respuesta a distintos estímulos musicales y extramusicales).
- Figura, funciones y recursos técnicos del director.
- Exploración de las posibilidades de la voz. Interés por su conocimiento y cuidado (calentamientos, vocalizaciones, colocación/impostación, articulación, voz de pecho/voz de cabeza, resonadores, apoyo, higiene...).
- Interpretación (repertorio de diferentes épocas, estilos y procedencias, interpretación individual/colectiva, valoración y respeto en la interpretación, cuidado por el producto final).
- Creatividad (improvisación, desarrollo de ideas musicales básicas, interpretación creativa).

La música, el movimiento y la danza

- Calentamientos (relajación/distensión, apertura creativa).
- Expresión corporal (psicomotricidad, lenguaje no verbal).
- Realización de movimientos coreográficos sobre las canciones.
- Danza.
- Coordinación individual y en grupo.
- Creatividad (diseño de coreografías, puestas en escena).

Contribución al desarrollo de las competencias básicas establecidas

Comunicación lingüística

- Desarrollo de capacidades relacionadas con el habla tales como la respiración, la dicción o la articulación.
- Capacitación para comprender, interpretar y usar diferentes textos a través de las letras de las canciones.
- Interacción oral al escuchar y al hablar. Diálogo.
- Expresar opiniones propias y sentimientos.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Acercamiento a la noción de sonido y sus componentes físicos (altura, intensidad, duración y timbre).
- Sonido y silencio en el entorno cotidiano.
- Utilización de razonamientos matemáticos para comprender conceptos musicales.

Competencia digital

- Utilización de Internet como fuente de recursos.
- Desarrollo de habilidades para acceder a la información a través de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC).

Competencias sociales y cívicas

- Fomento de la convivencia a través del canto y la danza.
- Respeto del turno de palabra.
- Trabajo en equipo.
- Adquisición de experiencias colectivas como reflejo de la organización y el funcionamiento de la sociedad.
- Trabajo en equipo requerido por la interpretación y la creación.
- Valoración del canto y las danzas como medio de relación, cooperación y compromiso con los demás.

Conciencia y expresiones culturales

- Valoración de las manifestaciones artísticas presentadas.
- Valoración de la música como fuente de disfrute y enriquecimiento personal.
- Acercamiento al patrimonio cultural a través de la música.
- Acercamiento a las distintas formas de expresión de sentimientos, ideas y experiencias de forma creativa a través de la música.

Competencia para aprender a aprender

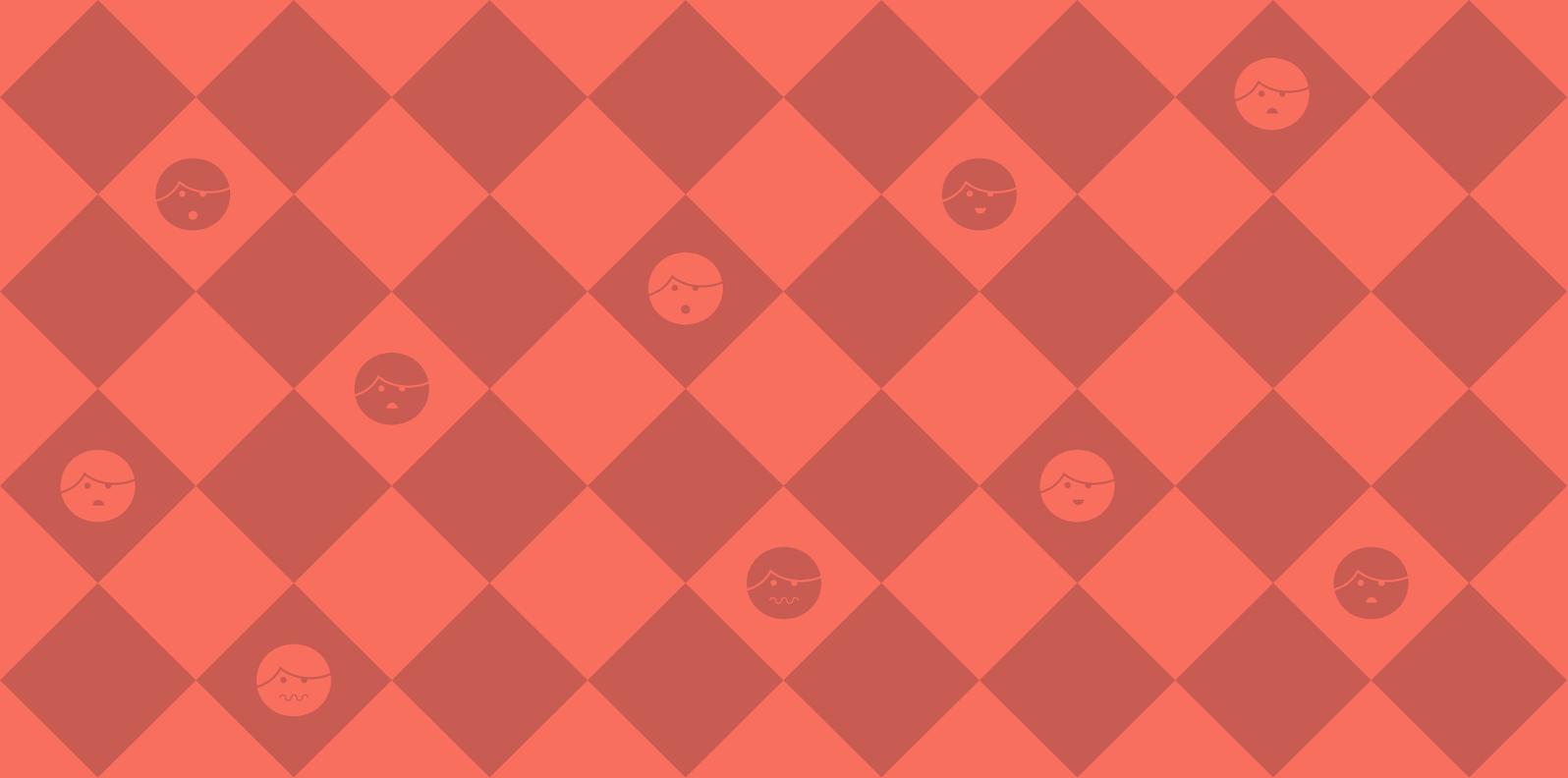
- Vivir experiencias de aprendizaje colectivo.

Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor

- Profundización en el conocimiento de uno mismo, identificando emociones propias y comprendiendo las de los demás.

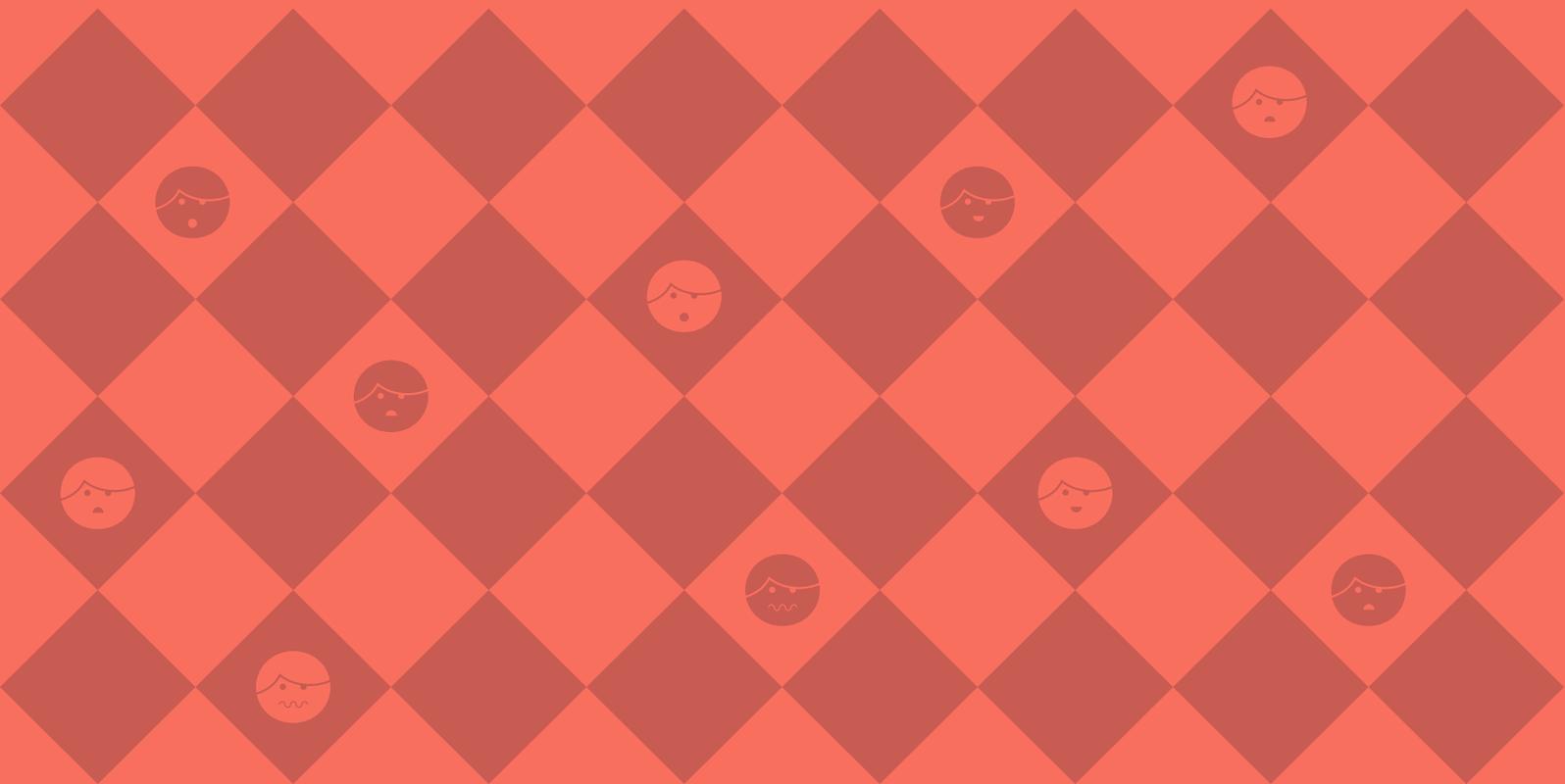
Desarrollo de competencias emocionales, sociales y creativas

- Autoestima, empatía e identificación/expresión emocional (*Desarrollo afectivo*).
- Autocontrol, toma de decisiones responsable, actitudes positivas hacia la salud y creatividad (*Desarrollo cognitivo*).
- Habilidades de interacción, de autoafirmación y de oposición asertiva (*Desarrollo social*).



Bloque II

Estructura y contenidos



2.1 RECURSO EDUCATIVO PROGRESIVO (ciclo escolar; planificación; tramos)

El Coro de las Emociones es un recurso educativo del programa *Educación Responsable*, y abarca desde 1º de Educación Infantil hasta 2º de Educación Secundaria Obligatoria.

Su objetivo es que el alumnado tenga la oportunidad de mantener una actividad coral progresiva y acumulativa, bien estructurada, vinculada de manera expresa al desarrollo emocional, social y de la creatividad a lo largo de su formación, desde muy temprana edad y hasta la adolescencia, durante al menos siete semanas por curso.

El formato de trabajo (seis sesiones por curso, y actuación final denominada *Somos Creativos*) es el mismo para todos los cursos. Lo que se irá adaptando, según los niveles, serán los contenidos, el carácter de las actividades, los repertorios musicales y el grado de profundización en el tratamiento de las competencias emocionales, sociales y creativas a trabajar.

Para ello se divide el conjunto de la actividad en cuatro grandes tramos. Cada uno se identifica y caracteriza como sigue.

- **1º a 3º de Educación Infantil. Nuestro primer coro.** Primeros contactos con la actividad coral y establecimiento de las bases para lograr una autoestima vocal positiva; primeras vivencias de la riqueza emocional, social y creativa que implica el canto en grupo.
- **1º a 3º de Educación Primaria. Afinando sonidos, afinando sentimientos.** A través de la potenciación de la escucha activa se accede a un mundo emocional, social y creativo cada vez más variado y sutil; se trabajan emociones secundarias; por medio del canto podemos modular nuestros sentimientos y estados de ánimo, paso previo a la actividad creadora.
- **4º a 6º de Educación Primaria. Yo sueño, tú sueñas, nosotros sonamos.** Cada cual con su personalidad y sus cualidades contribuye al crecimiento del grupo; podemos potenciar mutuamente nuestro mundo emocional, social y creativo cantando juntos.
- **1º y 2º de ESO. Creando nuestro propio sonido.** El sonido de cada cual y el del propio grupo resultan únicos; nuestra creatividad juega un importante papel en la consecución del mejor sonido individual y colectivo; en estos primeros estadios de la adolescencia el canto coral puede ser una preciosa herramienta que nos ayude a encontrar bienestar a través del refuerzo de la confianza en uno mismo y de la orientación hacia un ocio saludable, y al mismo tiempo, que potencie el desarrollo de nuestras habilidades de interacción, autoafirmación y oposición asertiva.

He aquí una vista panorámica de todo el proceso expuesto.



En consonancia con ese espíritu progresivo del recurso, subrayado por los tramos mencionados, a partir de 3º de Primaria, si no antes, será aconsejable ir dejando en manos del alumnado, de manera paulatina, decisiones sobre elección y/o diseño del vestuario (actuación final), creación de algún elemento de coreografía y/o de puesta en escena (por ejemplo, determinado paso de baile, o alguna tela que se manipula; la proyección de alguna imagen...) e, incluso, la elección de algún título del repertorio distinto de los propuestos en el propio recurso. Se trata de potenciar la capacidad del mismo para desarrollar aspectos relativos a la toma de decisiones responsable y a la creatividad.

2.2 REPERTORIO

(piezas; estilos; número de voces; tesituras; repeticiones; idiomas)

Cada uno de los cursos trabaja tres piezas musicales, tres canciones corales, a las que denominamos de manera genérica M1, M2 y M3. Cada una de estas músicas guarda unas características patrón, y cumple una función similar en todos los cursos.

- **M1** sirve como primer contacto con la actividad en cada curso. Es una canción o pieza mediante la que se trabaja el calentamiento corporal y vocal, el juego, la diversión a través del canto. También incide en la imaginación, a través de universos musicales de algún modo exóticos... Será la pieza idónea para cantar con las familias (ver [2.8 Participación de las familias](#)).
- **M2** será una pieza bailable. Bailar mientras se canta, como se verá, es una excelente manera de evitar rigideces y tensiones corporales y vocales, además de una permanente fuente de bienestar personal y un facilitador de la creatividad (ver [2.5 Coreografías](#)).
- **M3** se centrará en la expresión más directamente emocional, la sensibilidad, la delicadeza, la empatía, a través de los textos y también de la propia música. Se propone trabajar esta pieza con partitura desde el principio (mientras que las dos anteriores, M1 y M2, pueden aprenderse de memoria). Se trata de ir confrontando al alumnado, en función de la edad y el nivel de conocimientos de cada grupo, con los distintos elementos del lenguaje musical, siempre desde un punto de vista eminentemente práctico.

Si en general el recurso sigue criterios de avanzadas propuestas corales para estas edades, también lo hace en lo que se refiere a la elección del repertorio. En términos generales, se proponen obras:

- En las que la dificultad no supere el placer de cantarlas.
- A una voz pero que pueden servir para la práctica graduada del canto a varias voces, dejando siempre a criterio del director/profesor la decisión de introducir, y cómo, el desdoblamiento de voces.
- Con acompañamiento de piano (ya sea escrito íntegramente, ya venga sugerido mediante cifrado americano, o bien pudiendo improvisarse a partir de la armonía implícita), aunque contemplando la posibilidad de recurrir a otros instrumentos que puedan resultar más asequibles (guitarra, etc.). En ocasiones, se sugiere la inclusión de algún instrumento de percusión que podría tocar algún alumno (ver [2.4 Acompañamiento instrumental](#)).
- Que ofrecen variedad de registros y estilos entre unas y otras (clásica, étnica/popular, pop...; desde el Renacimiento hasta propuestas contemporáneas), de manera que a lo largo de todo el recurso los alumnos puedan acceder con naturalidad a un amplio abanico, en lo temporal y geográfico, de manifestaciones musicales corales.
- Que favorecen la actividad coreográfica de los alumnos.
- Que hacen posible un enriquecedor trabajo musical, así como emocional, social y creativo.

En el [Bloque IIIA. Materiales para el docente \(fichas\)](#) se encontrarán los enlaces a las partituras de las piezas que se proponen como repertorio de trabajo para cada curso, junto con diferentes datos y sugerencias para su preparación, así como un breve video tutorial sobre cada una de ellas. En la siguiente tabla se recogen todos los títulos propuestos.

Repertorio

(Se incluyen videos sobre cada una de las piezas de cada curso). * Piezas con texto en castellano.

Curso	M1 (exotismo)	M2 (baile)	M3 (delicadeza/emoción)
1º Infantil	<i>El guerrero Zulú</i> (Tradicional Sudáfrica)*		
		<i>Zum Gali Gali</i> (Tradicional Israel)*	
			<i>Chiquititito como un ratón</i> (A. Urbina)*
2º Infantil	<i>Carabú</i> (Anónimo)		
		<i>Los cacharros</i> (M. Ariño)*	
			<i>Cantemos este son</i> (Canon a 4 v.i.) (L. de Cea)*
3º Infantil	<i>El tren</i> (1v. p.n.) (A. Grau)*		
		<i>Na baia tem</i> (Tradicional Brasil) (arr. J. Faustini)	
			<i>Cucú</i> (En el pinar) (Canon a 2v.) (Anónimo)*
1º EP	<i>Tongó</i> (2 v.i.) (Tradicional Polinesia)		
		<i>El sol brilla grande</i> (P. Michel)*	
			<i>I like the flowers</i> (canon a 4 v.) (Anónimo)
2º EP	<i>Epo</i> (Tradicional Maorí)		
		<i>Pequeña danza</i> (Canon a 2 v.) (B. Bartók)*	
			<i>Kumbaya</i> (Tradicional EEUU)
3º EP	<i>Mermelada de canciones</i> (Quodlibet a 3 v.) (Anónimo)*		
		<i>Gaudeamus hodie</i> (Canon a 3 v.) (N. Sleeth)	
			<i>Es de noche</i> (E. Sanz Vélez)*
4º EP	<i>Salam aleikum</i> (Tradicional Marruecos)		
		<i>Audite silete</i> (M. Praetorius)	
			<i>Pobre mariposa</i> (S. Furnó)*
5º EP	<i>Eram sam sam</i> (Tradicional Senegal)		
		<i>Calipso</i> (Canon a 3 v.) (J. Holdstock)*	
			<i>Akai hana</i> (M. Nakabayashi)
6º EP	<i>Kuwate</i> (Canon a 3 v.) (Tradicional Indios Americanos)		
		<i>Ophelia letter blow 'way</i> (Tradicional Trinidad) (arr. R. Gritton)	
			<i>No man is an island</i> (arr. K. Ala-Pöllänen)*
1º ESO	<i>I'm gonna sing</i> (Espiritual) (arr. V. H. de Gainza)		
		<i>Un poquito cantas</i> (Tradicional Canarias)*	
			<i>Karácsonyi</i> (L. Bárdos)
2º ESO	<i>Siyahamba</i> (Tradicional África)		
		<i>Cubanita</i> (E. Ugalde)*	
			<i>Taivas on sininen ja valkoinen</i> (Tradicional Finlandia)

Como se ve, no somos estrictos u ortodoxos en la elección del repertorio. Las partituras que se indican están escritas a distinto número de voces, incluso muchas de ellas pensadas para voces mixtas. Sin embargo, las proponemos con la idea de realizarlas a una voz y utilizar el resto de las voces como partes de acompañamiento al piano (o instrumental), o bien, de manera flexible, como opciones para desdoble de voces, en función de las diferentes tipologías vocales de los alumnos y otras consideraciones que deberá valorar el director/profesor (muda de la voz a partir de los 10/11 años, etc.). Detallamos a continuación nuestro criterio sobre este y algunos otros aspectos técnicos.

Canto a una o más voces

En general, *El Coro de las Emociones* plantea como base el canto a una única voz, y deja a criterio del director/profesor la opción de intentar en uno u otro momento el canto a varias voces, ya que será él quien mejor pueda saber lo que más conviene a cada grupo en cada momento y estadio de su evolución musical,

vocal y coral. Por una parte, se considera que seis semanas (sesiones) por curso no es tiempo suficiente para desarrollar un trabajo coral en profundidad, por tanto para adquirir la habilidad necesaria para afrontar el canto a varias voces obligadas con seguridad y solvencia. Por otra, el objetivo básico del recurso, antes que la superación de cualquier desafío de carácter técnico, es familiarizar a los alumnos con la modalidad musical del canto coral, de tal manera que pueda llegar a convertirse en fuente de desarrollo personal y bienestar a lo largo de sus vidas. En ese sentido, se estima preferible disfrutar de la gran potencialidad de una única melodía bien cantada por todo el grupo (limpia, afinada, con emoción...) que obligarse a afrontar dos o más voces sin las suficientes garantías y con el consiguiente estrés.

No se establece, por tanto, en este o aquel curso un límite a partir del cual se deba empezar a cantar a más de una voz. Al contrario, se pretende enfocar este aspecto de la forma más natural y flexible, de modo que, por ejemplo, se pueda cantar al unísono de manera habitual, luego se haga alguna incursión en el canto a varias voces, y de nuevo se vuelva, incluso en cursos avanzados, al canto a una voz sin ver en ello ninguna renuncia o retroceso. Lo principal será siempre la música, la calidad del canto, la expresión emocional, el bienestar de los cantores, por encima de cualquier reto técnico. Pero atención: no olvidemos que en ocasiones, aunque parezca paradójico, puede resultar más fácil cantar a varias voces que al unísono (ver a continuación).

Tesituras

Las tesituras de las melodías que se canten resultan de vital importancia para evitar problemas vocales en los cantores. Disponemos como docentes de la posibilidad de adaptar (transportar) cualquier pieza a las tesituras de los alumnos de un grupo concreto (tanto bajarlas, como subirlas). De nuevo será preferible poder atender a un canto bien realizado que encontrarse a disgusto y forzados solo por empeñarse en mantener una pieza en su tonalidad original. No olvidemos tampoco la posibilidad de adaptar melodías mediante técnicas de octavación parcial o *pivoting* (ver algunos ejemplos prácticos de dicha técnica en ELORRIAGA, 2013, p. 91 y ss.), si tenemos alumnos que por razones de cambio de voz (sobre todo en los chicos al inicio de la pubertad), o por cualquier otra causa en chicos y chicas en edades más tempranas, encuentran excesiva dificultad en llegar a determinadas notas, ya sean agudas o graves. En suma, deberemos permanecer atentos en todo momento a las características de las voces individuales de cada grupo y poner los medios necesarios para evitar que algunas de ellas puedan sufrir si se fuerza a todos a cantar dentro de un único ámbito. (Ver [Apéndice. Algunos aspectos específicamente técnicos](#)).

Ampliación y/o sustitución del repertorio

Como hemos visto, *El Coro de las Emociones* propone el aprendizaje y trabajo coral de tres piezas concretas por curso. Sin embargo, animamos a que el docente se sirva de repertorio alternativo (cualquier otra canción de su preferencia), cuando lo estime adecuado, en función de las características y grado de madurez de un grupo determinado.

Se anima así mismo, a partir de 3º de Primaria si no antes, a ceder a los alumnos la elección de una determinada canción que les atraiga más que la que viene propuesta para su curso (*Toma de decisiones responsable*).

De la misma manera, si hubiera tiempo y lo viera conveniente, el director/profesor podría ampliar el repertorio a una cuarta canción de su gusto o incluso optar por una compuesta por el propio grupo (*Creatividad*) (Ver [2.10 Creando nuestro Coro de las Emociones](#)).

Repeticiones no escritas

Por lo general, el repertorio que se propone se contempla como un punto de partida. Dicho de otro modo, no se toman las partituras, salvo casos obvios, como una obra cerrada, con un número dado de compases y una duración invariable. Más bien al contrario, se anima a sacar el máximo partido artístico y didáctico de las melodías propuestas. Son múltiples las técnicas que podemos aplicar a una simple melodía de ocho compases a fin de alargar las piezas, prestándoles así en cada vuelta un renovado interés. Ofrecemos a continuación algunas ideas, como muestra de las numerosas posibilidades que tenemos a nuestra disposición en este sentido.

- Jugar con diferentes texturas vocales (melodía unísono de todo el grupo; dividir el grupo en 2 coros; solista o pequeño grupo vs. coro al completo...) y en ocasiones incluso con variaciones en los colores vocales (más oscuro, más claro... Por ejemplo, en ciertas melodías africanas puede resultar apropiado hacer alguna de las vueltas con un sonido muy nasal, imitando la característica sonoridad tribal).
- Variaciones en el acompañamiento instrumental (mientras la melodía cantada se mantiene sin cambios).
- Interludios solo instrumentales (mientras, el grupo puede o no realizar algún movimiento coreográfico).

- Añadido de algún instrumento de percusión en alguna de las repeticiones (triángulo, bongos, maracas...).
- Incluir elementos de percusión corporal en determinados momentos (palmas, chasquidos de dedos...).
- Jugar con matices contrastantes (*forte-piano*, *crescendo*, etc.)
- En algún caso específico (sin abusar) puede incluso modificarse la propia canción mediante variaciones (con la nueva repetición se introduce un elemento dado que resulta novedoso aunque no tanto como para que se deje de reconocer su procedencia del material principal de la canción. Por ejemplo, un ritmo de dos corcheas se convierte en corchea-puntillo-semicorchea).
- Introducir una simple pero efectiva variante en la coreografía.

Idiomas

El Coro de las Emociones no huye del repertorio en otras lenguas distintas del castellano; al contrario, promueve los idiomas más variopintos al entender que es esa, precisamente, una de las fortalezas socioemocionales y creativas (y naturalmente lingüísticas) del canto coral.

En términos generales, es preferible cantar una canción en su idioma original que con el texto traducido. La emoción de un canto solo se expresa en toda su integridad en el idioma para el que fue creado. Con la traducción siempre se pierde un poco de ese algo indefinible que flota entre las palabras originales y los sonidos musicales que nacieron de dichas palabras.

Por otra parte, no dejará de ser enriquecedor el acercamiento a otras culturas y sensibilidades a través de sus músicas autóctonas, provenientes de los lugares más variopintos del mundo, en sus lenguas originales, desde el inglés al japonés, desde el yoruba al finés.

2.3 SESIONES DE TRABAJO

(secuenciación; concierto didáctico; actuación final; vestuario; presencia en escena)

Para cada curso, *El Coro de las Emociones* contempla un total de seis sesiones de trabajo con los alumnos, a razón de una por semana. De estas se consideran “ensayos” las sesiones 1, 2, 3, 4 y 6. La sesión 5 se centra en la confrontación de los alumnos con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y, a ser posible, en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar este día en el proyecto. Por último, todo el proceso concluye con una actuación final: *Somos Creativos*.

Plan de trabajo / curso



A continuación, se detalla todo lo anterior.

Sesiones nº 1, 2, 3, 4, y 6 (De montaje y ensayo)

Estas cinco sesiones tienen una estructura fija (aunque flexible), que incluye los siguientes apartados:

- Despertar: calentamiento y técnica corporal y vocal. (Ver vídeo [III B.2.1 Despertar. Introducción](#)) (Ver vídeo [III B.3.1 Técnica vocal. Introducción](#)).
- Canto: preparación y ensayo de piezas M1, M2 y M3, según corresponda cada día.
- Despedida: todas las sesiones se deben cerrar “en positivo”, en diálogo con el alumnado, en unos casos

subrayando de forma oral algún logro puntual, los avances conseguidos en tal obra, los objetivos parciales ya alcanzados, o cómo nos sentimos..., en otros cantando una de las piezas ya maduras. (La despedida de la sesión nº 6, hablada y algo más larga, se dedicará a estimular al grupo de manera igualmente muy positiva de cara a la actuación final).

- Comodines: momentos destinados a asegurar la verbalización de los distintos aspectos directamente relacionados con el desarrollo emocional, social y de la creatividad. Se trata de una reserva de tiempo mínimo para dedicar a dichos aspectos, pero será el director/profesor quien deba decidir cuándo, cuánto y cómo usarlos. Son, por tanto, movibles, ampliables y/o divisibles en “mini momentos” (ver [1.4 Canto coral y el programa Educación Responsable](#)).

La sesión nº 1 añade una presentación inicial. Será importante dedicar unos minutos del primer día a explicar al alumnado la propuesta, sus plazos, sus objetivos (en un tono ajustado al curso/edad de que se trate). Tengamos en cuenta que:

El Coro de las Emociones es un recurso en todo momento artístico colectivo (no tanto una tarea escolar), en el que la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo permanente del director/profesor.

Se trata, en pocas palabras, de seguir la recomendación del escritor francés Antoine de Saint Exupéry, cuando dice: «Si quieres construir un barco, no empieces por buscar madera, cortar tablas o distribuir el trabajo. Evoca primero en las personas el anhelo del mar libre y ancho».

En la sesión nº 3 proponemos dar a cada alumno una copia de la partitura con la música M3 correspondiente. Si para el aprendizaje de M1 y M2 recurrimos sobre todo a la repetición memorística, al abordar en M3 los principios básicos de lectura musical (adaptados a cada curso) estaremos trabajando estos de una manera útil y significativa para el alumnado, siempre y cuando cuidemos relacionar los contenidos con procedimientos y actitudes para ir accediendo después a su conceptualización.

Aquí vemos un esquema con la estructura general anterior, concretada por sesiones.

	1 (semana 1)	2 (semana 2)	3 (semana 3)	4 (semana 4)	5	6 (semana 6)	7
0'	Presentación	Despertar	Despertar	Despertar	Concierto didáctico (en vivo o en vídeo)	Despertar	Actuación final
10'	Despertar					Comodín	
20'		M1	M2	M3		M1	
		Comodín	Comodín			M2	
30'	M1	M2	M3	Comodín		M3	
40'				M1			
				M2		Despedida	
	Despedida	Despedida (M1)	Despedida (M2)	Despedida (M3)			

M= Música, pieza a trabajar (ver [2.2 Repertorio](#))

Sesión nº 5 (Concierto didáctico)

Como se decía, la sesión nº 5 consiste en la confrontación con un concierto coral. Se trata de que los alumnos

puedan percibir todo el sentido y proyección de una actividad como la de *El Coro de las Emociones* y, también, profundizar de manera didáctica en el conocimiento de determinados aspectos musicales (diferentes tipos de voces, otros repertorios, etc.), al tiempo que tomar nota de ciertos detalles que servirán para redondear la actuación final (presencia en escena, saludos, etc.).

Lo más deseable sería que esta confrontación se materializase a través de un concierto real, con un coro que cantase en vivo ante el alumnado. En este sentido, podremos organizar la asistencia a algún concierto coral que se celebre en nuestra zona (de la misma manera que se programan visitas a exposiciones o asistencia a otro tipo de actividades) o, todavía mejor, acordar la visita al centro de algún coro que se preste a esta colaboración (quizá un coro vecino de nuestro municipio o cercano, algún grupo vocal; quizá en algún caso el coro del propio colegio...) de manera que asista al mismo el mayor número posible de los grupos (clases) que estén desarrollando el recurso de *El Coro de las Emociones*. Durante ese concierto convendrá intercalar someras explicaciones sobre el repertorio, sobre aspectos emocionales de la música, sobre el tipo de voces del coro del que se trate y, en general, cualquier detalle que pueda despertar la curiosidad de nuestros alumnos y enriquecer la experiencia musical y coral.

Cuando asistir a un concierto en vivo u organizar una actuación de este tipo en nuestro centro no resulte posible podremos recurrir al visionado y comentario de un video o fragmento del mismo. En Internet encontraremos abundantes ejemplos de conciertos corales que pueden servirnos para esta ocasión. Tanto si nos decidimos por una u otra opción, es importante que la agrupación de que se trate ofrezca una imagen de la música coral suficientemente acorde al espíritu que anima a *El Coro de las Emociones* (ver [1.2 ¿Qué tipo de canto coral?](#)). En los enlaces que siguen encontraremos dos espléndidas muestras del enfoque que proponemos: una del gran coro infantil juvenil vasco [Kantika](#), dirigido por Basilio Astúlez, y otra de un coro parisino, [Sotto Voce](#), igualmente magnífico, dirigido por Scott Alan Prouty.

Como alternativa, en esta sesión nº 5 se propone la posibilidad de que cada profesor acuerde la visita a su centro de algún director coral, si es posible experto en coros infantiles, que pueda desarrollar una sesión de trabajo con la clase, centrada en el repertorio que se ha venido trabajando en las sesiones precedentes.

En resumen, esta sesión nº 5 se concibe como preparatoria de la actuación final. El visionado del video (o la actuación de esa agrupación real que se presta a colaborar) constituirá un concierto didáctico en el que el director/profesor, además de cuestiones musicales y emocionales, sociales y creativas, irá subrayando aspectos y comportamientos que luego convendrá tener en cuenta y observar sobre el escenario en dicha actuación final. Si como se decía, se consigue la colaboración de un director experto, el objetivo consistirá en estimular todo lo posible al coro de alumnos y dar un avance significativo a algún aspecto genérico del mismo, bien en su sonido (brillo, empaste...), en determinada cuestión técnica (ritmo, articulación del texto...), o en su musicalidad.

Actuación final

El proceso formativo de *El Coro de las Emociones* se cierra en cada curso con una actuación final que denominamos *Somos creativos*.

Tal como se ha apuntado, es importante subrayar que:

El Coro de las Emociones contempla dicha actuación final no como una simple muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo.

Porque *El Coro de las Emociones* se acoge a la convicción profunda de que el trabajo estético, el contacto con la belleza, guarda un gran potencial formativo para las personas. (Para evidencia de los beneficios de una formación rica en artes ver BAMFORD, 2012). Por eso se debe entender dicha actuación final como un espectáculo artístico y no como una mera actuación escolar. Por eso desde el primer día convendrá hacer sentir a nuestros alumnos que están embarcados en una tarea artística, y que todos ellos están invitados a convertirse, mediante su esfuerzo, su talento y creatividad personales, en parte importante del resultado conjunto final. Y por eso precisamente, aunque pueda resultar paradójico, el logro de un gran resultado artístico no será nuestro principal objetivo. Porque nos interesa mucho más el camino que la llegada. Es ese profundo enriquecimiento que el proceso artístico implica el que nos mueve. La meta no es obtener determinado logro artístico sino conseguir por medio de la música un resultado enriquecedor para todos en términos de desarrollo emocional, social y creativo.

Dado que cada clase monta tres piezas (M1, M2 y M3), será aconsejable realizar la actuación final con varios grupos de diferentes cursos, de modo que la suma de las piezas preparadas por cada grupo, todas

distintas entre sí, sumen un total suficiente para ofrecer un concierto de una duración adecuada. Por otra parte, plantearse la posibilidad de realizar una actuación final individual para cada una de las clases que participa en *El Coro de las Emociones* podría resultar agotador para el profesor e impracticable en cuanto a organización y logística para el centro.

Ese espectáculo final se basa en dos pilares: el propiamente musical (las canciones trabajadas) y la puesta en escena. Esta última incluye todo lo relacionado con el movimiento en escena (salidas y entradas, coreografías, saludos...) así como la parte plástica y la manera de presentar el espectáculo. Veamos a continuación, con algún detalle, el importante papel que juegan dentro de *El Coro de las Emociones* dichas facetas de la puesta en escena.

Vestuario

De acuerdo con ese enfoque artístico de *El Coro de las Emociones*, se deberá cuidar la cuestión del vestuario que se utilizará en la actuación final. Cada director/profesor deberá preocuparse de encontrar la mejor solución y estilo para cada grupo.

Una opción atractiva en lo estético y estimulante para los alumnos es la de aprovechar el final de la sesión nº 5 para repartir unas camisetas de diferentes colores con la inscripción "El Coro de las Emociones". Dichas camisetas se llevarán puestas en la sesión nº 6, a modo de ensayo general, y las mismas constituirán el vestuario del coro en la actuación final. (Ver [una propuesta de diseño de las camisetas](#)).

Otra opción, más asequible seguramente, será que cada alumno traiga de casa su propia camiseta (quizá sin inscripción), poniéndose todos de acuerdo previamente en los diferentes colores.

Otra opción más, muy interesante en cuanto a creatividad y también en cuanto a toma de decisiones responsable (*Desarrollo cognitivo*), aplicable en cursos sucesivos, de modo que la cuestión de las camisetas, con o sin su inscripción "El Coro de las Emociones", no se convierta en una simple rutina anual, es la posibilidad de que sean los propios alumnos (quizá en colaboración con el profesor de plástica) los que de algún modo participen en la ideación, diseño y/o elaboración del vestuario para la actuación final: unas camisetas en blanco que se tiñen, se estampan o ilustran de algún modo...; unos guantes rojos que se utilizan en algún momento de alguna de las piezas...; un vestuario uniforme en negro, pero todos descalzos y con calcetines de distintos colores... Son infinitas las posibilidades que nos podrá brindar la imaginación y la inventiva del propio alumnado.

En suma, sea cual sea la opción final adoptada, lo fundamental es que el director/profesor tenga presente que debe prestarse la mayor atención a la colocación y presentación en escena de su coro, en vista no solo a un buen resultado musical, sino también a obtener el mejor efecto artístico-plástico.

Las dos imágenes que siguen pueden dar una idea del espíritu que preside nuestra propuesta.



Como se ve, en ambas muestras, muy distintas entre sí, se persigue un efecto no simplemente de colorido o infantil, sino sobre todo plástico.

Presencia en escena

Es aconsejable que desde el primer día habituemos a nuestros alumnos a tener en cuenta ciertos aspectos que luego serán importantes en la actuación final en lo referente a la actitud a mantener sobre el escenario.

- Entradas y salidas a escena son parte del espectáculo (se camina despacio, no se habla, etc.).

- Al igual que cuidamos cómo cantar deberemos cuidar cómo estar en escena durante la actuación (no hablar, no rascarse... siempre dentro de una deseable naturalidad).
- En las coreografías, como parte importante de toda puesta en escena, deberemos alentar a nuestro alumnado para que se esmere por conseguir resultados de conjunto más allá de la parte gestual individual.
- Cuando termina una canción, el grupo no debe moverse con los aplausos. Ese final quietos (cuadro plástico) es parte importante del sabor que la música deja en el espectador. Por eso el coro se ha de quedar en la última posición ensayada hasta que el director marca con su propio movimiento el momento de romperla para ir a saludos.
- Los saludos son igualmente parte del espectáculo. Por tanto, también se ensayan y los indica el director. (En los videos de los coros vasco y parisino sugeridos, y en otros similares, encontraremos ejemplos de todos los puntos anteriores).

Presentación del espectáculo

Por último, en línea con todo lo anterior, resulta igualmente deseable que la actuación final se conciba como un cuidado espectáculo artístico también en la manera de introducirlo y presentarlo a nuestro público. Podría haber un presentador (un profesor del centro que se preste a colaborar, por ejemplo), pero seguramente lo mejor será que el propio director/profesor (o algún alumno) sea quien vaya contando al público, entre pieza y pieza (siempre con intervenciones cortas y apropiadas, introduciendo algún pequeño y puntual guiño humorístico...) cómo se ha ido desarrollando todo el proceso formativo y artístico hasta llegar a este día. Se hará hincapié en aspectos emocionales, sociales y de creatividad del canto coral. En consonancia con ello, procuraremos que el público no permanezca en una actitud pasiva, sino que, por el contrario, se implique en el espectáculo. Recuérdese que disponemos de una de las piezas montadas con el grupo, la M1 en concreto, precisamente para hacer cantar en algún momento a todos los presentes, pequeños y mayores, alumnado y familias (ver [2.2 Repertorio](#) y [2.8 Las familias](#)), y hacer sentir así a todos, de manera práctica y aunque sea por un momento, el gran potencial que encierra el canto coral.

Como muestra de todo lo mencionado hasta aquí, se puede consultar el [video](#) grabado en la sede santanderina de la Fundación Botín, en abril de 2015, correspondiente al primer año de implantación del recurso.

2.4 ACOMPAÑAMIENTO INSTRUMENTAL (piano; otros instrumentos; acompañamiento grabado; canto a capella]

El Coro de las Emociones recurre por lo general al acompañamiento instrumental, al considerarlo un valioso elemento que contribuye a un mejor desarrollo y culminación de la tarea musical que se propone. Resulta ideal en este sentido el acompañamiento al piano, y lo deseable sería que cada clase contase con la colaboración de un pianista que apoyase la labor del director/profesor. Obviamente, esto no será posible en la mayoría de los casos, de modo que muchas veces tendrá que ser el propio director/profesor el que deba apoyar al grupo tocando el piano al tiempo que dirige (con gestos de cabeza, etc.).

Para el caso de docentes que no manejen suficientemente este instrumento se puede recurrir a cualquier otro que les resulte familiar. Pensamos, preferiblemente, en instrumentos polifónicos (guitarra, acordeón...), pero también puede sacársele partido, inteligentemente utilizados, a instrumentos melódicos (flauta, violín, clarinete...). En este último caso convendrá jugar con una realización que combine de algún modo los puntos esenciales de un bajo armónico con los giros melódicos básicos de la pieza de que se trate en cada caso.

No en todas las sesiones de trabajo resulta imprescindible el piano (o el acompañamiento con otros instrumentos). El director/profesor podrá ir preparando y montando con el alumnado las distintas piezas sin acompañamiento (a capella) en las sesiones 1, 2 y 3. Sin embargo, en la sesión 4 y en la 6 (recordemos que esta sirve de ensayo general para la actuación final) será imprescindible el trabajo con acompañamiento, y muy deseable que no lo deba ejecutar el propio director/profesor, pues así quedará libre para centrarse en la dirección (musical y coreográfica) del grupo. (Valórese la colaboración de algún otro profesor, la de algún alumno del propio grupo que toque con suficiente soltura el piano o, incluso, la de alguna persona externa al centro).

Aunque tentador como solución a la eventual dificultad de encontrar a alguien que nos acompañe al piano, no es aconsejable el trabajo con acompañamiento grabado, es decir, poner una grabación de la parte instrumental y cantar sobre la misma. Consideramos que la música es un “ser vivo”, y que buena parte del

enriquecimiento artístico, socioemocional y creativo que procura proceder de la experiencia en tiempo real, cada vez irreplicable, de su discurrir.

Por último, deberemos acostumbrar a nuestro alumnado a no depender en todo momento del apoyo de un instrumento. Cantar a capela de manera regular, incluso cuando la pieza conste de acompañamiento obligado, es la mejor forma de ir asegurando una buena afinación y de contrarrestar la posible tendencia de un grupo a decaer en el tono (*calar*).

2.5 COREOGRAFÍAS

(distensión corporal y vocal; pasos; gestos; expresión; percusión corporal; trabajo en equipo)

Todo movimiento musical, es decir, cualquier expresión corporal puesta en relación con música, es una actividad liberadora de energía. Su práctica aporta relajación o, más precisamente, distensión psíquica y muscular. *El Coro de las Emociones*, en línea con contrastadas propuestas musicales pedagógicas, promueve el movimiento corporal simultáneo al canto. Como se adelantó:

Moverse, evolucionar, bailar mientras se canta es la mejor escuela para evitar rigideces corporales y tensiones vocales.

En efecto, por una parte la experiencia (y trabajos como BORRAGÁN, 2010) muestra que si el cuerpo permanece elástico se optimiza su rendimiento y se evitan rigideces vocales; y la forma más espontánea de conseguir flexibilidad corporal mientras se canta es realizando movimientos que acompañen los giros y los contenidos musicales.

Al mismo tiempo, el movimiento coordinado con la música promueve el desarrollo psicomotriz. Los expertos hablan de tres etapas en la estructuración del esquema corporal: cuerpo vivido, cuerpo percibido, y cuerpo representado (JURADO, 1996, p. 4). En los tramos de edad que corresponden a *El Coro de las Emociones* nos interesan las dos últimas: la del cuerpo percibido, etapa que va desde los tres a los siete años, época de la educación sensorial en que el niño, a través de la interiorización de experiencias sensoriales, culmina los procesos de comprensión iniciados en la etapa previa (cuerpo vivido), y la etapa del cuerpo representado, que comienza hacia los ocho años y finaliza hacia los doce. En esta, el niño termina, ya entrado en la primera adolescencia, por alcanzar la comprensión de su cuerpo, siendo capaz de representarlo incluso en movimiento, y adquiriendo la noción del mismo como una totalidad, al tiempo que concibiendo su condición segmentaria (JURADO, 1996, p. 4).

Las coreografías representan, además, un valioso recurso para la expresión emocional. El movimiento musical es una expresión de sensaciones y emociones que ayuda a entrar en contacto con uno mismo, con el grupo y con el entorno. Se trata de una expresión emocional de algún modo individual y colectiva al mismo tiempo. Porque todo el coro, por ejemplo, puede estar realizando en un momento dado un determinado movimiento uniforme de brazos y, sin embargo, la expresión íntima de cada cantor, en función de su afecto (entendido como ese conjunto de fenómenos complejos del organismo relacionados con emociones, sentimientos, estados emocionales), se manifestará siempre de manera personal y única.

Desde un punto de vista de desarrollo social, los ejercicios de relación con el otro refuerzan la potencialidad social propia del canto coral, al subrayar “la existencia de un grupo social, el trabajo en equipo, la colaboración y la aceptación de las relaciones poco estructuradas, así como su ruptura” (JURADO, 1996, p. 5).

Son múltiples los estudios que avalan los beneficios de la danza para la salud, tanto física (salud cardiovascular, consumo calórico, refuerzo de habilidades motoras —flexibilidad, coordinación, agilidad...—, potencia aeróbica, resistencia muscular) como psicológica (reducción del estrés, aumento de la satisfacción vital, facilitación de liberación emocional, reducción de depresión e insomnio, aumento de emociones positivas, sentimientos de unidad y filiación...). En cuanto a la creatividad, existen estudios que confirman con claridad no solo que el mero movimiento corporal puede influir en el pensamiento, sino también que se producen interrelaciones positivas entre movimiento y pensamiento creativo y flexible (KOKKONEN, 2014).

En lo puramente musical, el movimiento corporal refuerza la comprensión de la forma musical, de un modo además fácil y divertido, al asociarse cada parte de la canción a un movimiento específico, así

como de otros muchos parámetros del discurso sonoro (VICENTE, 2012, pp. 75-77). Por último, las coreografías (enfocadas correctamente y en su justa medida) suponen casi siempre un enriquecimiento del resultado general, conformando un espectáculo más rico y atractivo, al añadir un factor plástico, visual y escénico.

Con qué

El Coro de las Emociones recurre a los siguientes procedimientos coreográficos, optando por unos u otros, o simultaneando varios, siempre en función del carácter de la pieza de que se trate, de su texto o de sus giros musicales.

- Expresiones faciales y corporales (gestos y movimientos puntuales).
- Movimientos corporales continuados (de manos, pies, cabeza, tronco...). Trabajaremos con movimientos cortos y largos; simétricos y asimétricos; en coordinación con el grupo o libres; movimientos simultáneos con el resto del grupo y, también, en canon, es decir, repitiendo el movimiento una vez que el compañero ya ha empezado a hacerlo.
- Elementos de percusión corporal.
- Pasos de baile.
- Manipulación de algún elemento de atrezzo o vestuario (un abanico, un sombrero, un periódico, un pañuelo...).

En este video: [Bloque IIIB, 5 Coreografías](#) se muestran y comentan los mencionados procedimientos.

Con independencia del procedimiento que se prefiera en cada momento, el criterio básico en el diseño de cualquier coreografía partirá de la siguiente premisa:

Todo gesto coreográfico debe acompañar, subrayar, favorecer, facilitar de algún modo la ejecución del giro musical al que se adscribe.

Cómo prepararlas y ejecutarlas

El director/profesor debe dominar con total seguridad los pasos y movimientos que aplicará a cada canción, pues será él quien además de enseñarlos al alumnado deba ir sugiriéndolos con su propio cuerpo en el transcurso de cada interpretación musical.

Hay formas sencillas de escribir, a modo de guion y memoria, los movimientos coreográficos correspondientes a cada pasaje musical. En el [Bloque IIIA, En el aula \(Fichas\)](#) encontraremos algunos documentos en PDF que podrán servir de ejemplo.

Es importante observar que el coro debe actuar, por lo general, como espejo del director/profesor en los ejes:

- Horizontal (si el director/profesor marca un movimiento a su izquierda, dicho movimiento se traducirá en un movimiento a la derecha del cantor; por tanto director y coro accionan en el mismo sentido).
- Vertical (si el director/profesor se agacha, el cantor deberá agacharse).
- Transversal (si el director/profesor da un paso hacia el coro, este dará un paso hacia el director; por tanto director y coro se acercan), si bien, en este último en alguna ocasión pueda dar mejor resultado la imitación inversa (si el director/profesor da un paso hacia el coro, este da un paso hacia atrás; por tanto ambos, director y coro, se desplazan en idéntico sentido, por ejemplo, hacia el fondo del escenario).

En general, conviene incorporar las coreografías pronto, pues, si están bien diseñadas, ayudarán incluso a la ejecución vocal, facilitando y no complicando los diferentes pasajes. Por lo tanto, una canción se puede trabajar solo en su vertiente musical de manera somera y enseguida ir añadiendo elementos del movimiento previsto.

Como norma, montaremos las coreografías desde lo general a lo particular, es decir, primero enseñaremos los movimientos básicos, el diseño principal de cada pasaje, y posteriormente iremos incorporando, ajustando, puliendo los pequeños detalles.

Concluiremos este epígrafe con dos sugerencias que nos parecen importantes. Si como anticipábamos, las coreografías pueden considerarse hechos de creatividad individual, como expresión emocional personal

íntima a través de lo colectivo, no olvidemos la posibilidad de dar rienda suelta a la creatividad pura individual de vez en cuando, estableciendo fragmentos de improvisación dentro de una canción determinada en los que cada cual se exprese corporalmente a voluntad.

Igualmente, sopesemos el extremo opuesto: la conveniencia de interpretar alguna de las canciones, o fragmentos de las mismas, sin ningún añadido coreográfico. Resulta beneficioso ejercitar de cuando en cuando a los jóvenes cantores en centrarse exclusivamente en el canto. Como en todo lo demás, será nuestro criterio como directores/profesores del grupo que tengamos ante nosotros en cada caso la mejor guía para decidir lo que más conviene en cada momento.

2.6 DESPERTAR Y TÉCNICA VOCAL

(enfoque práctico e intuitivo; conectar con la voz; canto natural; modo menor; diseños descendentes)

El Coro de las Emociones presta particular atención a la búsqueda de sensaciones corporales integrales, lo que denominamos “Despertar”, y a la técnica vocal o técnica de canto. Todas las sesiones se inician con prácticas y ejercicios para el desarrollo de ambas materias. Su tratamiento se hace siempre bajo un enfoque eminentemente práctico e intuitivo. Por ejemplo: no nos interesa demasiado que nuestro alumnado sepa de un modo racional qué es el diafragma; lo que queremos es que sienta dicho músculo, lo fortalezca, y lo ponga en acción al cantar, y para ello nos servimos de ejercicios tan eficaces como divertidos tales como imitar el sonido del aspersor que riega un jardín. (Ver vídeo [Bloque III B, 2.4 La manguera traicionera](#)).

En el apartado de *Materiales para el docente* se encontrarán diversos videos tutoriales con distintas ideas para trabajar tanto el despertar ([Bloque III B, 2](#)) como la técnica vocal ([Bloque III B, 3](#)). Se trata de muestras de la línea que conviene seguir, de modo que el profesor/director deberá ir buscando e ideando, a medida que desarrolla el recurso en los distintos niveles a lo largo del tiempo, nuevos ejercicios que supongan una variación y ampliación de los que se proponen aquí. En ningún caso, el despertar o la técnica vocal deben convertirse en una repetición rutinaria de ejercicios, por muy eficaces que algunos de estos pudiesen parecer *a priori*.

Conviene recordar que *El Coro de las Emociones* no se plantea el trabajo vocal, al igual que ninguna otra faceta de la actividad, bajo el prisma de la excelencia (lo cual no debe contradecirse con aspirar siempre al mejor resultado posible). No pretendemos hacer de nuestros alumnos depurados cantores. El objetivo es que cada cual, en la medida de sus posibilidades, “conecte” con su voz y vea en ella ese instrumento de gozosa expresión musical, emocional, creativa, tanto en el plano individual como colectivo, que es. Por tanto, se trata simplemente de poner al alcance de todos las claves de un canto natural, “fácil”, sin bloqueos. En este sentido, los ejercicios o vocalizaciones que propone el recurso, así como aquellos que pueda incorporar o idear el director/profesor, deberán adaptarse a las posibilidades de cada grupo concreto, forzando solo lo imprescindible (en tesitura, agilidad, etc.) para obtener pequeños avances que quizá, con el paso del tiempo, puedan convertirse en mejoras significativas. En la misma línea, resulta fundamental que cualquier ejercicio que realicemos con el alumnado lo contemplemos como verdadera música, es decir, que lo enseñemos y que animemos a practicarlo siempre poniendo en juego todo el gusto, la energía, el cuidado en el fraseo con que deseáramos cantar la más bella melodía.

En cuanto a consideraciones específicamente técnicas, resulta aconsejable introducir, en alternancia con ejercicios en modo mayor, ejercicios de vocalización en modo menor los cuales, además, no necesariamente deban ascender por semitonos, como es tan habitual hacer en canto, sino que evolucionen dentro de la escala diatónica. A menudo, el modo menor resulta más “redondo” y fácil que el mayor, en particular para voces inexpertas. Por ejemplo:

E. Sanz Vélez

Ri-re-ra-ro-ru, (etc.)

Contemplemos también la opción de trabajar con asiduidad líneas en dirección descendente, no siempre ascendente. Aquí ofrecemos una muestra de esas características, en un ejemplo particularmente sugerente al estar a medio camino entre la vocalización y la canción:

E. Sanz Vélez

Mi-ra es - a flor, mi-ra es - a flor, mi-ra es - a flor, mi-ra te la doy a ti. Qué be - llo co - lor,

es blan - ca y_a - ñil qué be - llo co - lor es blan - ca y_a - ñil, qué be - llo co - lor, ___

Por último, pensemos en la posibilidad de practicar de vez en cuando, tanto los ejercicios de despertar como, sobre todo, los de técnica vocal, en posiciones no habituales. Por ejemplo, tumbados; o inclinados mirando al suelo (como haciendo una reverencia), o bien en equilibrio sobre un solo pie, o quizá con las caras de todos muy juntas... Se trata de buscar sensaciones, de abrir, cuanto sea posible, vías a la conciencia de los diferentes resultados que se obtendrán en lo que se refiere a emisión y colocación del sonido, resonancia, color, distensión, apoyo, empaste...

2.7 AMBIENTES DE TRABAJO

(espacio físico; colocación del grupo; espacio de convivencia; apertura creativa; humor)

Utilizamos aquí el término *ambiente* en un sentido amplio. Por un lado, como recinto físico y la manera de ocupar el mismo por parte del grupo; por otro, en cuanto ese ámbito de convivencia, interpersonal, que conviene promover para obtener el máximo rendimiento formativo, en lo musical y en lo emocional y creativo, de *El Coro de las Emociones* y, por último, como un “espacio mental” que alienta la progresión individual y grupal al favorecer *estados de fluidez* (CSIKSZENTMIHALYI, 1998, p. 41) mediante el hábil manejo de ciertos elementos que detallaremos más abajo.

En términos generales, diremos que:

El Coro de las Emociones ha de estar presidido por el buen ambiente, el buen humor, la apertura a la expresión física y emocional; en una palabra, la apertura creativa.

Por eso habremos de procurar que todos los alumnos se encuentren a gusto cantando y participando en la actividad, con independencia de sus capacidades musicales. Todos han de contribuir con su esfuerzo, su talento y su creatividad, al resultado conjunto final. Nuestro objetivo es que el canto coral llegue al corazón de nuestros cantores antes que a sus cabezas. Perseguimos siempre la mayor calidad musical posible, pero no supeditaremos a esta el bienestar de nuestro alumnado, un bienestar que convendrá cultivar de manera permanente.

En cuanto al lugar físico de trabajo, es deseable disponer de un espacio amplio, bien ventilado, donde se puedan desplegar las coreografías sin impedimentos (sin pupitres, etc.). En general, es preferible que los chicos permanezcan de pie. Se puede cantar en algún momento sentados, como descanso, pero en seguida volveremos a dejar a un lado las sillas. También puede ser una buena idea trabajar descalzos.

En lo que respecta a la disposición del grupo en el espacio (la formación), es conveniente acostumbrar a los alumnos desde el principio a no depender de una ubicación fija, al lado de un mismo compañero siempre. Al contrario, es preferible que todos puedan cantar en cualquier posición. Las formaciones en semicírculo favorecen que todos se escuchen entre sí, pero jugaremos también con otras disposiciones; incluso, en alguna ocasión, con disposiciones en las que el cantor no vea al director, de manera que se habitúe también a escuchar y sincronizarse con el grupo de forma autónoma.

Cuando introduzcamos el canto a más de una voz convendrá seguramente agrupar al coro por voces (*por cuerdas*), pero haremos bien si acostumbramos a todos a poder cantar en cualquier momento su parte entremezclados con otros alumnos que canten una parte diferente. Un cierto riesgo equilibrado por el sentido común y el criterio musical y pedagógico del director/profesor será la mejor guía en cada momento.

En cuanto al espacio de convivencia o interpersonal, como ya adelantamos en [1.3 Canto para todos](#), *El Coro de las Emociones* no atiende a categoría alguna entre alumnos más o menos brillantes, más o menos dotados para la música. En línea con eso, el recurso propugna una actividad alejada de cualquier afán de competición (más allá de algún pequeño juego puntual que pueda recurrir a ese elemento competitivo como estímulo y pura diversión), poniendo, por el contrario, todo el empeño en subrayar el logro colaborativo, el cual resultará tanto mayor cuanto más ancho sea el espacio conquistado por el propio grupo para el desarrollo emocional, social y creativo de todos y cada uno.

Respecto a aquel “espacio mental” al que hacíamos alusión, enfocado hacia la generación de experiencias relacionadas con el *fluir (flow)* –ese “estado mental en el cual un individuo está completamente inmerso en una actividad sin conciencia autoreflexiva pero con un profundo sentido de control” (ENGESER Y SHIEPE-TISKA, 2012)–, se trata de atender de manera permanente al ajuste entre habilidades y desafíos, a la implicación y concentración de todos en las tareas, al establecimiento de objetivos claros, y a una retroalimentación o *feedback* cierto e inmediato, proveniente tanto del gozoso desarrollo de la propia actividad, en sí misma gratificante, como de un refuerzo decidido y franco por parte del director/profesor (CSIKSZENTMIHALYI, 1998, pp. 42-43; SMOLEJ Y AVSEC, 2007), quien lo ejercerá, no con intención de calificar el resultado de un aprendizaje, sino para potenciar la continuidad y optimización del mismo (ELORRIAGA, 2012, p. 71).

Por último, como recurso transversal para la generación de ese buen ambiente que deberá guiar nuestra labor de directores/profesores de *El Coro de las Emociones* no olvidemos el humor.

El humor es un poderoso recurso de enseñanza



(GARCÍA-LARRAURI, 2010)

2.8 PARTICIPACIÓN DE LAS FAMILIAS

Otro aspecto importante de *El Coro de las Emociones* es conseguir la implicación de las familias. Con ella el resultado formativo de la experiencia se multiplicará. Por eso convendrá compartir el proyecto con los padres e intentar involucrarles, a ellos y si es posible también a otros familiares (hermanos, abuelos...), cuanto podamos. Estas son las iniciativas que aconsejamos, por orden cronológico:

- 1 Como primer paso, lo más idóneo será aprovechar alguna reunión previa de padres para explicarles la idea e intentar ilusionarlos con la misma. En caso de que esa reunión no resulte posible optaremos por dar al alumnado en la despedida de la sesión nº 1 un sencillo documento para llevar a casa, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que se considera que necesitan de ellos sus hijos (mostrar interés por la marcha de la actividad, refuerzo positivo, asistencia a la actuación final...).
- 2 En la sesión nº 3 el alumnado lleva a casa un encargo, dividido en dos apartados:
 - a) En primer lugar se trata de una tarea que cada año podrá ir variando a fin de evitar que se convierta en una rutina. Así, por ejemplo, en un curso puede pedirse la realización de una pequeña investigación

o encuesta familiar (¿Cantan los padres? ¿A quién en la familia le gusta o gustaba o se le da o daba bien cantar? ¿Qué canciones se saben? ¿Qué estilos de música son sus preferidos? ¿Alguna vez cantamos juntos en familia, por ejemplo en los viajes en coche, o en alguna reunión familiar...?). En otro curso la tarea podrá consistir en grabar a algún familiar o a la familia al completo cantando alguna canción. En otro más, en intentar recordar entre toda la familia la última vez que se asistió juntos a una actuación coral o de canto en grupo (podrá tratarse de un concierto al uso, o también de un servicio religioso, del visionado de un programa de televisión, de la actuación de un grupo callejero...) y explicar cómo se vivió la experiencia (las emociones que provocó en cada cual, etc.).

b) En cuanto al segundo apartado de la tarea, el alumnado deberá enseñar a los padres y hermanos una de las canciones aprendidas en *El Coro de las Emociones* (En concreto la M1. Ver [2.2 Repertorio](#)), la cual servirá más tarde para el canto común en la actuación final (ver más abajo).

- 3 En la sesión nº 6 se recuerda a la familia la invitación a asistir a la actuación final.
- 4 En el transcurso de esa actuación final, podremos ensayar someramente con todos (alumnado y familias) la canción que los chicos han enseñado en casa (M1), si es posible le aportaremos algún detalle novedoso (unas palmas, levantarse y sentarse según los pasajes...), y finalmente, apoyados por el piano (o acompañamiento), todos los asistentes cantarán dicha canción. Si hay grupos de diferentes niveles, por tanto que han aprendido como M1 distintas canciones, se podrá optar por centrarse en una de ellas y trabajarla con todos los asistentes, o bien mezclar los diferentes títulos y jugar de algún modo con su combinación.

2.9 CREATIVIDAD

Una sencilla pero certera definición de creatividad es la atribuida a Einstein, quien veía esta, simplemente, como “la inteligencia divirtiéndose”.

Ya hemos dedicado algunas líneas a delimitar el tipo principal de creatividad que busca despertar y fortalecer *El Coro de las Emociones* (ver [Creatividad](#)). Comentaremos en este epígrafe, bajo un enfoque intuitivo y con una intención eminentemente práctica, tres estrategias básicas de la creatividad.

- 1 Si en términos generales, la creatividad supone “mirar lo que no se ve”, hacer visible algo que no resultaba obvio momentos antes, un recurso útil para estimularla será ejercitarse en adoptar puntos de vista no habituales. (Imagen 1)
- 2 La creatividad, a menudo, no supone grandes despliegues sino más bien aprovechar lo que hay de la manera más favorable. En esto, como en tantas cosas, la naturaleza es una gran maestra. (Imagen 2)
- 3 Muchas veces se produce el acto creativo a partir de la mezcla, el cruce, la superposición de dos “mundos”. Dos hechos más o menos banales, perfectamente lógicos y cerrados cada uno en sí mismo, sumados cobran una nueva luz.

En la imagen 3, el hecho creativo, realmente un “fogonazo”, se produce al superponerse dos realidades radicalmente ajenas entre sí, un piano dibujado sobre la arena y un chico de carne y hueso que “lo toca”. (Es interesante reparar en que la perspectiva con la que se dibuja el piano no resulta clave pero contribuye a que el fogonazo sea aún más efectivo).



Imagen 1

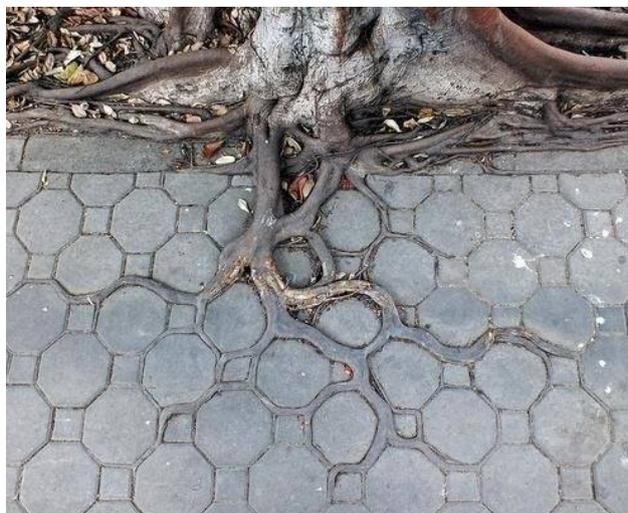


Imagen 2

Estimulemos en nuestro alumnado, mediante estos y otros recursos similares, la creatividad. Son bastantes los aspectos de una canción, de una coreografía, de un vestuario, de un concierto, que podemos dejar inicialmente más o menos abiertos, de modo que se vayan concretando en el transcurso de las diferentes dinámicas de trabajo, a partir de las aportaciones creativas del propio grupo. Y no lo olvidemos: buscamos más una actitud general que logros concretos.

2.10 CREANDO NUESTRO CORO DE LAS EMOCIONES

Debemos incidir de manera directa en el desarrollo de las habilidades creativas del alumnado: a crear se aprende creando.



Imagen 3

Tal como queda reflejado en las páginas precedentes, *El Coro de las Emociones* es un recurso educativo progresivo, concebido para promover en el alumnado el desarrollo emocional, social y de la creatividad por medio del canto coral. Su estructura, fijada en seis sesiones más la actuación final, la planificación de cada una de ellas, el repertorio de trabajo propuesto, y demás cuestiones tratadas en los capítulos precedentes, se proponen para ayudar a los docentes a desarrollar la tarea pedagógica y musical con la máxima eficiencia, de modo que se obtenga el mayor rendimiento educativo.

Sin embargo, cualquier actividad musical, en cuanto materia expresiva y artística, lejos de acomodarse a un corsé reclama un grado suficiente de flexibilidad. Todavía más si se trata, como es el caso, de una actividad coral y en la que han de participar grupos muy diversos de un alumnado que, además, irá evolucionando y madurando con el paso de los años. Por eso animamos desde aquí a que se moldee el recurso cuanto se considere oportuno, en función de las necesidades, expectativas, potencialidades e intereses de cada grupo con el que se deba trabajar a lo largo del tiempo.

Ya se ha apuntado antes que *El Coro de las Emociones* anima a que se vaya cediendo a los propios alumnos, a medida que avanzan los cursos, la posibilidad de tomar decisiones en aspectos relativos al vestuario, la puesta en escena, el diseño de coreografías y la elección del repertorio. De la misma manera, invitamos a los docentes a que se planteen en algún momento la conveniencia de modificar quizá la planificación de las sesiones, de ampliar su número o bien introducir esta o aquella canción en sustitución de alguna de las propuestas por el recurso. Ambas innovaciones, la del alumnado y la del docente, por sí solas aportarán un grado considerable de variedad, frescura y creatividad al recurso a lo largo del tiempo. Pero hay que ir más lejos. Algún año, por ejemplo, sería importante plantear que la actividad girase en torno a la composición. Inventar junto con nuestros alumnos un texto y ponerle música, es decir, crear nuestra propia canción, de manera que la pieza fuese uno de los tres títulos que prepararíamos ese curso dentro de *El Coro de las Emociones* para la actuación final *Somos Creativos*.

En otra ocasión, se podrían vincular de algún modo los títulos a trabajar (por ejemplo, integrándolos mediante una narración; incluso sumando los de varios cursos diferentes), de manera que pudiéramos presentar como actuación final algo similar a un musical o a una pequeña cantata escénica, con todo lo que esto comporta en cuanto a creatividad del alumnado para la puesta en escena, el diseño del vestuario, el maquillaje, la escenografía y demás aspectos.

Una posibilidad más podría consistir en ponerse de acuerdo con algún grupo musical de nuestro entorno (un cuarteto de cuerda, un trio de viento, un grupo de pop...), y preparar de manera conjunta las canciones para ser acompañados en la actuación final por ellos. O bien montar todo el programa de determinados cursos en torno al folclore de nuestra región o comunidad, y en diálogo con el folclore de otras regiones, comunidades o países... O quizá en torno a lo visual, de manera que mientras se cantaran las canciones se fuesen proyectando imágenes, ideadas y elaboradas por el alumnado, que de algún modo guardasen relación con las mismas.

En suma, es deseable que se exploren diferentes maneras de potenciar la capacidad formativa de *El Coro de las Emociones*, en lo musical, socioemocional y especialmente en lo creativo, y evitar al mismo tiempo que el recurso pueda llegar a convertirse en algo previsible y rutinario para sus destinatarios, tanto alumnado como docentes, un año tras otro.

APÉNDICE

Algunos aspectos específicamente técnicos

Voz de pecho/ Voz de cabeza

Existen dos registros básicos de la voz, en función de dónde se produzca la resonancia principal, denominados voz de pecho y voz de cabeza. Por lo general, en el coro infantil se deberá potenciar el uso de la voz de cabeza, pues produce una sonoridad de mayor calidad coral, si bien la voz de pecho no debe descartarse por completo; se usará cuando sea necesario, cuidando que la calidad de su sonido no se deteriore.

Para trabajar estos aspectos, convendrá hacer conscientes a los alumnos de la amplia variedad de sonidos que la voz humana puede emitir. En primer lugar hay que reparar en sus tres modalidades básicas: hablar, gritar, cantar (¿En qué se diferencian? ¿En qué se parecen?); a continuación explorar diferentes posibilidades de emisión tales como susurrar, gritar, hablar, cantar, llorar, reír, boca cerrada (m), zumbido, etc. Al experimentar todos ellos se comprobará que unos (re)suenan más en el pecho y otros más en la cabeza, lo que se percibe con claridad poniendo la mano a la altura del corazón y en el cráneo, respectivamente.

En la voz de pecho el sonido tiende a ser fuerte, puede ser pesado, oscuro, cercano al grito, ronco. La voz de pecho se encuentra más cerca de la voz hablada, por lo que resulta más familiar a la mayoría de los alumnos. En la voz de cabeza el sonido es liviano y está “adelante”. Los sonidos fluyen con facilidad, sin tensión. La voz de cabeza permite cantar sonidos agudos con sensación de comodidad, sin necesidad de forzar ni de intentar ayudarse levantando el mentón. No produce cambio de color al pasar de la zona intermedia a la superior.

El ideal sería cantar en forma liviana en la voz de pecho y aprender a extender la voz de cabeza hacia abajo. Para esto se puede recurrir a vocalizaciones descendentes, a partir del RE agudo, procurando trasladar la sensación de la voz de cabeza a medida que se desciende (repetir varias veces, subiendo y bajando por medios tonos en cada repetición) (Cfr. SWEARS, 1985).

El cambio (muda) de la voz

El cambio o muda de la voz es el proceso fisiológico de maduración de la laringe durante la pubertad, el cual termina por producir un descenso del registro en los chicos de alrededor de una octava en su límite inferior y una sexta en el superior, y en las chicas de una segunda o tercera como máximo (la laringe de ellas experimenta un cambio morfológico mucho más reducido que el de ellos: un crecimiento de tres o cuatro milímetros frente al crecimiento de alrededor de un centímetro respectivamente). Dicho proceso se prolonga por espacio de entre uno y dos años, y su fase más activa se desarrolla desde los 12 años y medio a los 14 (ELORRIAGA Y ARÓSTEGUI, 2013, p. 70).

En lo que respecta a *El Coro de las Emociones*, este fenómeno deberá tenerse en cuenta, por tanto, entre 5º curso de Educación Primaria, aproximadamente y para los casos más precoces, y 2º de Educación Secundaria Obligatoria.

Desde un punto de vista general, el trabajo vocal del director/profesor consistirá a estos efectos en “estimular el proceso de cambio de voz en los adolescentes, para asegurar un canto más libre y cómodo” (ROSABAL, 2009, p. 51). Por otra parte, “si queremos que cada adolescente, hombre o mujer, tenga éxito cantando y no sufra una frustración al respecto, debe hacerlo en la tesitura que se corresponda con su estado madurativo vocal del momento” (ELORRIAGA, 2012, p. 64).

En los chicos ese proceso se divide en dos etapas. Durante la primera, la voz comienza a tomar la coloración de un falsetista masculino adulto, pierde flexibilidad y agilidad, sobre todo en el registro agudo, y las notas graves se hacen más pesadas y toman un color de contralto. Irving COOPER (1950) acuñó el término de *cambiata* (“cambiada”, “changing voice”, “voz cambiante”) para la voz infantil masculina que se halla en este período. Los niños en esta fase suelen quejarse de experimentar incomodidad al cantar en el registro agudo y prefieren usar la voz de pecho. Las soluciones a adoptar para que los chicos puedan seguir cantando mientras se desarrolla este proceso fisiológico, cosa de lo más conveniente, son diversas según los autores, pero se trataría en términos generales de que siguiesen usando su voz de cabeza (vocalizarles, sin forzar la voz, a lo largo de todo el registro para evitar que se generen vacíos entre la voz de pecho y la de cabeza), bien cantando en la sección de contralto, bien cantando partes escritas exprofeso para ellos que se mantengan entre el LA2 y el LA3 básicamente, dando opciones para notas alternativas en los puntos donde la parte rebase dichos límites.

La segunda etapa es la evolución de la *cambiata* a la voz de barítono adolescente (*nuevo barítono*). Para las voces en este período el director deberá adoptar (o adaptar) repertorio con una parte de barítono entre los extremos sib1 y FA3, aunque donde se sentirán cómodos los jóvenes será en la octava RE2- RE3. Como en la fase anterior, la parte deberá contemplar notas opcionales cuando se vaya más allá del DO3 para aquellos que tengan dificultades a partir de esa nota, y en el grave a partir del FA2 para voces barítono ligero que todavía no han desarrollado notas graves.

En cuanto a la voz femenina, los cambios de la adolescencia no son tan marcados, si bien se producen igualmente. Los síntomas del cambio en ellas pueden ser inseguridad en la afinación, pérdida de facilidad para cantar notas agudas, sensación de emisión pesada, con aire, bien sin color o bien delgada, rupturas entre los registros, ronquera en la voz, voz que se quiebra, carraspera, incomodidad general al hablar y al cantar... Lo más importante para voces femeninas en estas circunstancias es tener presente que ninguna joven saldrá beneficiada si canta la mayoría del tiempo en el registro grave, ya que de hacerlo así se estará abusando de la voz de pecho sin dejar opciones para ejercitar y desarrollar el registro medio ni la voz de cabeza. Por eso los ejercicios de vocalización serán un momento ideal para ejercitar todo el registro. Las diferencias en las voces femeninas se manifiestan sobre todo en el registro *cantabile* (por decirlo de un modo sencillo, la “zona cómoda” de cada voz), pero a la hora de vocalizar todas las alumnas deben hacerlo por igual, es decir, en todo su ámbito, tanto con voz de pecho como de cabeza.

(Para profundizar en los aspectos anteriores, véase ELORRIAGA, 2012 y también ROSABAL, 2008, y ELORRIAGA Y ARÓSTEGUI, 2013).

Alumnos con dificultades

Como sabemos, es muy posible que en cada curso nos encontremos casos de alumnos con distintos tipos de dificultades al cantar. Las causas pueden ser variadas: vivenciales (falta de práctica y audición musical, poco entrenamiento de la memoria melódica), orgánicas (retrasos en la maduración fisiológica), patológicas (defectos físicos, enfermedades), psicológicas (bloqueos perceptivos o cognitivos y falta de autoconfianza vocal), psicomotrices y corporales (control insuficiente del aire, escaso entrenamiento psicomotriz general, exceso de tensión muscular en la garganta y el cuello) (ELORRIAGA Y ARÓSTEGUI, 2013, pp. 81-82; ELORRIAGA 2012, p. 68).

Tal como hemos avanzado (ver [1.3 Canto para todos](#)), y dejando a un lado casos de enfermedad que deberán ser valorados por un foniatra, *El Coro de las Emociones*, con su reducido número de sesiones por curso, no está concebido para afrontar ese tipo de dificultades al cantar, sino que, por el contrario, las mismas deberán abordarse con anterioridad al inicio de la actividad coral, bien de manera individualizada, bien en pequeños grupos. También recordábamos que cantar no es una capacidad innata sino más bien una habilidad corporal que, como tal, puede ser aprendida y enseñada.

En la siguiente tabla señalaremos las dificultades más habituales y apuntaremos de forma sintética algunas estrategias posibles para su mejora. Quizá lo más importante en lo que respecta al papel del director/profesor en este terreno es que tenga siempre presente la siguiente observación:

“(…) algunos alumnos llegan a justificarse a sí mismos y así se cierra el círculo de uno de los falsos mitos que circulan por nuestra sociedad y que tanto daño hacen a la educación musical. Todos conocemos la fatal frase ‘no tengo oído’ la cual denota, en la amplia mayoría de los casos, que la persona concernida recibió una insuficiente educación musical en general (ya sea formal o informal) y en particular, posee un déficit en el terreno del entrenamiento auditivo y vocal” (ELORRIAGA, 2012, p. 68).

En pocas palabras: todo niño que puede hablar, puede cantar (ESCALADA, 2013).

CASO	¿POR QUÉ?	¿QUÉ PODEMOS HACER?
Alumnos que en lugar de cantar hablan.	Falta de ejercitación auditiva y vocal.	<p>El profesor hará frases cortas, unas cantadas y otras hablando. Los alumnos deberán decir si la voz es cantada o hablada. En general, deberemos darles oportunidades de experimentar con sus voces. Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jugar a imitar distintas sirenas (de ambulancia, de bomberos, de policía...), llamadas (del cuco, del pastor a las cabras, del afilador...). • Jugar a “arriba/abajo” (nosotros no le vemos, y él sin hablar, pero solo con su voz, nos tiene que indicar si está subido a la silla o está en el suelo. Luego lo hacemos nosotros). • Cantar sonidos (y melodías) señalando las alturas con la mano (<i>fononimia</i>). • Inventar pequeños cantos cuyos giros melódicos (con grados y saltos ascendentes y descendentes) se refuerzan mediante mímica. (Buscar también canciones apropiadas para un trabajo en este mismo sentido).
Alumnos que entonan en un ámbito limitado.	Falta de ejercitación vocal.	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios de experimentación vocal. • Desarrollo de la voz de cabeza. (ver más arriba). • Hacer sonidos que imitan sirenas de ambulancia, cantos de pájaros (búho), sonidos de animales, fantasmas, etc. • Hacer <i>glissandos</i>, dibujando en el aire o en la pizarra viajes imaginarios en un ascensor y luego en una montaña rusa.
Alumnos con dificultades de afinación (cantantes imprecisos).	Factores de desajuste vocal y fisiológico.	<ul style="list-style-type: none"> • Cantar a boca cerrada. • Cantar con una única vocal determinada melodía. • Recurrir a canciones cortas de diseño similar al de una vocalización. • Una vez en el coro, ubicarlos entre compañeros que canten con seguridad.
Alumnos que cantan con voces graves, roncas.	Registro desubicado.	Realizar los ejercicios anteriores y además: ejercicios de sensibilización para apreciar la calidad del sonido: imitar diferentes instrumentos musicales, diferentes voces (papá, mamá, hermano pequeño...).

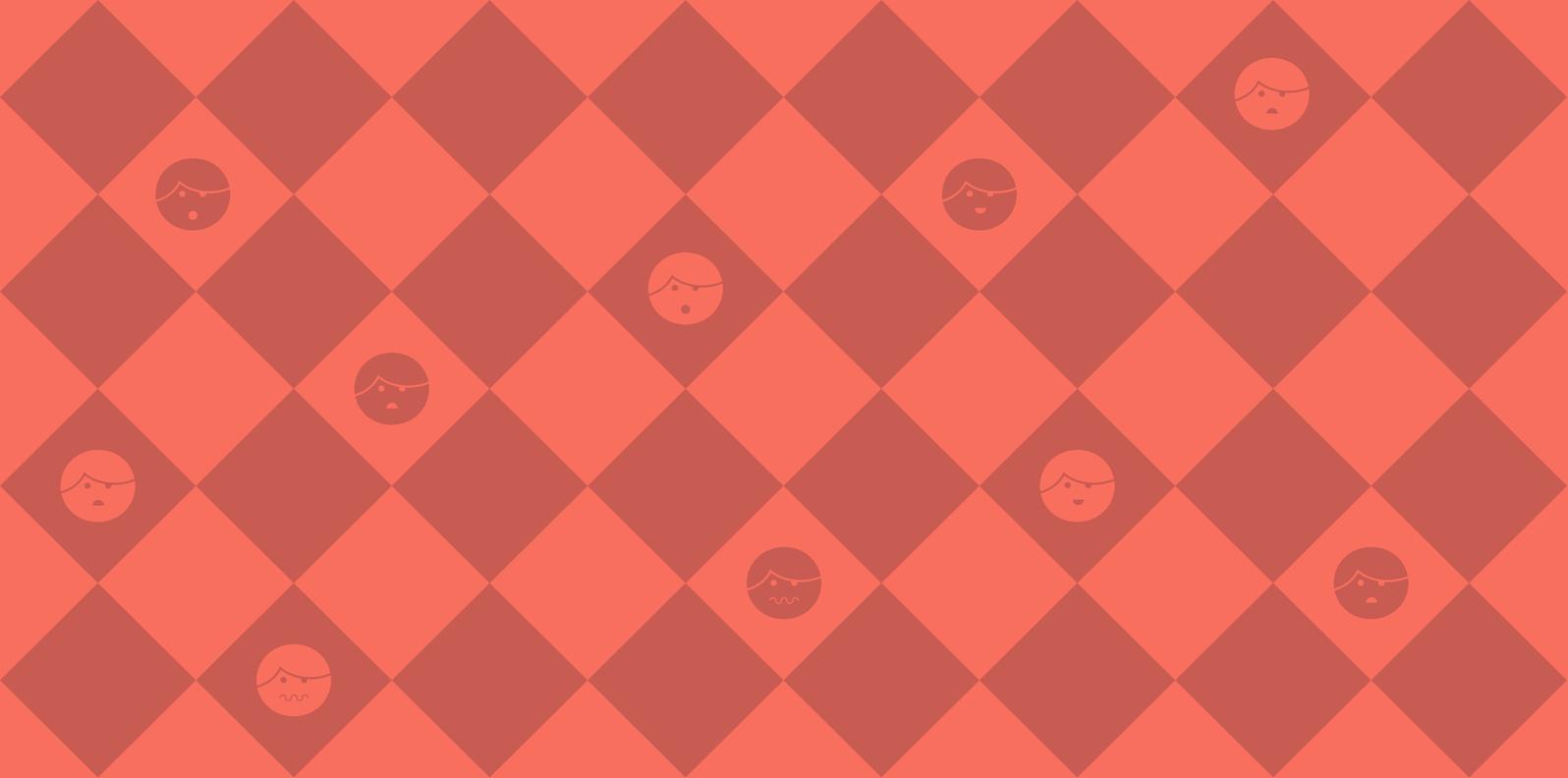
NOTA: Un recurso o “truco” siempre beneficioso, en estos casos de dificultades variadas pero también para todo tipo de cantores en determinados momentos de un ensayo, es animarles a taparse uno de los oídos con un dedo mientras se canta. De este modo se toma conciencia de que lo que oímos “por dentro” no se corresponde exactamente con lo que se oye “por fuera”. Un ejemplo típico, que a todos nos ha pasado alguna vez, es cuando nos escuchamos en una grabación y no nos reconocemos en esa voz que, sin embargo, es la nuestra.

Salud vocal e hidratación de las cuerdas vocales

La inflamación es el gran enemigo de la salud vocal. Investigaciones recientes revelan que la viscoelasticidad de las cuerdas vocales es uno de los factores más importantes para una óptima función vocal (BORRAGÁN et al., 2013). Dos son los elementos básicos para una correcta viscoelasticidad: la formación en las cuerdas de lo que los expertos denominan “lámina propia” y la hidratación. Si trabajamos con la voz (la nuestra y la de otros) conviene estar al tanto de ambos aspectos.

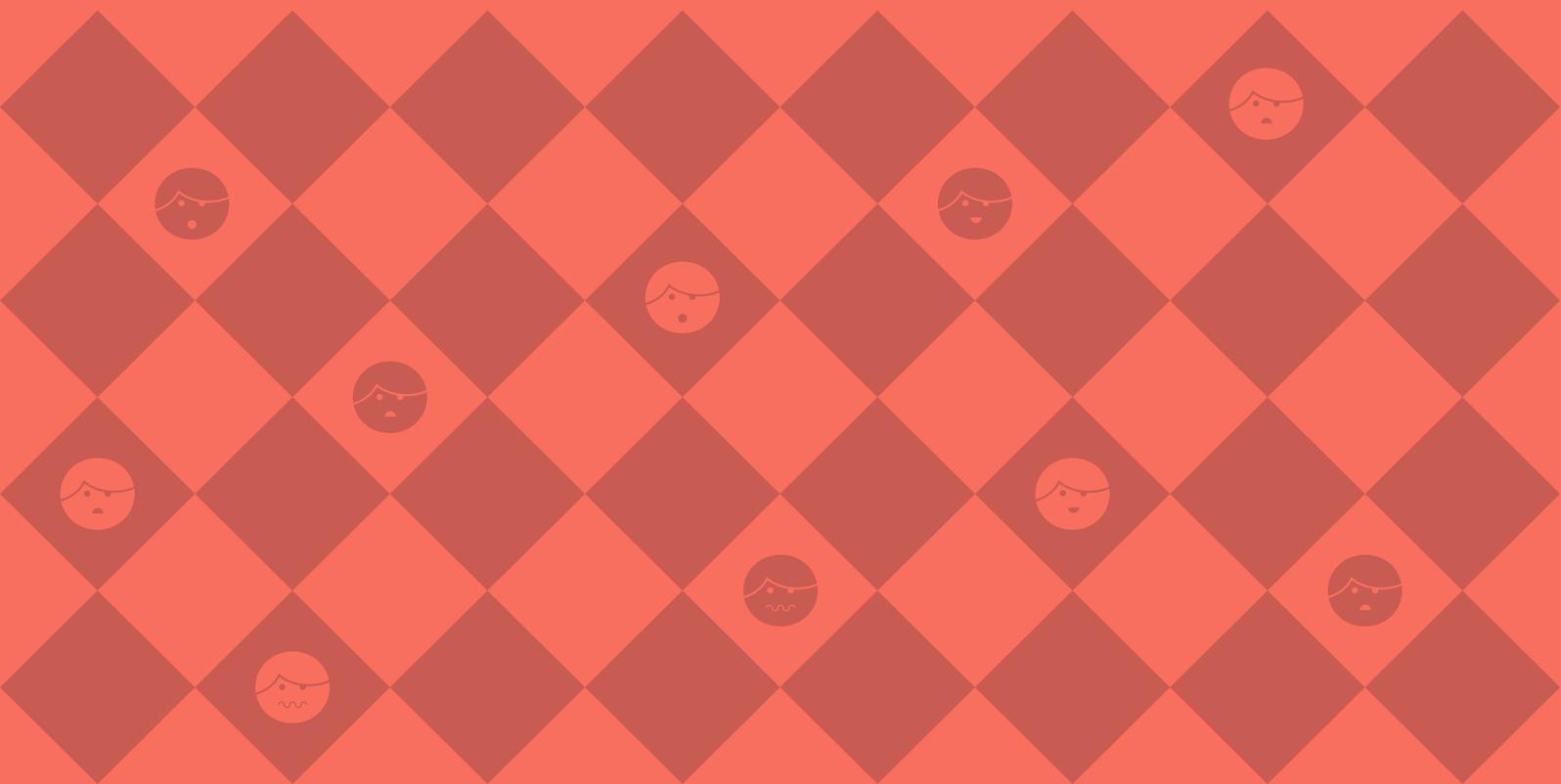
Hidratar o humidificar es aportar agua para que el tejido se impregne, se vuelva más esponjoso, más turgente, no solo en su superficie sino también en el interior del mismo. La mejor manera de hidratar la laringe es aportar agua bebiendo (es vital mantener una suficiente hidratación general de base, es decir, en adultos, beber en torno a 2 litros de agua/día); y también a través del sistema respiratorio, respirando en un ambiente saturado de humedad al 100%. La utilización de una gasa aplicada a la nariz, que se mantiene todo el tiempo húmeda mojándola cada poco, y a través de la cual se respira durante 10 minutos, hablando al mismo tiempo para que el agua penetre mejor en los tejidos, ha demostrado ser un excelente método de hidratación. La hidratación por vía nasal promueve que la lámina propia de las cuerdas vocales se hinche consiguiendo una mayor vibración, una mayor onda mucosa, un mejor cierre del espacio glótico y, con ello, una gran sensación de bienestar vocal y una disminución del esfuerzo al hablar y al cantar. Es más, se ha constatado que con unas cuerdas vocales bien hidratadas se pueden realizar grandes sobrecargas vocales sin que se sufran lesiones.

Por su parte, *lubrificar* es hacer resbaladiza la superficie mucosa. El simple hecho de mantener la saliva en la garganta sin tragarla durante varios minutos es un excelente método de lubricación. Sobre ambos aspectos, estrechamente relacionados, hidratación y lubricación, podremos ampliar información consultando este enlace <http://www.gellingeffect.com/>



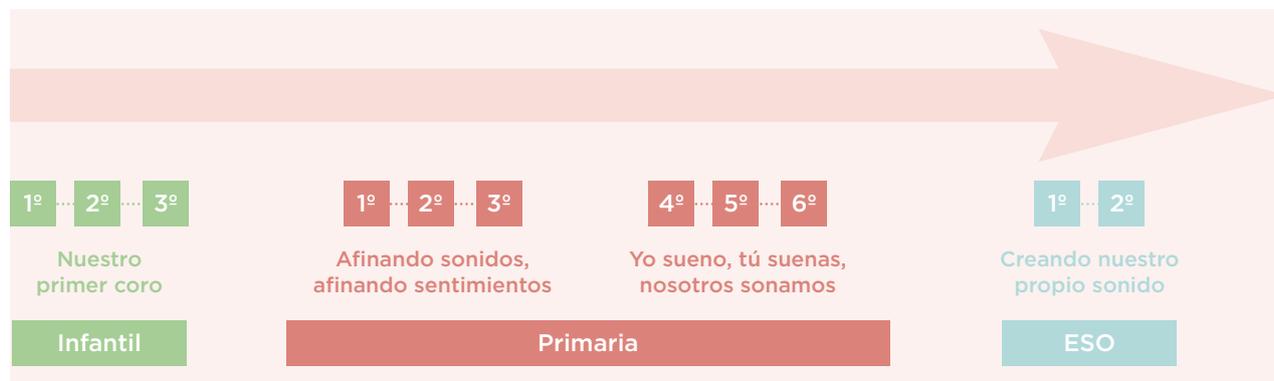
Bloque III

Materiales para el docente



A. EN EL AULA (FICHAS)

En esta sección se encontrarán los enlaces a once documentos independientes, correspondientes a cada uno de los cursos que cubre *El Coro de las Emociones*, desde 1º de Educación Infantil hasta 2º de Educación Secundaria Obligatoria.



Cada uno de esos 11 documentos incluye 8 fichas y una tabla final.

La primera ficha (Repertorio) contiene:

- Los enlaces a las partituras de las 3 piezas que se deberán trabajar en cada curso y a sus correspondientes tutoriales (videos realizados ex profeso para este recurso).
- Datos y/o sugerencias para preparar las mismas.
- Documentación de apoyo cuando es el caso (por ejemplo, un PDF con indicaciones para montar determinada coreografía, o bien un enlace a Youtube con la interpretación de una canción por un coro estable, etc.).

Las 7 fichas restantes recogen las tareas a realizar en cada una de las 6 sesiones de trabajo con el alumnado (ensayos), así como en la actuación final. En ellas encontraremos indicaciones básicas que ayudarán a desarrollar la actividad de la manera más eficiente día por día, siguiéndose en cada sesión la planificación que ya se comentó en su momento (ver [2.3 Sesiones de trabajo](#)) y que recordamos a continuación.

	1 (semana 1)	2 (semana 2)	3 (semana 3)	4 (semana 4)	5	6 (semana 6)	7
0'	Presentación	Despertar	Despertar	Despertar	Concierto didáctico (en vivo o en video)	Despertar	Actuación final
10'	Despertar					Comodín	
20'		M1	M2	M3		M1	
30'		Comodín	Comodín	Comodín		M2	
40'	M1	M2	M3	Comodín		M3	
				M1			
	Despedida	Despedida (M1)	Despedida (M2)	Despedida (M3)		Despedida	

M= Música, pieza a trabajar (ver [2.2 Repertorio](#))

I (Marco teórico) y el Bloque II (Estructura y contenidos) del presente documento, hasta quizá el recordatorio de alguna tarea que es preciso preparar para una sesión posterior.

Como ya se señaló, las indicaciones sobre aspectos socioemocionales y creativos se destacan en negrita y se agrupan en dos categorías: una que incluye aquellas variables más directamente relacionadas con la actividad correspondiente (“Variables principales”), y la otra (“A subrayar”) con otras variables que es importante reforzar en ese momento del proceso formativo, señalándose entre paréntesis el motivo (ver [1.4 Canto coral y el programa Educación Responsable](#)).

FICHAS

INFANTIL

Nuestro primer coro

Primeros contactos con la actividad coral y establecimiento de las bases para lograr una autoestima vocal positiva; primeras vivencias de la riqueza emocional, social y creativa que implica el canto en grupo.

[1º Educación Infantil](#)

[2º Educación Infantil](#)

[3º Educación Infantil](#)

PRIMARIA

Afinando sonidos, afinando sentimientos

A través de la potenciación de la escucha activa se accede a un mundo emocional, social y creativo cada vez más variado y sutil; se trabajan emociones secundarias; por medio del canto podemos modular nuestros sentimientos y estados de ánimo, paso previo a la actividad creadora.

[1º Educación Primaria](#)

[2º Educación Primaria](#)

[3º Educación Primaria](#)

Yo sueño, tú sueñas, nosotros sonamos

Cada cual con su personalidad y sus cualidades contribuye al crecimiento del grupo; podemos potenciar mutuamente nuestro mundo emocional, social y creativo cantando juntos.

[4º Educación Primaria](#)

[5º Educación Primaria](#)

[6º Educación Primaria](#)

ESO

Creando nuestro propio sonido

El sonido de cada cual y el del propio grupo resultan únicos; nuestra creatividad juega un importante papel en la consecución del mejor sonido individual y colectivo; en estos primeros estadios de la adolescencia el canto coral puede ser una preciosa herramienta que nos ayude a encontrar bienestar a través del refuerzo de la confianza en uno mismo y de la orientación hacia un ocio saludable, y al mismo tiempo potenciando el desarrollo de nuestras habilidades de interacción, autoafirmación y oposición asertiva.

[1º ESO](#)

[2º ESO](#)

B. TUTORIALES (VIDEOS)

Se encontrarán aquí todos los videos tutoriales del recurso *El Coro de las Emociones* destinados a la formación del profesorado. Están agrupados en 5 materias que resultan básicas para la tarea que ha de llevar adelante cualquiera que se deba poner frente a un coro, sea del tipo que sea:

- Técnica de gesto.
- Despertar.
- Técnica vocal.
- Técnicas de ensayo.
- Coreografías.

No se considera necesario ver todos los videos antes de ponerse manos a la obra con el alumnado. Este material se ofrece solo como ayuda para quien piense que la pueda necesitar. Cada docente decidirá a cuáles de ellos le interesa recurrir y en qué momentos.

Todos los videos han sido diseñados y realizados ex profeso para el presente recurso. Su enfoque es más intuitivo que racional, más sugestivo que concluyente. El espíritu que los guía es simplemente el de abrir puertas hacia terrenos que luego cada cual pueda explorar y ampliar por su cuenta si lo desea.

Los vídeos de *Técnica de gesto* hacen un recorrido por los elementos básicos imprescindibles para dirigir con suficiente eficacia.

Los vídeos de *Despertar* dan algunas ideas para enfocar esos momentos iniciales de las sesiones, donde lo que interesa, sobre todo, es “calentar” y poner el cuerpo y la mente de los cantores en una posición receptiva, desinhibida, distendida. Se trata de 11 ejemplos que nos darán idea del modo en que conviene enfocar esta materia. El director/profesor deberá, por tanto, no agotar esos ejercicios con los mismos alumnos a base de su repetición año tras año, sino buscar y/o inventar otros en una línea similar.

Lo mismo sucede con los vídeos de *Técnica vocal*; se trata en este caso de 3 videos, graduados en 3 fases (1. Transición del habla al canto; 2. Entonando; y 3. Buscando agilidad), cada uno con algunos ejercicios representativos y de probada eficacia. De nuevo el director/profesor deberá hacer un trabajo de investigación para procurarse otros ejercicios similares, de manera que la técnica vocal, fundamental para ir consiguiendo que el alumnado vaya mejorando su canto, no se convierta en una tediosa rutina.

Por su parte, los apartados de *Técnicas de ensayo/Mecánica de montaje* y *Coreografías* ocupan un único video cada uno. En el primer caso se trata de algunos consejos y técnicas para aprovechar al máximo el tiempo de cada sesión y sacar lo mejor de nuestros cantores a la hora de aprender y trabajar una canción. En el video de *Coreografías* se muestran en la práctica los puntos que quedaron reflejados de manera teórica en el epígrafe [2.5 Coreografías/Con qué](#).

TUTORIALES PARA EL PROFESOR

VIDEOS	CONTENIDOS
1. TÉCNICA DE GESTO	
1.1 Elementos básicos/Generalidades (05:01)	<ol style="list-style-type: none"> 1. El espacio de dirección 2. Posición inicial 3. Línea de inflexión 4. Movimiento continuo 5. Pulso e ictus 6. Contenido rítmico 7. Tamaño gesto/sonido 8. Contraste gesto/sonido
1.2. Buscando sensaciones (03:17)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Presencia/Actitud corporal 2. Removiendo diferentes elementos 3. Pintando una pared 4. Estirando un muelle 5. Jugando con una bola de golf 6. Botando un balón de baloncesto 7. Lanzando una pequeña piedra
1.3. Cómo se marcan los compases	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aspectos básicos (03:29) <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Patrones/Figuras 1.2 Marcando compases de subdivisión binaria (4/4; 3/4; 2/4) 1.3 Marcando compases de subdivisión ternaria (12/8; 9/8; 6/8; 3/8) 2. Compases subdivididos (05:36) <ol style="list-style-type: none"> 2.1 Cuándo y cómo subdividir 2.2 Ejemplos: <ol style="list-style-type: none"> a. 4/4 "a 8" b. 3/4 "a 6" c. 2/4 "a 4" d. 6/8 "a 6" e. 9/8 "a 9" f. 12/8 "a 12"
1.4. Gesto preparatorio (Anacrusa)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aspectos básicos (03:14) 2. Gesto activo (anacrusa "normal") (03:50) 3. Gesto pasivo (anacrusa "métrica") (02:44) 4. Entradas (01:28)
1.5. Gesto conclusivo (01:49)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Corte del sonido 2. Cortar para seguir
1.6. Calderones (03:50)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Generalidades y algunos casos prácticos 2. Calderones sobre notas que duran más de un pulso
1.7. Expresión (02:47)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Carácter (legato/staccato) 2. Dinámica (piano/mezzoforte/forte) (crescendo/diminuendo) 3. Cambios, siempre una parte antes
1.8. Preguntas frecuentes (05:27)	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Debo dirigir en todo momento? 2. ¿Las dos manos deben hacer lo mismo? 3. ¿Y si soy zurd@? 4. ¿Debo cantar mientras dirijo? 5. ¿Y vocalizar el texto? 6. ¿Debo mover el cuerpo y/o la cabeza?; 7. ¿Qué expresión debo dar a mi cara? 8. ¿Y mi actitud corporal?
1.9. Ejercicios para la independencia de brazos	<ol style="list-style-type: none"> A. Iniciación (02:53) B. Independizando (01:25) C. Indicaciones puntuales (entradas; acentos...) (01:42) D. Hacia la total independencia (05:41)

2. DESPERTAR (CALENTAMIENTO CORPORAL Y VOCAL)

1. Introducción	(01:15)
2. Una ventana en el campo	(02:00)
3. Mi cuerpo puede flotar	(04:24)
4. La manguera traicionera	(02:40)
5. La bola luminosa	(02:19)
6. Automasajes	(03:01)
7. La lengua deslenguada	(02:57)
8. Caras feas	(01:11)
9. Caballos al galope	(01:12)
10. El globo	(01:17)
11. La pajita	(02:29)
12. Dibujos animados	(01:23)
13. Una cueva llena de resonancias	(01:44)

3. TÉCNICA VOCAL

1. Transición del habla al canto (04:27)	<ul style="list-style-type: none"> 1. Introducción 2. Ritmos con el aire 3. Sirenas; 4. Colocando el sonido (1)
2. Entonando (Algunos ejercicios) (06:49)	<ul style="list-style-type: none"> 1. Colocando el sonido (2) 2. Río a(rriba) 3. Río a(bajo) 4. "Siñora"
3. Buscando agilidad (Algunos ejercicios) (03:22)	<ul style="list-style-type: none"> 1. Ritmo vocal (articulación) 2. Prileprole 3. Estrellas luminosas

4. TÉCNICAS DE ENSAYO/MECÁNICA DE MONTAJE

(04:13)	<ul style="list-style-type: none"> 1. Reglas de oro 2. Proceso de montaje
---------	---

5. COREOGRAFÍAS (05:11)

BIBLIOGRAFÍA

- AAVV (2012). *iBuenos días creatividad! Hacia una educación que despierte la capacidad de crear. Informe Fundación Botín 2012*. Santander: Fundación Botín.
http://issuu.com/fundacionbotin/docs/buenos_dias_creatividad/1?e=1672426/3822625
- AAVV (2014). *Artes y emociones que potencian la creatividad. Informe Fundación Botín 2014*. Santander: Fundación Botín.
http://issuu.com/fundacionbotin/docs/2014_informe_creatividad_es/1?e=3744893/7756849
- AKOSCHKY, J., ALSINA, P., DÍAZ, M., GIRÁLDEZ, A. (2008). *La música en la escuela infantil (0-6)*. Barcelona: Graó, 2008.
- BAMFORD, A. (2012). "La creatividad en la escuela: los beneficios de una educación 'rica en artes'". En: *iBuenos días creatividad! Hacia una educación que despierte la capacidad de crear. Informe Fundación Botín 2012*. Santander: Fundación Botín.
http://issuu.com/fundacionbotin/docs/buenos_dias_creatividad/1?e=1672426/3822625
- BISQUERRA ALZINA, Rafael (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- BOC (2007a). Decreto 56/2007, de 10 de mayo, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Cantabria. *Boletín Oficial de Cantabria*, Nº 100, 24/5/2007, Anexo I (Competencias básicas), pp. 7404-7409; Anexo II (Áreas de Educación Primaria/Educación artística) pp. 7419-7427.
<https://boc.cantabria.es/boces/verAnuncioAction.do?idAnuBlob=116416> (Consulta del 12/09/2014)
- BOC (2007b). Decreto 57/2007, de 10 de mayo, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Cantabria. *Boletín Oficial de Cantabria*, Nº 101, 24/5/2007, Anexo I (Competencias básicas), pp. 7503-7507; Anexo II (Materias de Educación Secundaria Obligatoria/Música) pp. 7590-7595.
<http://boc.cantabria.es/boces/verAnuncioAction.do?idAnuBlob=116447> (Consulta del 12/09/2014)
- BOC (2008). Decreto 79/2008, de 14 de agosto, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Cantabria. *Boletín Oficial de Cantabria*, Nº 164, 25/8/2008, Anexo II (Áreas del segundo ciclo de Educación Infantil), pp. 11546-11556.
<https://boc.cantabria.es/boces/verAnuncioAction.do?idAnuBlob=137944> (Consulta del 12/09/2014)
- BOC (2014). Decreto 27/2014, de 5 de junio, por el que se establece el currículo del Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Cantabria. *Boletín Oficial de Cantabria*, extraordinario Nº 29, 13/6/2014, Anexo II (Áreas del bloque de asignaturas específicas/Educación Artística/Educación Musical), pp. 1831-1863.
<https://boc.cantabria.es/boces/verAnuncioAction.do?idAnuBlob=269550> (Consulta del 12/09/2014)
- BORRAGÁN, Alfonso (2010). "¿Estar elástico o ser elástico? La mejor herramienta para un óptimo rendimiento". *Eufonía. Didáctica de la Música*, 48 (enero-febrero-marzo) (Monográfico *Música y medicina*), pp. 66-70.
- BORRAGÁN, A., AGUDO, M., GONZÁLEZ, M. J., BORRAGÁN, M., RIANCHO A., LUCHINI, E., BISSONI, E., DE ROSSI, G., RICCI MACCARINI, A., (2013). *Gelling Effect*. Centro de Foniatria y Logopedia (Santander) y Voice Center (Cesena). <http://www.gellingeffect.com> (consulta del 18/7/2015).
- CLIFT, S., HANCOX, G. (2010). The significance of choral singing for sustaining psychological wellbeing: findings from a survey of choristers in England, Australia and Germany. *Music Performance Research. Royal Northern College of Music*. Vol 3 (1). Special Issue Music and Health: pp. 79-96.
- COOPER, I. (1950). The junior high school choral problem. *Music Educators Journal*, 31 (2), pp. 20-21.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper & Row.

- CSIKSZENTMIHALYI, M. (1998). *Aprender a fluir*. Barcelona: Kairós.
- CSIKSZENTMIHALYI, M., y GILBERT, N. (1995). Singing and the self: Choral music as “active leisure.” *Choral Journal*, 35(7), 13-20.
- ELORRIAGA, A. (2008a). *El sonido se comparte: Canto colectivo y educación musical*. Madrid: UAM. Ediciones.
- ELORRIAGA, A. (2008b). “El uso didáctico del movimiento en el canto coral escolar”. *Al Sur: Revista de Investigación y Experiencias Educativas*, 7, pp. 24-27.
- ELORRIAGA, A. (2012). “Las voces adolescentes y el canto en la secundaria; un reto al alcance de todos”. *Eufonía. Didáctica de la Música*, 54, enero 2012, pp. 62-73.
- ELORRIAGA, A; y ARÓSTEGUI, J.L., (2013). *Diseño curricular de la expresión vocal y el canto colectivo en la educación secundaria. La muda de la voz en el aula de música*: [Madrid], Anexo.
- ENGESER, S. y SHIEPE-TISKA, A., (2012). “Historical Lines and an Overview of Current Research on Flow”. In *Advances on Flow Research*, edited by Stefan Engeser, 1-22, New York: Springer.
- ESCALADA, O. (2013). “Todo niño que puede hablar, puede cantar. ¿Y la amusia... qué?” *I Congreso Coral Argentino. Área temática 3. Coros y Educación*.
<http://www.ofadac.org.ar/doc/AT3-13.pdf> (consulta del 26/8/2014).
- FAD (2008a) (Raquel Palomera y Susana Lázaro, revisión y adaptación de contenidos). *Banco de Herramientas audiovisuales. Para la promoción de competencias personales y sociales (Educación Infantil)*. [Santander]: Fundación Marcelino Botín.
- FAD [2008b] (Raquel Palomera y Susana Lázaro, revisión y adaptación de contenidos). *Banco de Herramientas audiovisuales. Para la promoción de competencias personales y sociales (Educación Primaria)*. [Santander]: Fundación Marcelino Botín.
- FAD (2008c) (Raquel Palomera y Susana Lázaro, revisión y adaptación de contenidos). *Banco de Herramientas audiovisuales. Para la promoción de competencias personales y sociales (Educación Secundaria)*. [Santander]: Fundación Marcelino Botín.
- FREER, Patrick K.; RAINES, Alan L. (2005). Flow and the Choral Experience. *The Phenomenon of Singing*, [S.l.], v. 5, pp. 71-76, jul. 2005.
<http://journals.library.mun.ca/ojs/index.php/singing/article/view/590> (Consulta del 21/09/2014).
- GARCIA-LARRAURI, B. (Dir.) (2010). *Claves para aprender en un ambiente positivo y divertido. Todo rueda mejor si se engrasa con humor*. Madrid: Pirámide.
- GARCÍA MALBRÁN, E., (2010). “La música y el cuerpo, puntos de cruce...” En: *Voz, cuerpo y acción: un espacio para la música*, coord. Riaño, M^a. E. y Díaz, M., Santander: Universidad de Cantabria, pp. 97-110.
- GARDNER, Howard. (1983). *Inteligencias múltiples*. Paidós.
- HARGREAVES, D. (1998). *Música y desarrollo psicológico*, Barcelona: Graó.
- IVCEVIC, Z. et al. (2014). “Artes, emociones y creatividad”. En: *Artes y emociones que potencian la creatividad. Informe Fundación Botín 2014*. Santander: Fundación Botín, pp. 7-24.
http://issuu.com/fundacionbotin/docs/2014_informe_creatividad_es/1?e=3744893/7756849
- JURADO LUQUE, J. (1996). “El cuerpo y el movimiento en la expresión musical”. *Eufonía. Didáctica de la Música*, 3 (Monográfico *Música y movimiento*), pp. 1-9.
- KOELSCH, S. (2012). *Brain and Music*. Chichester, UK: Wiley-Blackwell.
- KOKKONEN, M. (2014). “Danza”. En AAVV. *Artes y emociones que potencian la creatividad*. Santander: Fundación Botín, pp. 123-143.

http://issuu.com/fundacionbotin/docs/2014_informe_creatividad_es/1?e=3744893/7756849

- LÓPEZ, F., ETXEBARRIA, I., FUENTES, M. J., ORTIZ, M. J., y PALACIOS, J. (1999). *Desarrollo afectivo y social*. Madrid: Pirámide.
- MUHIP SANAL, A., IZZET BAYSAL, A., GORSEV, S. (2014). Psychological and physiological effects of singing in a choir. *Psychology of Music*, May 2014 vol. 42 no. 3, pp. 420-429.
- RABINOWITCH, T-Ch.; CROSS, I; y BURNARD, P. (2013). Long-term musical group interaction has a positive influence on empathy in children. *Psychology of Music*, 41, pp. 484-498.
- ROSABAL COTO, G. (2008). "El director coral como educador musical". *La Retreta*, 1, <http://www.laretreta.net/0101/articulos/eldirectorcoral.html> (Consulta del 16/5/2014).
- ROSABAL COTO, G. (2009). "Algunas perspectivas para el manejo de la voz adolescente en el ensamble coral". *Eufonía. Didáctica de la Música*, 45, (Enero, febrero, marzo 2009) (Monográfico *Los coros infantiles*), pp. 50-57.
- SANZ VÉLEZ, E. (2010). "Sendas de renovación coral". En: *Voz, cuerpo y acción: un espacio para la música*, coord. Riaño, M. E. y Díaz, M., Santander: Universidad de Cantabria, pp. 19-24.
- SAARNI C. (2011). "Emotional development in childhood". Lewis M, topic ed. In: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. *Encyclopedia on Early Childhood Development* [online]. Montreal, Quebec: Centre of Excellence for Early Childhood Development and Strategic Knowledge Cluster on Early Child Development; pp. 1-7. <http://www.child-encyclopedia.com/documents/SaarniANGxp1.pdf> (Consulta del 15/8/2014).
- SMOLEJ, B. y AVSEC, A. (2007). The experience of flow and subjective well-being of music students. *Horizons of Psychology*, 16, 2, pp. 5-17.
- SWEARS, L. (1985). *Teaching the elementary school chorus*. Parker Publishing Company, Inc.
- TRALLERO, C. (2003). "El oído musical". Recercat (Dipòsit de la Recerca de Catalunya), registro virtual: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/11525/1/EL%20OIDO%20MUSICAL.pdf>
- VICENTE, G. (2012). "Música y movimiento: variaciones sobre un mismo tema". *Eufonía. Didáctica de la Música*, 54, pp. 74-81.



FUNDACIÓN
BOTÍN

EL COLOR DE LAS EMOCIONES

BLOQUE III, A. MATERIALES PARA EL DOCENTE (FICHAS)
EDUCACIÓN INFANTIL

CRÉDITOS

Produce

Fundación Botín

Contenidos

Esteban Sanz Vélez

Producción audiovisual

Burbuja Films (realización); Esteban Sanz Vélez (guión y presentación)

Diseño y maquetación

Tres DG

Edición y actualización

Fundación Botín

c/ Pedrueca 1, 39003 Santander

Año 2015 (1ª edición)

Septiembre 2015 (2ª edición)

Septiembre 2017 (3ª edición revisada)

ISBN

978-84-15469-40-7

© Fundación Botín, 2017

© de los textos: sus autores

Este documento contiene las fichas para el ciclo de Educación infantil. Cada curso consta de 8 fichas y una tabla final. La primera ficha (*Repertorio*) contiene los enlaces a las partituras y tutoriales (videos realizados ex profeso para este recurso) de las 3 piezas que se deberán trabajar en ese curso, así como datos y sugerencias para preparar las mismas. También incluye unos enlaces a los audios de las melodías (Se agradece a Belén García Gómez, maestra de música del Colegio Público Elena Quiroga de Peñacastillo, Santander, la grabación de dichas melodías). Las 7 fichas restantes especifican las tareas a realizar en cada una de las 6 sesiones de trabajo con el alumnado (ensayos y concierto didáctico), así como en la actuación final. En ellas se encontrarán indicaciones básicas que ayudarán a desarrollar la actividad día por día, siguiéndose en cada sesión la planificación que ya se comentó en su momento ([2.3 Sesiones de trabajo](#)). Destacadas en negrita, se especifican las variables emocionales, sociales y de la creatividad que se trabajarán en cada franja de horario. Aparecen agrupadas en dos categorías: la primera, “Variables principales”, incluye aquellas más directamente relacionadas con la actividad correspondiente, y la segunda, “A subrayar”, señala otras variables que se considera importante reforzar en un momento concreto del proceso formativo, indicándose entre paréntesis el motivo. Una tabla final ofrece un resumen o estadística de todas las variables abordadas durante las sesiones.

Nota: Todas las variables se indican con el fin de facilitar la tarea educativa, pero se podrán introducir otras, aunque no aparezcan señaladas, en función de un hecho puntual de la sesión o por cualquier otra circunstancia.

Índice

Educación Infantil

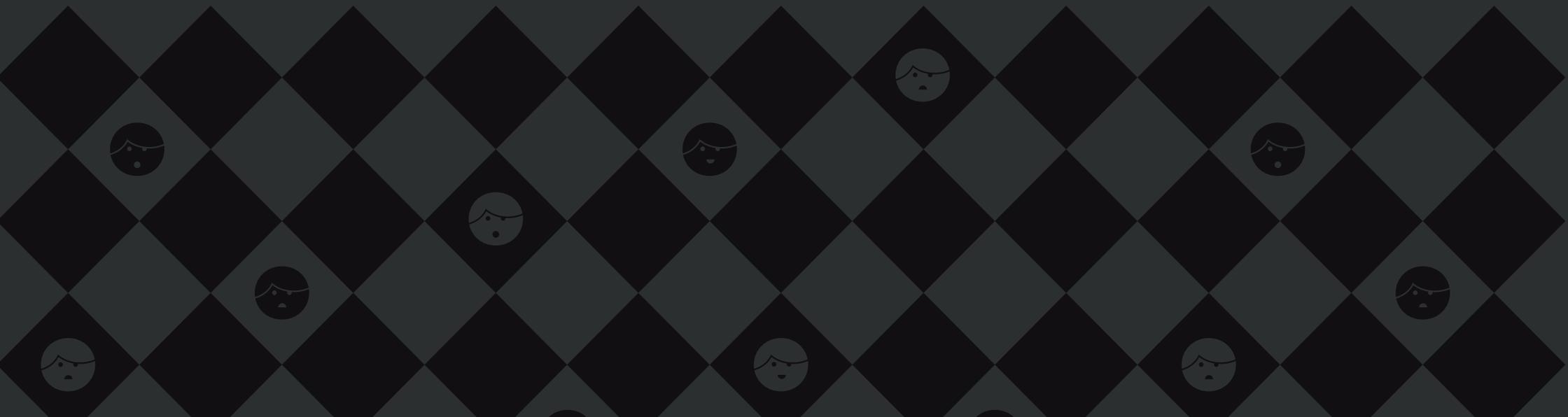
Nuestro primer coro

54	1º Educación Infantil
64	2º Educación Infantil
74	3º Educación Infantil



Vista panorámica del recurso

1º Educación Infantil



Repertorio

M1 (despertar/ exotismo)	<u>El guerrero zulú (Tradicional Sudáfrica) (Partitura)</u> <u>El guerrero zulú (Tradicional Sudáfrica) (Tutorial)</u>	<u>El guerrero zulú (Tradicional Sudáfrica) (Audio)</u>
	<p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • La aprenderemos con texto en castellano. El director/profesor valorará si convendría introducir en algún momento la versión original en inglés. • Pensar en la posibilidad de introducir algún instrumento apropiado de percusión (parche, etc.) que subraye el ritmo básico (negras). • Probar a cantarla en diferentes alturas (tonalidades). • Cuando esté bien aprendida, podemos dividirnos en dos grupos (dos “tribus”). Unos cantan el “refrain” y otros el “verse”. Luego, al contrario. (<i>Escucha activa</i>). • Tratándose de una pieza que nos acerca una música de algún modo lejana o exótica (Sudáfrica) podremos aprovechar para subrayar aspectos relacionados con la empatía. <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para una propuesta de coreografía ver <u>Esquema coreografía Guerrero zulú.</u> 	
M2 (baile)	<u>Zum Gali Gali (Tradicional Israel) (Partitura)</u> <u>Zum Gali Gali (Tradicional Israel) (Tutorial)</u>	<u>Zum Gali Gali (Tradicional Israel) (Audio)</u>
	<p>Datos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Canción tradicional hebrea, anónima, que surgió en torno a la creación del Estado de Israel a mediados del siglo XX. Las palabras <i>Zum gali, gali</i> del ostinato no tienen significado aunque <i>galgal</i> significa “en medio de las olas que ruedan”. Con este concepto, quizá se quiera expresar de algún modo la idea de continuidad. • Texto original en hebreo: <i>Hechalutz le maan Avoda - Avoda le maan hechalutz.//Ha shalom le maan ha amin - Ha Amin le maan ha shalom.</i> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (<i>Habilidades de interacción</i>), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (<i>Habilidades de oposición asertiva</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • Podemos idear fácilmente una coreografía en función del texto: “esta danza encadenará”... “gran círculo cerrará”... “se completará la señal”, etc. • Convendrá alternar el tipo de movimiento entre melodía y ostinato. Por ejemplo, la melodía se canta en corro, y el ostinato dando un paseo rítmico, en recorrido libre por la sala, para ir a buscar de nuevo el círculo cuando vuelve la melodía. Los alumnos formarán dicho círculo cada vez como salga, sin necesidad de volver a la ordenación previa. • En función del desarrollo psicomotriz del grupo, podremos experimentar también con pasos laterales cruzados, como los que hacen los niños de este <u>video</u> en el minuto 0:12. 	
M3 (emoción)	<u>Chiquitito como un ratón (A. Urbina) (Partitura)</u> <u>Chiquitito como un ratón (A. Urbina) (Tutorial)</u>	<u>Chiquitito como un ratón (A. Urbina) (Audio)</u>
	<p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Daremos copia de la partitura a cada alumno, la cual puede servir en etapas tempranas para ir, simplemente, familiarizándose con elementos básicos del lenguaje musical tales como pentagrama, clave de sol, compases, barras de compás, barras de final, notas... Se podrá colorear, recortar, decorar algún elemento aislado (por ejemplo la clave), etc. • Aprenderemos todos las dos melodías y las cantaremos de manera sucesiva (como una canción con dos secciones o que pasa por “dos paisajes” diferentes). • Para alargar la pieza, intercalar fragmentos sólo instrumentales, sin canto. (Podemos armonizar con acordes básicos: Tónica, dominante, subdominante...). • Podemos dividir al grupo en dos y que cada uno se encargue de cantar una de las dos melodías, de manera que el grupo que no canta escucha al que canta (buen trabajo para desarrollar la escucha activa y como iniciación a un futuro canto a dos voces). • Con la primera melodía (y luego también con la segunda) podemos hacer juegos de alternancia. Por ejemplo: Grupo 1 canta “Chiquitito como un ratón”. Grupo 2: “Cuida la casa como un león”. Grupo 1. “Cuida la casa, cuida la casa”. Grupo 2 “Cuida la casa como un león”. Todo ello ayudado por gestos coreográficos apropiados (por ejemplo, al cantar nos movemos, y cuando no nos toca cantar nos tenemos que quedar muy quietos, “como estatuas”). • Pieza especialmente apropiada para ahondar en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (delicadeza, fraseo, etc.) como emocional (<i>sensibilidad, empatía...</i>). La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético (<i>Creatividad</i>). 	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	Presentación	<p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>	
10'	Despertar	<p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automasajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p> <p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en este momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, cómo es su estado de ánimo y su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p>	
20'		<p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
30'	M1	<p><i>El guerrero zulú</i> (Tradicional Sudáfrica) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier momento de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p> <p>Nota: desde esta sesión 1 convendrá trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final (ver Bloque II, cap. 3 Actuación final / Presencia en escena).</p>	
40'		<p>VARIABLE PRINCIPAL: Empatía.</p> <p>A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
	Despedida (hablada)	<p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subrayaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, destacaremos algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.) y adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.</p> <p>A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión. Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.4 La manguera traicionera, 2.10 El globo, 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto.	
10'		VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<u><i>El guerrero zulú</i> (Tradicional Sudáfrica) (Partitura)</u> Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible. VARIABLE PRINCIPAL: Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones o apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 <u>Canto coral y el programa <i>Educación Responsable</i></u>).	
30'	M2	<u><i>Zum Gali Gali</i> (Tradicional Israel) (Partitura)</u> ; (Ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamente bailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
40'			
	Despedida (canto M1)	<u><i>El guerrero zulú</i> (Tradicional Sudáfrica) (Partitura)</u> Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de <u>3.1 Transición del habla al canto</u> , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de <u>3.2 Entonando (algunos ejercicios)</u> . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<u>Zum Gali Gali (Tradicional Israel) (Partitura)</u> Tras el <i>Despertar</i> , comenzaremos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 <u>Canto coral y el programa Educación Responsable</u>).	
30'	M3	<u>Chiquitito como un ratón (A. Urbina) (Partitura)</u> ; (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional y expresivo.	
40'		Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje con la familiarización con elementos básicos del lenguaje musical. Se facilitará a cada alumno una copia de la partitura que se podrá colorear, recortar o decorar algún elemento aislado (por ejemplo la clave). VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).	
	Despedida (canto M2)	<u>Zum Gali Gali (Tradicional Israel) (Partitura)</u> Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias, que en este nivel elemental se puede limitar a que enseñen (canten) a sus familiares M1, es decir <i>El guerrero zulú</i> (ver Bloque II, cap. 7 <u>Participación de las familias (punto 2)</u>). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	<p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizamos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (ver 3.2 Entonando (algunos ejercicios)).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'			
20'	M3	<p><i>Chiquitito como un ratón</i> (A. Urbina) (Partitura)</p> <p>Retomaremos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música particularmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad, y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc.</p> <p>No olvidemos la posibilidad de seguir adquiriendo familiaridad con el lenguaje musical a través de la partitura que se distribuyó a cada alumno.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).</p>	
30'	Comodín	<p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	M1	<p><i>El guerrero zulú</i> (Tradicional Sudáfrica) (Partitura)</p> <p>Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1.</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
40'	M2	<p><i>Zum Gali Gali</i> (Tradicional Israel) (Partitura)</p> <p>Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).</p>	
	Despedida (canto M3)	<p><i>Chiquitito como un ratón</i> (A. Urbina) (Partitura)</p> <p>Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).</p>	

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera razonada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	Despertar	<p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Realizaremos una rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios)).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	Comodín	<p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	M1	<p><i>El guerrero zulú</i> (Tradicional Sudáfrica) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	M2	<p><i>Zum Gali Gali</i> (Tradicional Israel) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	M3	<p><i>Chiquitito como un ratón</i> (A. Urbina) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	Despedida (hablada)	<p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación (Acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín.

Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 [Sesiones de trabajo/Actuación final](#)).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un resumen ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto (ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún “grito de guerra” que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: “¡Viva el Coro de las Emociones!!”.

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas...); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, los nervios tienden a aparecer y a jugar nos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (1º EI)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) *El guerrero zulú* (Tradicional Sudáfrica)*: Empatía
(M2) *Zum Gali Gali* (Tradicional Israel)*: Actitudes positivas hacia la salud; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

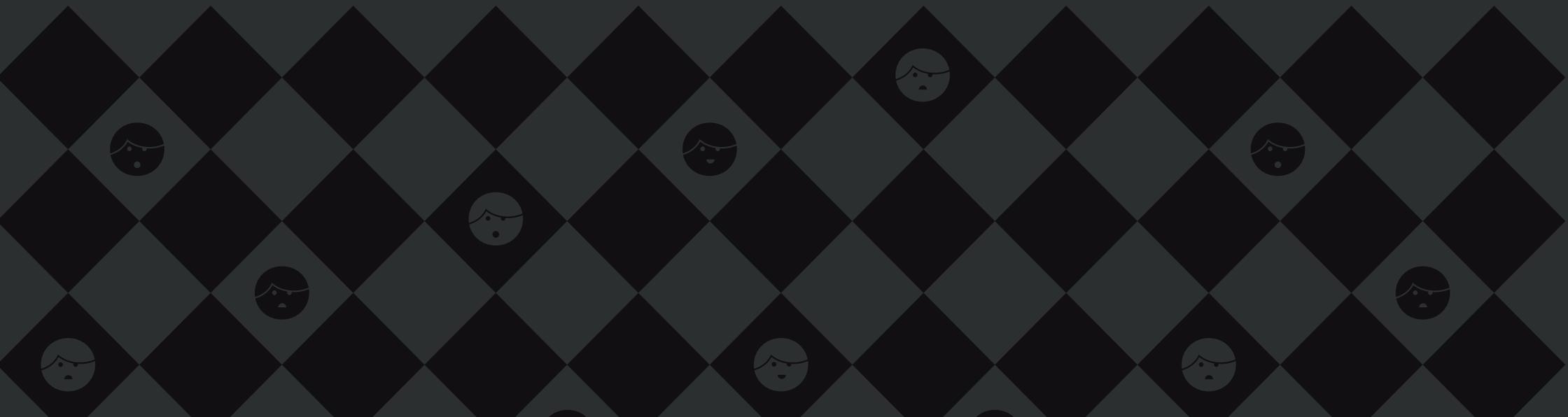
(M3) *Chiquititito como un ratón* (A. Urbina)*: Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad.

* Piezas con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL									
	1				2				3				4				5				6				
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida		
DESARROLLO AFECTIVO																									
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P							P	S
Empatía			P			P					P			P	P										
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P
DESARROLLO COGNITIVO																									
Autocontrol	S																S	P		S	S	S		P	S
Toma de decisiones responsable																									
Actitudes positivas hacia la salud		P			P		P		P	P			P			P				P					S
Creatividad	S	P	S		P	S			P		S		P	S	S					P	S	S	S		P
DESARROLLO SOCIAL																									
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S						S	S
Habilidades de autoafirmación																		S						S	S
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P									

Legenda
 P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)

2º Educación Infantil



Repertorio

M1 (despertar/ exotismo)	<u>Carabú (Anónimo) (Partitura)</u> <u>Carabú (Anónimo) (Tutorial)</u>	<u>Carabú (Anónimo) (Audio)</u>
<p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • El acompañamiento se puede basar en el esquema armónico I, II⁶, V, I, es decir, FA, SOL, DO, FA (a acorde por compás a partir de la anacrusa), repetido cada 4 compases. • Tratándose de una divertida canción que enlaza a la perfección con el calentamiento (<i>Despertar</i>), en cuanto juego corporal, podremos aprovechar para subrayar aspectos relacionados con diversión, bienestar, alegría, apertura... (<i>Actitudes positivas hacia la salud y Creatividad</i>). 		
M2 (baile)	<u>Los cacharros (M. Ariño) (Partitura)</u> <u>Los cacharros (M. Ariño) (Tutorial)</u>	<u>Los cacharros (M. Ariño) (Audio)</u>
<p>Datos</p> <ul style="list-style-type: none"> • La partitura incluye cifrado americano. <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (<i>Habilidades de interacción</i>), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición, etc.) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (<i>Habilidades de oposición asertiva</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • La divertida <u>versión que sigue</u>, preparada por el compositor y director Josu Elberdin en un curso de música coral celebrado en Segovia en el verano de 2014, puede darnos algunas ideas de interpretación y coreografía (por ejemplo, las palmadas o, también, esa conclusión de la pieza “desinflándose”), aunque seguramente necesitaremos adaptarlas a la corta edad de nuestros alumnos. 		
M3 (emoción)	<u>Cantemos este son (Canon a 4 v.i.) (L. de Cea) (Partitura)</u> <u>Cantemos este son (Canon a 4 v.i.) (L. de Cea) (Tutorial)</u>	<u>Cantemos este son (Canon a 4 v.i.) (L. de Cea) (Audio)</u>
<p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aunque se trata de un canon a 4, nosotros la trataremos como una simple melodía (a 1 voz). • Conviene trabajar cuidadosamente desde el principio la nota a contratiempo del compás 11. Sin brusquedad, pero haciendo sentir a los alumnos de manera física ese “hueco” (por ejemplo, que justo en el momento del silencio de corchea haya que tocar con la palma de la mano los labios, como el que lanza un beso). • Daremos copia de la partitura a cada alumno, la cual puede servir en etapas tempranas para ir, simplemente, familiarizándose con elementos básicos del lenguaje musical tales como el pentagrama, la clave de sol, los compases, las barras de compás, las barras de final, las notas... También se podrá colorear, recortar, decorar algún elemento aislado (por ejemplo la clave). • Subrayar que expresión emocional y expresión musical están íntimamente unidas, y trabajarlo en la medida de lo posible. El fraseo natural de esta canción (cada tres compases) se consigue iniciando y terminando cada fragmento con delicadeza, e intensificando el canto en la sección central de dichos fragmentos. • Se trata de una pieza especialmente apropiada para ahondar en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (los mencionados de delicadeza, fraseo, etc.) como emocional (<i>sensibilidad, empatía...</i>). La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético (<i>Creatividad</i>). 		

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	Presentación	<p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introduciremos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>	
10'	Despertar	<p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automasajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p> <p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en este momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, cuál es su estado de ánimo y su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
20'			
30'	M1	<p><i>Carabú</i> (Anónimo) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier momento de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p> <p>Nota: desde esta sesión 1 convendrá trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final. (Ver Bloque II, cap. 3 Actuación final / Presencia en escena).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad.</p>	
40'			
	Despedida (hablada)	<p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subyaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, destacaremos algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.) y adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/ <i>Despertar</i> 2.4 La manguera traicionera, 2.10 El globo, 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto. VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<u>Carabú (Anónimo) (Partitura)</u> Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible. VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad.	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones o apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 <u>Canto coral y el programa Educación Responsable</u>).	
30'	M2	<u>Los cacharros (M. Ariño) (Partitura)</u> ; (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamente bailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general.	
40'		VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Despedida (canto M1)	<u>Carabú (Anónimo) (Partitura)</u> Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de <u>3.1 Transición del habla al canto</u> , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de <u>3.2 Entonando (algunos ejercicios)</u> . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<i>Los cacharros</i> (M. Ariño) (Partitura) Tras el <i>Despertar</i> , comenzaremos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile o movimientos que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 <u>Canto coral y el programa Educación Responsable</u>).	
30'	M3	<i>Cantemos este son (Canon a 4 v.i.)</i> (L. de Cea)(Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional expresivo.	
40'		Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje de la pieza con la familiarización con elementos básicos de lenguaje musical. Se facilitará a cada alumno una copia de la partitura que se podrá colorear, recortar, decorar, etc. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).	
	Despedida (canto M2)	<i>Los cacharros</i> (M. Ariño) (Partitura) Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias, que en este nivel elemental se puede limitar a que enseñen (canten) a sus familiares M1, es decir <i>Carabú</i> (ver Bloque II, cap. 7 <u>Participación de las familias (punto 2)</u>). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción.	

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.
10'		Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizamos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (ver 3.2 Entonando (algunos ejercicios)). VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).
20'	M3	<u><i>Cantemos este son (Canon a 4 v.i.) (L. de Cea)(Partitura)</i></u> Retomaremos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música especialmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad, y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc. No olvidemos la posibilidad de seguir adquiriendo familiaridad con el lenguaje musical a través de la partitura que se distribuyó a cada alumno. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).
30'	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).
40'	M1	<u><i>Carabú (Anónimo) (Partitura)</i></u> Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1. VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad.
	M2	<u><i>Los cacharros (M. Ariño) (Partitura)</i></u> Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).
	Despedida (canto M3)	<u><i>Cantemos este son (Canon a 4 v.i.) (L. de Cea)(Partitura)</i></u> Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5). VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico).

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera razonada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	Despertar	<p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	Comodín	<p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	M1	<p><u>Carabú (Anónimo) (Partitura)</u> Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	M2	<p><u>Los cacharros (M. Ariño) (Partitura)</u> Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	M3	<p><u>Cantemos este son (Canon a 4 v.i.) (L. de Cea) (Partitura)</u> Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	Despedida (hablada)	<p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación (acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín.

Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 [Sesiones de trabajo/Actuación final](#)).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un resumen ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto. (Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún “grito de guerra” que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: “¡¡Viva el Coro de las Emociones!!”.

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas...); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, los nervios tienden a aparecer y a jugar nos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (2º EI)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) Carabú (Anónimo): Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad

(M2) Los Cacharros (M. Ariño)*: Actitudes positivas hacia la salud;

Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) Cantemos este son (Canon a 4 v.i.) (L. de Cea)*: Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad.

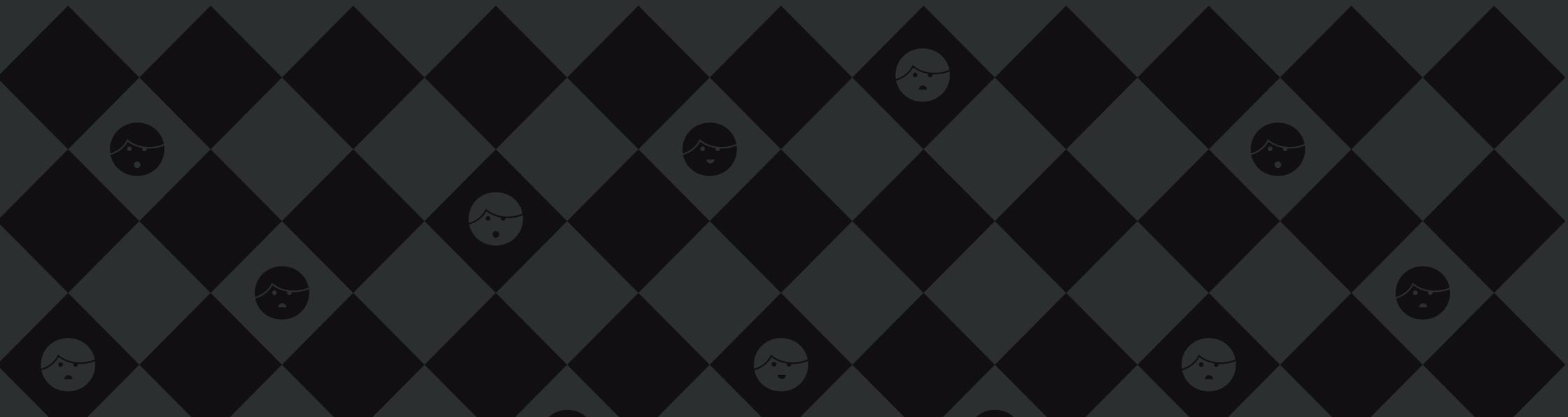
* Piezas con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL									
	1				2				3				4				5				6				
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida		
DESARROLLO AFECTIVO																									
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P							P	S
Empatía											P			P											
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P
DESARROLLO COGNITIVO																									
Autocontrol	S															S	P		S	S	S			P	S
Toma de decisiones responsable																									
Actitudes positivas hacia la salud		P	P		P	P	P		P	P			P		P	P			P						S
Creatividad	S	P	P		P	P			P		S		P	S	P				P	S	S	S			P
DESARROLLO SOCIAL																									
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S						S	S
Habilidades de autoafirmación																		S						S	S
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P									

Legenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)

3º Educación Infantil



Repertorio

M1 (despertar/ exotismo)	<u>El tren (1v, pn.) (A. Grau) (Partitura)</u> <u>El tren (1v, pn.) (A. Grau) (Tutorial)</u>	<u>El tren (1v, pn.) (A. Grau) (Audio)</u>
	<p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Imaginación. Trabajo rítmico (pulso). Percusión corporal. • Todo el acompañamiento está ideado sobre dos acordes: MI menor y RE menor (en la partitura indicados, respectivamente, con “e” y con “d”) y la propia partitura deja abierta la posibilidad de realizar el mismo con cualquier otro instrumento a falta de piano. • Una vez bien aprendida por todos, podemos dividir al coro en dos grupos: el grupo A hará las secciones de recitado rítmico (compases 3-4; 9; 11-13...) y el grupo B las secciones cantadas (compás 5 y siguientes, etc.), y luego viceversa (<i>Escucha activa</i>). • Tratándose de una pieza que despierta la fantasía de los alumnos, podremos aprovechar para incidir en aspectos relacionados con la creatividad. En su parte de música muy rítmica y con dos secciones muy contrastadas y características (pasos del tren y melodía), estaremos trabajando el autocontrol, en primer lugar musical, pero también general. Si nos dividimos en dos grupos, la escucha activa musical nos lleva a una escucha activa general (<i>Empatía</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • En cuanto a la coreografía, la parte del recitado rítmico puede hacerse con pasos que refuercen el motor rítmico, es decir, el “efecto tren”, y en las partes melódicas mimarse de algún modo lo que va contando el texto (“por la puerta de mi casa...”). Si luego se divide al coro en dos grupos, como sugeríamos arriba, cada grupo se encargaría de su parte correspondiente de gestos, permaneciendo quietos en la parte correspondiente al otro grupo (refuerzo de la <i>Escucha activa</i>). 	
M2 (baile)	<u>Na baia tem (Tradicional Brasil. Arr. J. Faustini) (Partitura)</u> <u>Na baia tem (Tradicional Brasil. Arr. J. Faustini) (Tutorial)</u>	<u>Na baia tem (Tradicional Brasil. Arr. J. Faustini) (Audio)</u>
	<p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para alargar la canción, y al mismo tiempo para trabajar aspectos rítmicos, podemos intercalar un fragmento central a manera de batucada (es decir, con elementos de percusión casera: latas, bidones, etc...) que se puede luego fundir de forma muy natural con toda la sección primera de la pieza (compases 1 a 9). • Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (<i>Habilidades de interacción</i>), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (<i>Habilidades de oposición asertiva</i>). 	
M3 (emoción)	<u>Cucú (En el pinar) (canon a 2v.) (Anónimo) (Partitura)</u> <u>Cucú (En el pinar) (canon a 2v.) (Anónimo) (Tutorial)</u>	<u>Cucú (En el pinar) (canon a 2v.) (Anónimo) (Audio)</u>
	<p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Daremos copia de la partitura a cada alumno, la cual puede servir en etapas tempranas para ir, simplemente, familiarizándose con elementos básicos del lenguaje musical tales como el pentagrama, la clave de sol, los compases, las barras de compás, las barras de final, las notas... También se podrá colorear, recortar, decorar algún elemento aislado (por ejemplo la clave). • Si cantamos la canción divididos en grupos, y cada grupo se ocupa de un fragmento (por ejemplo, grupo A primera frase, grupo B repetición en eco de esa primera frase) (ver sugerencias en el video tutorial), estaremos trabajando de nuevo la escucha activa, habilidad de gran interés musical y también para el desarrollo emocional y social. • Esta es una pieza especialmente apropiada para ahondar en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (delicadeza, fraseo, etc.) como emocional (sensibilidad, <i>Empatía</i>). <p>La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético (<i>Creatividad</i>).</p> <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cualquiera que ilustre con mímica las palabras principales de cada melodía (“bosque”, “cucu”, “valle”, “montaña”, “sol”...). 	

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	<p>Presentación</p> <p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>	
10'	<p>Despertar</p> <p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automatajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p> <p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en ese momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, cuál es su estado de ánimo y su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
20'		
30'	<p>M1</p> <p><i>El tren (1v, pn.)</i> (A. Grau) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier momento de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p>	
40'	<p>Nota: desde esta sesión 1 convendrá trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final (ver Bloque II, cap. 3 Actuación final / Presencia en escena).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Creatividad; Autocontrol.</p> <p>A SUBRAYAR: Empatía (Si nos dividimos en dos grupos, como se sugería en la ficha de Repertorio, la escucha activa musical sirve de entrenamiento también para una escucha activa general o empática en otros ámbitos de la vida).</p>	
	<p>Despedida (hablada)</p> <p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subrayaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, destacaremos algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar) y adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima.</p> <p>A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/ <i>Despertar</i> 2.4 La manguera traicionera, 2.10 El globo, 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto.	
		VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<i>El tren (1v, pn.)</i> (A. Grau) (Partitura) Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible.	
		VARIABLES PRINCIPALES: Creatividad; Autocontrol. A SUBRAYAR: Empatía (Si nos dividimos en dos grupos, como se sugería en la ficha de Repertorio, la escucha activa musical sirve de entrenamiento también para una escucha activa general o empática en otros ámbitos de la vida).	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones o apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 <i>Canto coral y el programa Educación Responsable</i>).	
30'	M2	<i>Na baia tem</i> (Tradicional Brasil. Arr. J. Faustini) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamenteailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general.	
40'		VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Despedida (canto M1)	<i>El tren (1v, pn.)</i> (A. Grau) (Partitura) Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de 3.2 Entonando (algunos ejercicios) . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<i>Na baia tem</i> (Tradicional Brasil. Arr. J. Faustini) (Partitura) Tras el <i>Despertar</i> , comenzamos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile o movimientos que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).	
30'	M3	<i>Cucú (En el pinar) (canon a 2v.)</i> (Anónimo) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional expresivo.	
40'		Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje de la pieza con la familiarización con elementos básicos del lenguaje musical. Se facilitará a cada alumno una copia de la partitura que se podrá colorear, recortar, decorar algún elemento aislado (por ejemplo la clave), etc. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).	
	Despedida (canto M2)	<i>Na baiatem</i> (Tradicional Brasil. Arr. J. Faustini) (Partitura) Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias, que en este nivel elemental se puede limitar a que enseñen (canten) a sus familiares M1, es decir <i>El tren</i> (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias (punto 2)). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizaremos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la Sesión 3 (ver 3.2 Entonando (algunos ejercicios)). VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M3	<i>Cucú (En el pinar) (canon a 2v.) (Anónimo) (Partitura)</i> Retomaremos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música particularmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc. No olvidemos la posibilidad de seguir adquiriendo familiaridad con el lenguaje musical a través de la partitura que se distribuyó a cada alumno. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).	
30'	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).	
	M1	<i>El tren (1v, pn.) (A. Grau) (Partitura)</i> Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1. VARIABLES PRINCIPALES: Creatividad; Autocontrol. A SUBRAYAR: Empatía (Si nos dividimos en dos grupos, como se sugería en la ficha de Repertorio, la escucha activa musical sirve de entrenamiento también para una escucha activa general o empática en otros ámbitos de la vida).	
40'	M2	<i>Na baia tem (Tradicional Brasil. Arr. J. Faustini) (Partitura)</i> Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Despedida (canto M3)	<i>(En el pinar) (canon a 2v.) (Anónimo) (Partitura)</i> Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5). VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).	

La Sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera razonada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	Despertar	<p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	Comodín	<p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	M1	<p><i>El tren (1v, pn.)</i> (A. Grau) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	M2	<p><i>Na baja tem</i> (Tradicional Brasil. Arr. J. Faustini) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	M3	<p><i>Cucú (En el pinar) (canon a 2v.)</i> (Anónimo) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	Despedida (hablada)	<p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación (Acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín.

Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 [Sesiones de trabajo/Actuación final](#)).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un resumen ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto. (Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún "grito de guerra" que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: "¡¡Viva el Coro de las Emociones!!".

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas...); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, los nervios tienden a aparecer y a jugar nos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (3º EI)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) *El tren (1v, pn.)* (A. Grau)*: Creatividad; Autocontrol

(M2) *Na baia tem* (Tradicional Brasil. Arr. J. Faustini): Actitudes positivas hacia la salud; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) *Cucú (En el pinar)* (canon a 2v.) (Anónimo)*: Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad.

* Piezas con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL										
	1				2				3				4				5				6					
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida			
DESARROLLO AFECTIVO																										
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P						P	S		
Empatía			S			S					P			P	S											
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P	
DESARROLLO COGNITIVO																										
Autocontrol	S		P			P									P		S	P			S	S	S		P	S
Toma de decisiones responsable																										
Actitudes positivas hacia la salud		P			P		P		P	P			P			P				P						S
Creatividad	S	P	P		P	P			P		S		P	S	P					P	S	S	S			P
DESARROLLO SOCIAL																										
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S							S	S
Habilidades de autoafirmación																		S							S	S
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P										

Leyenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)



EL COLOR DE LAS EMOCIONES

BLOQUE III, A. MATERIALES PARA EL DOCENTE (FICHAS)
EDUCACIÓN PRIMARIA



CRÉDITOS

Produce

Fundación Botín

Contenidos

Esteban Sanz Vélez

Producción audiovisual

Burbuja Films (realización); Esteban Sanz Vélez (guión y presentación)

Diseño y maquetación

Tres DG

Edición y actualización

Fundación Botín

c/ Pedrueca 1, 39003 Santander

Año 2015 (1ª edición)

Septiembre 2015 (2ª edición)

Septiembre 2017 (3ª edición, revisada)

ISBN

978-84-15469-40-7

© Fundación Botín, 2017

© de los textos: sus autores

Este documento contiene las fichas para el ciclo de Educación primaria. Cada curso consta de 8 fichas y una tabla final. La primera ficha (*Repertorio*) contiene los enlaces a las partituras y tutoriales (videos realizados ex profeso para este recurso) de las 3 piezas que se deberán trabajar en ese curso, así como datos y sugerencias para preparar las mismas. Las 7 fichas restantes especifican las tareas a realizar en cada una de las 6 sesiones de trabajo con el alumnado (ensayos y concierto didáctico), así como en la actuación final. En ellas se encontrarán indicaciones básicas que ayudarán a desarrollar la actividad día por día, siguiéndose en cada sesión la planificación que ya se comentó en su momento ([2.3 Sesiones de trabajo](#)). Destacadas en negrita, se especifican las variables emocionales, sociales y de la creatividad que se trabajarán en cada franja de horario. Aparecen agrupadas en dos categorías: la primera, “Variables principales”, incluye aquellas más directamente relacionadas con la actividad correspondiente, y la segunda, “A subrayar”, señala otras variables que se considera importante reforzar en un momento concreto del proceso formativo, indicándose entre paréntesis el motivo. Una tabla final ofrece un resumen o estadística de todas las variables abordadas durante las sesiones.

Nota: Todas las variables se indican con el fin de facilitar la tarea educativa, pero se podrán introducir otras, aunque no aparezcan señaladas, en función de un hecho puntual de la sesión o por cualquier otra circunstancia

Índice

Educación Primaria

Afinando sonidos, afinando sentimientos

88	1º Educación Primaria
98	2º Educación Primaria
108	3º Educación Primaria

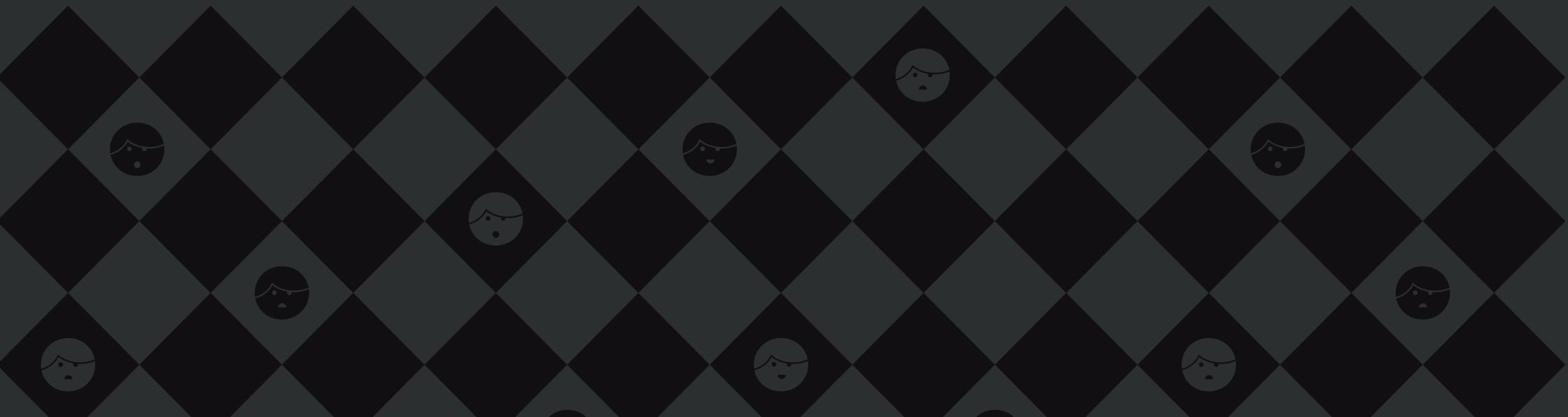
Yo sueño, tú sueñas, nosotros sonamos

118	4º Educación Primaria
128	5º Educación Primaria
138	6º Educación Primaria



Vista panorámica del recurso

1º Educación Primaria



Repertorio

M1 (despertar/ exotismo)	<p><u>Tongó (2v.i.) (Tradicional Polinesia) (Partitura)</u> <u>Tongó (2v.i.) (Tradicional Polinesia) (Tutorial)</u></p> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • No olvidar trabajar esta pieza a diferentes velocidades, algunas veces bastante lenta. • En alguna ocasión podríamos añadir una tercera voz, que cante la parte 2 en lo rítmico, pero siempre sobre la nota FA (pedal de tónica). • Como variante para trabajar la improvisación (<i>Creatividad</i>), quien propone el modelo (parte 1), por ejemplo, por turnos una vez cada alumno, puede inventar el texto y/o las notas. El resto del grupo (parte 2) deberá imitar, lo más fielmente posible cada vez, dicho modelo. • Tratándose de una pieza que nos acerca una música de algún modo lejana o exótica (Polinesia) podremos aprovechar para subrayar aspectos relacionados con la empatía (<i>Empatía</i>). Su “lejanía” también puede abrirnos caminos nuevos de creatividad (<i>Creatividad</i>). En su vertiente de música estimulante, “divertida”, nos aporta bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>).
M2 (baile)	<p><u>El sol brilla grande (P. Michel) (Partitura)</u> <u>El sol brilla grande (P. Michel) (Tutorial)</u></p> <p>Datos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprenderemos la canción en castellano, pero podríamos plantearnos también versión bilingüe castellano/inglés. • Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (<i>Habilidades de interacción</i>), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (<i>Habilidades de oposición asertiva</i>). • La canción, en sí misma, sugiere de algún modo hermandad, amistad, empatía, a través de emociones como amor, felicidad, elevación... <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para una sencilla pero efectiva coreografía, ver video Elena Roso (grabación improvisada, de poca calidad, durante un curso en julio de 2013, en Noja, Cantabria).
M3 (emoción)	<p><u>I like the flowers (canon a 4 v.) (Anónimo) (Partitura)</u> <u>I like the flowers (canon a 4 v.) (Anónimo) (Tutorial)</u></p> <p>Datos</p> <ul style="list-style-type: none"> • La partitura incluye cifrado americano. <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se da una copia de esta partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para el aprendizaje de la canción, introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. • Aunque es canon a 4 la aprenderemos como una simple melodía con acompañamiento. En un segundo paso se podría intentar, como iniciación, el canto a dos partes, pues en este caso resulta particularmente sencillo ya que un grupo puede cantar la melodía mientras que el otro repite en ostinato los compases 13 a 16 (“Bumdiidiadi”). Tras ello, en algún momento podríamos intentar cantarla en canon real a 2, pero simplemente como experiencia puntual. Tratándose de 1º de Primaria no parece apropiado intentar siquiera el canon a 3 y a 4. • La canción parece evocar armonía, delicadeza, comunión con la naturaleza, trayéndonos emociones como serenidad, placidez... Es por eso una pieza especialmente apropiada para ahondar en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (delicadeza, fraseo, etc.) como emocional (sensibilidad, empatía) (<i>Empatía</i>). La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético (<i>Creatividad</i>).

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	Presentación	<p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>	
10'	Despertar	<p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque II B Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automasajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p> <p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en este momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, cuál es su estado de ánimo o su motivación (y procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
20'			
30'	M1	<p><i>Tongó (2v.i.)</i> (Tradicional Polinesia) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta melodía a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier punto de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p> <p>Nota: desde esta sesión 1 convendrá trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final (Ver Bloque II, cap. 3 Actuación final / Presencia en escena).</p>	
40'		<p>VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud.</p> <p>A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
	Despedida (hablada)	<p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subrayaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, haciendo hincapié en algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.); Adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.</p> <p>A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/ <i>Despertar</i> 2.4 La manguera traicionera, 2.10 El globo, 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto. VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<i>Tongó (2v.i.)</i> (Tradicional Polinesia) (Partitura) Retomamos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones o apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa <i>Educación Responsable</i>).	
30'	M2	<i>El sol brilla grande</i> (P. Michel) (Partitura); (Ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>) Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamente bailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general.	
40'		VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Habilidades de interacción; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien); Habilidades de oposición asertiva (Cualquier fricción que surja con el baile la podremos resolver de manera amistosa, sin agresividad).	
	Despedida (canto M1)	<i>Tongó (2v.i.)</i> (Tradicional Polinesia) (Partitura) Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de <u>3.1 Transición del habla al canto</u> , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de <u>3.2 Entonando (algunos ejercicios)</u> . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<i>El sol brilla grande</i> (P. Michel) (Partitura) Tras el <i>Despertar</i> , comenzaremos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Habilidades de interacción; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien); Habilidades de oposición asertiva (Cualquier fricción que surja con el baile la podremos resolver de manera amistosa, sin agresividad).	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 <u>Canto coral y el programa Educación Responsable</u>).	
30'	M3	<i>I like the flowers (canon a 4 v.)</i> (Anónimo) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional expresivo.	
40'		Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje con el conocimiento de elementos del lenguaje musical. Daremos una copia de la partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para dicho aprendizaje de la canción, e iremos introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. Como tarea complementaria, cada alumno podría copiar a mano, y de manera un tanto libre, un fragmento de esta música, utilizando por ejemplo diferentes colores, como verde para la clave, negro para las cabezas de las notas y rojo para las plicas. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional. A SUBRAYAR: Empatía y Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).	
	Despedida (canto M2)	<i>El sol brilla grande</i> (P. Michel) (Partitura) Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias (ver Bloque II, cap. 7 <u>Participación de las familias (punto 2)</u>). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción. A SUBRAYAR: Toma de decisiones responsable (Cada cual tendrá que decidir cómo llevar a cabo de la mejor manera la tarea que se le encarga. Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución).	

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.
10'		Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizamos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (ver 3.2 Entonando (Algunos ejercicios)) y, quizá, podamos subir algún peldaño más (Ver 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios)). VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).
20'	M3	<i>I like the flowers (canon a 4 v.) (Anónimo) (Partitura)</i> Retomamos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música particularmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc. No olvidemos la posibilidad de seguir incidiendo en aspectos del lenguaje musical, en relación con los contenidos del curso, a través de la lectura de la partitura. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional. A SUBRAYAR: Empatía y Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).
30'	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).
40'	M1	<i>Tongó (2v.i.) (Tradicional Polinesia) (Partitura)</i> Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).
	M2	<i>El sol brilla grande (P. Michel) (Partitura)</i> Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Habilidades de interacción; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien); Habilidades de oposición asertiva (Cualquier fricción que surja con el baile la podremos resolver de manera amistosa, sin agresividad).
	Despedida (canto M3)	<i>I like the flowers (canon a 4 v.) (Anónimo) (Partitura)</i> Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5). VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera razonada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	<p>Despertar</p> <p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (Algunos ejercicios) y 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios)).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	<p>Comodín</p> <p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	<p>M1</p> <p><i>Tongó (2v.i.)</i> (Tradicional Polinesia) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	<p>M2</p> <p><i>El sol brilla grande</i> (P. Michel) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	<p>M3</p> <p><i>I like the flowers (canon a 4 v.)</i> (Anónimo) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	<p>Despedida (hablada)</p> <p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación. (Acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín.

Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/Actuación final*).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto. (Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(Algunos ejercicios\)](#) y [3.3 Buscando agilidad \(algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún “grito de guerra” que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: “¡Viva el Coro de las Emociones!!”.

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, y esta actuación final lo es, los nervios tienden a aparecer y a jugarnos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (1º EP)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) Tongó (2v.i.) (Tradicional Polinesia): Empatía; Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad.

(M2) El sol brilla grande (P. Michel)*: Actitudes positivas hacia la salud; Empatía; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) I like the flowers (canon a 4 v.) (Anónimo): Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad.

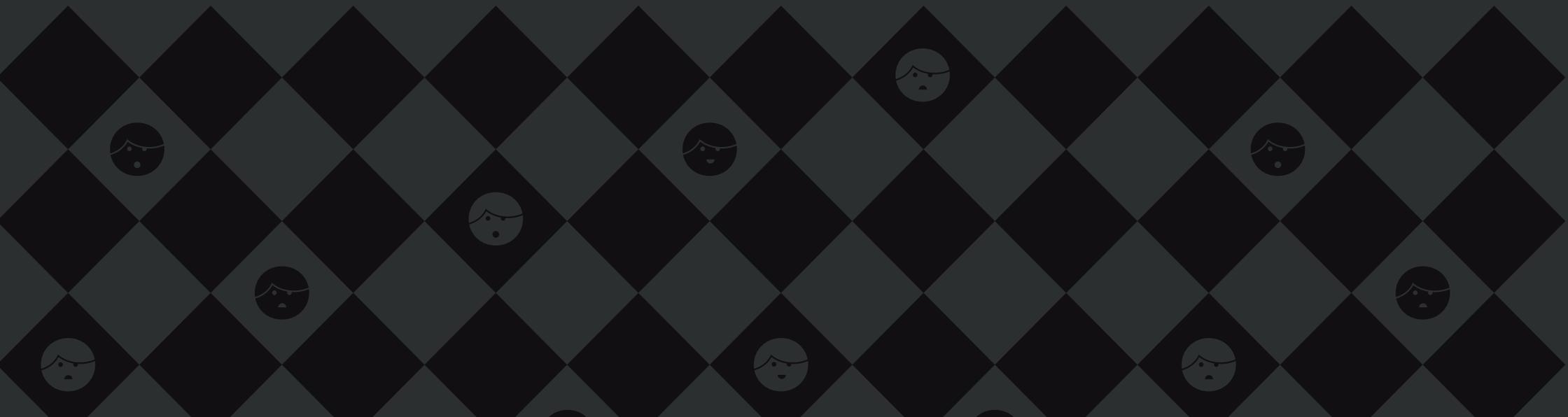
* Pieza con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL									
	1				2				3				4				5				6				
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida		
DESARROLLO AFECTIVO																									
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P						P	S	
Empatía			P			P	P			P	S			S	P	P									
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P
DESARROLLO COGNITIVO																									
Autocontrol	S																S	P		S	S	S			P S
Toma de decisiones responsable												S													
Actitudes positivas hacia la salud		P	P		P	P	P		P	P			P		P	P				P					S
Creatividad	S	P	S		P	S			P		S		P	S	S					P	S	S	S		P
DESARROLLO SOCIAL																									
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S						S	S
Habilidades de autoafirmación																		S						S	S
Habilidades de oposición asertiva							S			S						S									

Leyenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)

2º Educación Primaria



Repertorio

M1 (despertar/ exotismo)	<p><u><i>Epo</i> (Tradicional Maorí) (Partitura)</u> <u><i>Epo</i> (Tradicional Maorí) (Tutorial)</u></p> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • La canción constituye en sí misma un calentamiento vocal, por todas las articulaciones que trabaja el texto (<i>tai-tai; tuki-tuki</i>, etc.). • Tratándose de una pieza que nos acerca una música de algún modo lejana y exótica (Nueva Zelanda) podremos aprovechar para subrayar aspectos relacionados con la empatía. Su “lejanía” también puede abrirnos caminos nuevos de creatividad. En su vertiente de música estimulante, “divertida”, nos aporta bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • La partitura incluye una sugerencia de coreografía a base de percusión corporal. En su sustitución, o bien para contrastar, podremos inventar otras, que incorporen, por ejemplo, desplazamientos laterales y/o frontales.
M2 (baile)	<p><u><i>Pequeña danza (canon a 2v.)</i> (B. Bartók) (Partitura)</u> <u><i>Pequeña danza (canon a 2v.)</i> (B. Bartók) (Tutorial)</u></p> <p>Datos</p> <ul style="list-style-type: none"> • La obra, original para piano, forma parte de <i>Mikrokosmos</i>, colección de piezas pianísticas de dificultad progresiva escrita por Bartok entre los años 1926 y 1939, con finalidad didáctica. Se trata en concreto de la nº 31 del volumen 1 de dicha colección. Su traslación al coro queda fácilmente justificada pues la melodía que trabaja la pieza tiene origen vocal de procedencia popular. <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tenemos una gran ocasión para introducir la figura de B. Bartók, compositor del siglo XX, clave en la historia de la música. • Dado que el texto se limita a reflejar el nombre de cada nota, podremos plantearnos dar copia de la partitura a los alumnos para trabajar y reforzar ese aspecto específico del lenguaje musical. • Una vez que se conozca suficientemente la canción podría proponerse a los alumnos que inventen un texto que se adapte y exprese el carácter de la melodía (<i>Creatividad</i>). • Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (<i>Habilidades de interacción</i>), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (<i>Habilidades de oposición asertiva</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ver una idea de coreografía en el video tutorial de esta pieza.
M3 (emoción)	<p><u><i>Kumbaya</i> (Tradicional EEUU) (Partitura)</u> <u><i>Kumbaya</i> (Tradicional EEUU) (Tutorial)</u></p> <p>Datos</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kumbayá</i> o <i>Cumbayá</i> (deletreado también <i>Kum Bay Ya</i>, del inglés “come by here”, <i>ven acá</i>) es una canción tradicional afroamericana de principios del siglo XX. En la cultura popular la canción se asocia con la cercanía, el abrazo, el canto de la canción alrededor de la hoguera cuando suena la guitarra española a base de acordes básicos típicamente estadounidenses (tónica, subdominante, dominante). Originalmente fue una canción de soul y logró una gran popularidad durante el resurgimiento popular de la década de 1960, con cantautores como Joan Baez, hasta asociarse con las luchas por los derechos civiles de esa época. (Datos en http://es.wikipedia.org/wiki/Kumbay%C3%A1). • Ver Joan Baez - <i>Kumbayá</i> (1980) - YouTube: http://www.youtube.com/watch?v=p3MiD_U4CHQ <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Daremos una copia de esta partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para el aprendizaje de la canción, introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. • La canción expresa de algún modo hermandad, unión, a través de emociones como amor, aceptación, elevación... Resulta especialmente apropiada para ahondar en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (fraseo, etc.) como emocional (sensibilidad, empatía,...). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para una propuesta de coreografía ver Esquema coreografía Kumbaya.

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	Presentación	<p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>	
10'	Despertar	<p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automasajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p> <p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en este momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, cuál es su estado de ánimo o su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
20'			
30'	M1	<p><i>Epo</i> (Tradicional Maorí) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier punto de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p> <p>Nota: desde esta sesión 1 convendrá trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final. (Ver Bloque II, cap. 3 <i>Actuación final / Presencia en escena</i>).</p>	
40'		<p>VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud.</p> <p>A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
	Despedida (hablada)	<p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subrayaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, haciendo especial hincapié en algún aspecto básico de Desarrollo Emocional Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.) y adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.</p> <p>A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/ <i>Despertar</i> 2.4 La manguera traicionera, 2.10 El globo, 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto. VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<u><i>Epo</i> (Tradicional Maorí) (Partitura)</u> Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones o apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 <u>Canto coral y el programa <i>Educación Responsable</i></u>).	
30'	M2	<u><i>Pequeña danza (canon a 2v.)</i> (B. Bartók) (Partitura)</u> ; (Ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>) Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamenteailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general (ver sugerencia de pasos de danza en <u><i>Pequeña danza (canon a 2v.)</i> (B. Bartók) (Tutorial)</u>).	
40'		VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Despedida (canto M1)	<u><i>Epo</i> (Tradicional Maorí) (Partitura)</u> Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1, y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de <u>3.1 Transición del habla al canto</u> , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de <u>3.2 Entonando (algunos ejercicios)</u> . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<i>Pequeña danza (canon a 2v.)</i> (B. Bartók) (Partitura) Tras el <i>Despertar</i> , comenzamos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 <u>Canto coral y el programa Educación Responsable</u>).	
30'	M3	<i>Kumbaya</i> (Tradicional EEUU) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional expresivo. Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje con el conocimiento de elementos del lenguaje musical. Se da una copia de la partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para dicho aprendizaje de la canción, y se van introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso.	
40'		(Como tarea complementaria, cada alumno podría copiar a mano, y de manera un tanto libre, un fragmento de esta música, utilizando por ejemplo diferentes colores, como verde para la clave, negro para las cabezas de las notas y rojo para las plicas). VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía (La intensidad de melodías como esta refuerza nuestra empatía).	
	Despedida (canto M2)	<i>Pequeña danza (canon a 2v.)</i> (B. Bartók) (Partitura) Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias (ver Bloque II, cap. 7 <u>Participación de las familias (punto 2)</u>). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción. A SUBRAYAR: Toma de decisiones responsable (Cada cual tendrá que decidir cómo llevar a cabo de la mejor manera la tarea que se le encarga. Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución).	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizamos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (ver 3.2 Entonando (Algunos ejercicios)) y, quizá, podamos subir algún peldaño más (ver 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios)). VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M3	<i>Kumbaya</i> (Tradicional EEUU) (Partitura) Retomamos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música particularmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc. No olvidemos la posibilidad de seguir incidiendo en aspectos del lenguaje musical, en relación con los contenidos del curso, a través de la lectura de la partitura. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía (La intensidad de melodías como esta refuerza nuestra empatía).	
30'	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).	
40'	M1	<i>Epo</i> (Tradicional Maorí) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
	M2	<i>Pequeña danza (canon a 2v.)</i> (B. Bartók) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Despedida (canto M3)	<i>Kumbaya</i> (Tradicional EEUU) (Partitura) Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5). VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).	

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera adaptada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	<p>Despertar</p> <p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la Actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios) y 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	<p>Comodín</p> <p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	<p>M1</p> <p><i>Epo</i> (Tradicional Maorí) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	<p>M2</p> <p><i>Pequeña danza (canon a 2v.)</i> (B. Bartók) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	<p>M3</p> <p><i>Kumbaya</i> (Tradicional EEUU) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	<p>Despedida (hablada)</p> <p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación (Acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín.

Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/Actuación final*).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto (ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(Algunos ejercicios\)](#) y [3.3 Buscando agilidad \(Algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún “grito de guerra” que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: “¡¡Viva el Coro de las Emociones!!”.

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas...); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, los nervios tienden a aparecer y a jugar nos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (2º EP)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) *Epo* (Tradicional Maorí): Empatía; Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad.
(M2) *Pequeña danza (canon a 2v.)* (B. Bartók)*: Actitudes positivas hacia la salud; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) *Kumbaya* (Tradicional EEUU): Identificación/expresión emocional; Empatía.

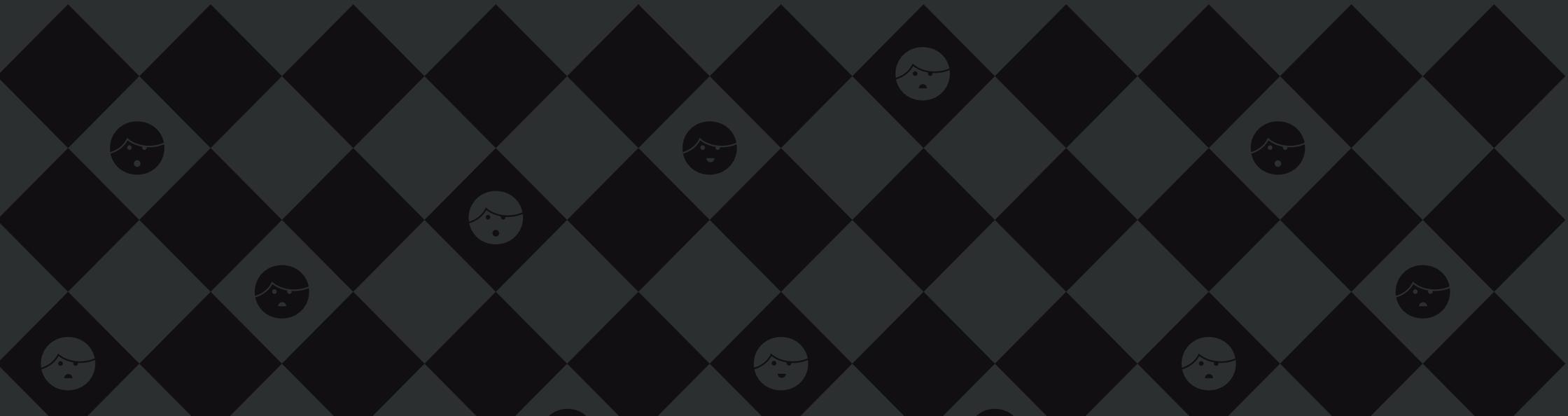
* Piezas con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL									
	1				2				3				4				5				6				
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida		
DESARROLLO AFECTIVO																									
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P						P	S	
Empatía			P			P					P			P	P										
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P
DESARROLLO COGNITIVO																									
Autocontrol	S															S	P			S	S	S		P	S
Toma de decisiones responsable												S													
Actitudes positivas hacia la salud		P	P		P	P	P		P	P			P		P	P				P					S
Creatividad	S	P	S		P	S			P				P		S					P	S	S	S		P
DESARROLLO SOCIAL																									
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S						S	S
Habilidades de autoafirmación																		S						S	S
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P									

Legenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)

3º Educación Primaria



Repertorio

M1 (despertar/ exotismo)	<p><u><i>Mermelada de canciones (quodlibet a 3 v.)</i></u> (Anónimo) (Partitura) <u><i>Mermelada de canciones (quodlibet a 3 v.)</i></u> (Anónimo) (Tutorial)</p> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si utilizamos la melodía boliviana como sección contrastante la podríamos acompañar con una flauta (o, mejor, con quena) y algún parche que nos traslade a la característica sonoridad tradicional andina. • Podemos dividirnos en dos o tres grupos; cada grupo se encarga, de manera sucesiva, de cantar una de las melodías (entrenamiento para el canto a varias voces; escucha activa). • El ambiente pentáfono de las melodías china y boliviana nos da una buena oportunidad para intercalar algún fragmento improvisado por los cantores sobre ese tipo de escala (<i>Creatividad</i>). • Tratándose de una pieza que nos acerca músicas de algún modo lejanas o exóticas (Hungria, China, Bolivia) podremos aprovechar para subrayar aspectos relacionados con la empatía (<i>Empatía</i>). Su “lejanía” también puede abrirnos caminos nuevos de creatividad (<i>Creatividad</i>). En su vertiente de música estimulante, “divertida”, nos aporta bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>).
M2 (baile)	<p><u><i>Gaudeamus hodie (canon a 3 v.)</i></u> (N. Sleeth) (Partitura) <u><i>Gaudeamus hodie (canon a 3 v.)</i></u> (N. Sleeth) (Tutorial)</p> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Incidamos en el elemento emocional de alegría que caracteriza a la pieza (<i>Gaudeamus hodie: Gocemos hoy</i>). • Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (<i>Habilidades de interacción</i>), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (<i>Habilidades de oposición asertiva</i>).
M3 (emoción)	<p><u><i>Es de noche</i></u> (E. Sanz Vélez) (Partitura) <u><i>Es de noche</i></u> (E. Sanz Vélez) (Tutorial)</p> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Daremos una copia de esta partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para el aprendizaje de la canción, introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. • Pieza especialmente apropiada para ahondar en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (delicadeza, fraseo, etc.) como emocional (sensibilidad, empatía, recogimiento, serenidad, misterio...). La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético (<i>Creatividad</i>). <p>Coreografía</p> <p>La propia partitura incluye esta sencilla pero efectiva propuesta de coreografía:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se coloca al coro por pequeños grupitos, componiendo un cuadro irregular, asimétrico (unos sentados en un escalón, otros de pie, alguno con las dos manos en el hombro del de al lado, etc.). • Se cantan así todos los fragmentos del coro. • En la parte “movendo” (compases 16-23 aproximadamente) todos alzan, muy despacio, los brazos y los mueven muy suavemente, sugiriendo las ramas de un bosque acariciado por una ligerísima brisa. • Al final (compases 30 a fin), todos van quedando dormidos.

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	Presentación	<p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>Ya desde este curso 3º de Primaria convendrá ir dejando en manos del alumnado, de manera creciente dentro de lo posible, la elección y/o diseño del vestuario (actuación final), la ideación de algún elemento de coreografía y/o de puesta en escena e, incluso, la elección de algún título del repertorio distinto de los propuestos por el recurso (<i>Toma de decisiones responsable</i>). Si se hace así, será este el momento de anunciarlo y empezar a organizar dichas tareas.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Toma de decisiones responsable (Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>	
10'	Despertar	<p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automasajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p> <p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en este momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, cuál es su estado de ánimo o su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
20'			
30'	M1	<p><i>Mermelada de canciones (quodlibet a 3 v.) (Anónimo) (Partitura)</i>; (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 el alumnado se llevará a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier punto de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p> <p>Nota: Desde esta sesión 1 convendrá trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena (<i>Autocontrol</i>) que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final. (Ver Bloque II, cap. 3 <i>Actuación final / Presencia en escena</i>).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
40'			
	Despedida (hablada)	<p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subrayaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, destacaremos algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.) y adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con las familias, daremos al alumnado un sencillo documento para llevar a casa, con un resumen del proyecto, sus hitos y el refuerzo positivo que se necesita de ellas (ver Bloque II, cap. 7 <i>Participación de las familias</i>).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (Muestras en Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.4 La manguera traicionera , 2.10 El globo , 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<i>Mermelada de canciones (quodlibet a 3 v.) (Anónimo) (Partitura)</i> Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones o apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).	
30'	M2	<i>Gaudeamus hodie (canon a 3 v.) (N. Sleeth) (Partitura)</i> ; (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamente bailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
40'			
	Despedida (canto M1)	<i>Mermelada de canciones (quodlibet a 3 v.) (Anónimo) (Partitura)</i> Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que la tarea va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	<p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto, y podremos introducir algún ejercicio en la línea de 3.2 Entonando (algunos ejercicios).</p>	
10'		<p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
20'	M2	<p><i>Gaudeamus hodie (canon a 3 v.)</i> (N. Sleeth) (Partitura)</p> <p>Tras el <i>Despertar</i>, comenzaremos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile que se esbozaron en la sesión precedente.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).</p>	
	Comodín	<p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
30'	M3	<p><i>Es de noche</i> (E. Sanz Vélez) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional y expresivo.</p> <p>Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje con el conocimiento de elementos del lenguaje musical. Daremos la partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para dicho aprendizaje de la canción, y se irán introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso.</p> <p>(Como tarea complementaria, cada alumno podría copiar a mano un fragmento de esta música, a partir de, por ejemplo, esta propuesta: "Elige el momento que más te guste de la canción y cópialo sobre papel pautado desde tu partitura").</p>	
40'		<p>VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional. A SUBRAYAR: Empatía y Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).</p>	
	Despedida (canto M2)	<p><i>Gaudeamus hodie (canon a 3 v.)</i> (N. Sleeth) (Partitura)</p> <p>Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible.</p> <p>Es el momento también de encargar al alumnado la tarea para hacer con sus familias (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias (punto 2)).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción. A SUBRAYAR: Toma de decisiones responsable (Cada cual tendrá que decidir cómo llevar a cabo de la mejor manera la tarea que se le encarga. Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizaremos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (Ver 3.2 <u>Entonando (algunos ejercicios)</u>) y, quizá, podamos subir algún peldaño más (Ver 3.3 <u>Buscando agilidad (algunos ejercicios)</u>). VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M3	<i>Es de noche</i> (E. Sanz Vélez) (Partitura) Retomaremos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (ritmo, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música particularmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc. No olvidemos la posibilidad de seguir incidiendo en aspectos del lenguaje musical, en relación con los contenidos del curso, a través de la lectura de la partitura. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional. A SUBRAYAR: Empatía y Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).	
30'	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 <u>Canto coral y el programa Educación Responsable</u>).	
40'	M1	<i>Mermelada de canciones (quodlibet a 3 v.)</i> (Anónimo) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
40'	M2	<i>Gaudeamus hodie (canon a 3 v.)</i> (N. Sleeth) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Despedida (canto M3)	<i>Es de noche</i> (E. Sanz Vélez) (Partitura) Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 <u>Sesiones de trabajo/Sesión nº5</u>). VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).	

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera adaptada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	<p>Despertar</p> <p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios) y 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	<p>Comodín</p> <p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	<p>M1</p> <p><i>Mermelada de canciones (quodlibet a 3 v.)</i> (Anónimo) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	<p>M2</p> <p><i>Gaudeamus hodie (canon a 3 v.)</i> (N. Sleeth) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	<p>M3</p> <p><i>Es de noche</i> (E. Sanz Vélez) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	<p>Despedida (hablada)</p> <p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación. (Acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín.

Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 [Sesiones de trabajo/Actuación final](#)).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un resumen ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto. (Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún “grito de guerra” que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: “¡¡Viva el Coro de las Emociones!!”.

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas...); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, los nervios tienden a aparecer y a jugar nos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (3º EP)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) *Mermelada de canciones (quodlibet a 3 v.)* (An.): Empatía; Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad.

(M2) *Gaudeamus hodie (canon a 3 v.)* (N. Sleeth): Actitudes positivas hacia la salud; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) *Es de noche* (E. Sanz Vélez): Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad.

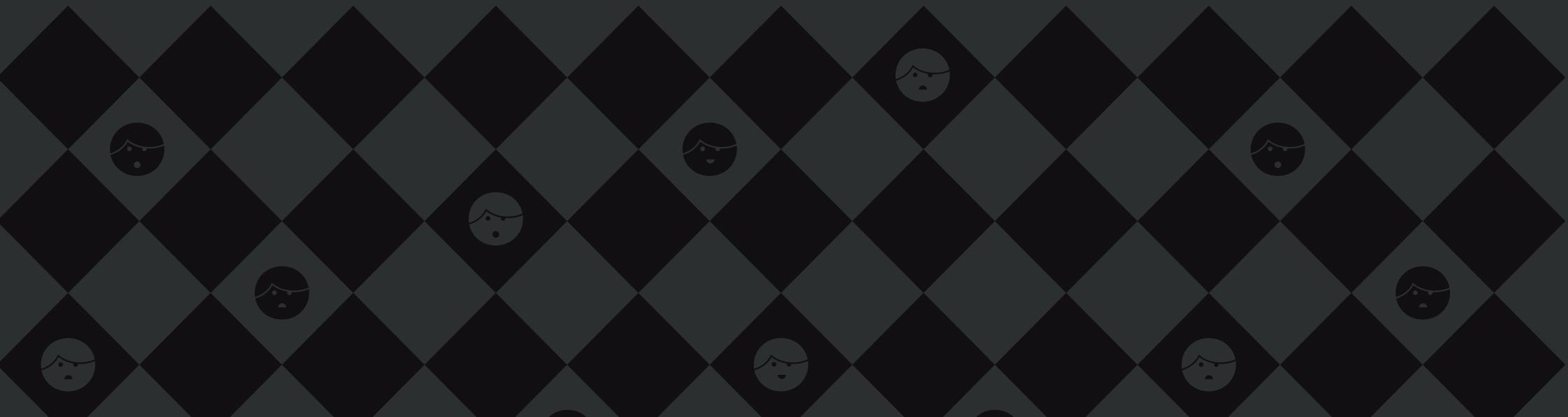
* Piezas con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL										
	1				2				3				4				5				6					
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida			
DESARROLLO AFECTIVO																										
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P							P	S	
Empatía			P			P					S			S	P											
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P	P	S	S	S			P	
DESARROLLO COGNITIVO																										
Autocontrol	S															S	P			S	S	S			P	S
Toma de decisiones responsable	S											S														
Actitudes positivas hacia la salud		P	P		P	P	P		P	P			P		P	P			P							S
Creatividad	S	P	S		P	S			P		S		P	S	S				P	S	S	S				P
DESARROLLO SOCIAL																										
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S						S		S
Habilidades de autoafirmación																		S							S	S
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P										

Legenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)

4º Educación Primaria



Repertorio

M1 (despertar/ exotismo)	<p><u>Salam aleikum (Tradicional Marruecos) (Partitura)</u> <u>Salam aleikum (Tradicional Marruecos) (Tutorial)</u></p> <p>Datos</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Salam Aleikum</i> significa en árabe ‘la paz sea contigo’. <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Podríamos intercalar una sección libre en la que se incluyeran saludos en distintos idiomas. Por ejemplo, cada alumno se podría encargar de un saludo/idioma. • Tratándose de una pieza que nos acerca una música de algún modo lejana o exótica (Marruecos) podremos aprovechar para subrayar aspectos relacionados con la empatía (<i>Empatía</i>). Su “lejanía” también puede abrirnos caminos nuevos de creatividad (<i>Creatividad</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • Podría idearse algún apoyo coreográfico basado en saludos.
M2 (baile)	<p><u>Audite silete (M. Praetorius) (Partitura)</u> <u>Audite silete (M. Praetorius) (Tutorial)</u></p> <p>Datos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Madrigal del compositor alemán del primer barroco Michael Praetorius (1571-1621), sobre texto anónimo. • Traducción del texto (aproximada): Escuchad en silencio la música divina que suena dulce susurrando cantos al oído ahora que varias voces juntas nos traen con dulce alegría cantos de amor. • Ojo a la errata de la partitura: donde dice “concertum” (2ª letra), debe decir “concentum”. <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Por su texto y también por su carácter, austero y expresivo al mismo tiempo, la pieza parece cercana a una emoción de elevación y espiritualidad. • En cuanto a la pronunciación, las eses intervocálicas (por ejemplo la de “musica”) deben hacerse sonoras (tal como se explica en el video tutorial), no así las eses que no van entre vocales (por ejemplo, la de “silete”), que se pronuncian como la ese en castellano (silbante). • Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (<i>Habilidades de interacción</i>), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (<i>Habilidades de oposición asertiva</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para pasos de pavana ver video Pasos Pavana.
M3 (emoción)	<p><u>Pobre mariposa (S. Furnó) (Partitura)</u> <u>Pobre mariposa (S. Furnó) (Tutorial)</u></p> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se dará una copia de esta partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para el aprendizaje de la canción, introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. • Pieza especialmente apropiada para ahondar en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (delicadeza, fraseo, etc.) como emocional (sensibilidad, empatía...) (<i>Empatía</i>). La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético (<i>Creatividad</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • En este video se encontrarán algunas posibles ideas para coreografía (XI Encuentro de la Red de Coros Escolares de Castilla y León, 6 de junio de 2012. Coralistas de Valladolid y Zamora, dirigidos por Laura Villa).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	Presentación	<p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>Ya desde el pasado curso (3º de Primaria) se animaba a ir dejando en manos del alumnado, de manera creciente dentro de lo posible, la elección y/o diseño del vestuario (actuación final), la ideación de algún elemento de coreografía y/o de puesta en escena e, incluso, la elección de algún título del repertorio distinto de los propuestos por el recurso (<i>Toma de decisiones responsable</i>). Si se hace así, será este el momento de anunciarlo y empezar a organizar dichas tareas.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Toma de decisiones responsable (Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>
10'	Despertar	<p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automatajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p>
20'		<p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en ese momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, cuál es su estado de ánimo o su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>
30'	M1	<p><i>Salam aleikum</i> (Tradicional Marruecos) (Partitura); (Ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>)</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier punto de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p>
40'		<p>Nota: desde esta sesión 1 convendrá observar, trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final (ver Bloque II, cap. 3 Actuación final / Presencia en escena).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>
	Despedida (hablada)	<p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subrayaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, haciendo especial hincapié en algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.) y adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/ <i>Despertar</i> 2.4 La manguera traicionera, 2.10 El globo, 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto. VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<u><i>Salam aleikum</i> (Tradicional Marruecos) (Partitura)</u> Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones o apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 <i>Canto coral y el programa Educación Responsable</i>).	
30'	M2	<u><i>Audite silete</i> (M. Praetorius) (Partitura);</u> (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamente bailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
40'			
	Despedida (canto M1)	<u><i>Salam aleikum</i> (Tradicional Marruecos) (Partitura)</u> Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de <u>3.1 Transición del habla al canto</u> , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de <u>3.2 Entonando (algunos ejercicios)</u> . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<i>Audite silete</i> (M. Praetorius) (Partitura) Tras el <i>Despertar</i> , comenzaremos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 <i>Canto coral y el programa Educación Responsable</i>).	
30'	M3	<i>Pobre mariposa</i> (S. Furnó) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional expresivo.	
40'		Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje con el conocimiento de elementos del lenguaje musical. Se dará una copia de la partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para dicho aprendizaje de la canción, y se irán introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. Como tarea complementaria, cada alumno podría copiar a mano un fragmento de esta música, a partir de, por ejemplo, esta propuesta: "Elige el momento que más te guste de la canción y cópialo sobre papel pautado desde tu partitura". VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional. A SUBRAYAR: Empatía y Creatividad (La sensibilidad de canciones como esta refuerza nuestra empatía y promueve nuestra creatividad).	
	Despedida (canto M2)	<i>Audite silete</i> (M. Praetorius) (Partitura) Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias. (Ver Bloque II, cap. 7 <u>Participación de las familias (punto 2)</u>). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción. A SUBRAYAR: Toma de decisiones responsable (Cada cual tendrá que decidir cómo llevar a cabo de la mejor manera la tarea que se le encarga. Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución).	

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.
10'		Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizamos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (ver 3.2 Entonando (algunos ejercicios)) y, quizá, podamos subir algún peldaño más (ver 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios)). VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).
20'	M3	<i>Pobre mariposa</i> (S. Furnó) (Partitura) Retomaremos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música particularmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc. No olvidemos la posibilidad de seguir incidiendo en aspectos del lenguaje musical, en relación con los contenidos del curso, a través de la lectura de la partitura. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional. A SUBRAYAR: Empatía y Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).
30'	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).
40'	M1	<i>Salam aleikum</i> (Tradicional Marruecos) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1. VARIABLE PRINCIPAL: Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).
	M2	<i>Audite silete</i> (M. Praetorius) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).
	Despedida (canto M3)	<i>Pobre mariposa</i> (S. Furnó) (Partitura) Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5). VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera razonada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	<p>Despertar</p> <p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios) y 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	<p>Comodín</p> <p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	<p>M1</p> <p><i>Salam aleikum</i> (Tradicional Marruecos) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	<p>M2</p> <p><i>Audite silete</i> (M. Praetorius) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	<p>M3</p> <p><i>Pobre mariposa</i> (S. Furnó) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	<p>Despedida (hablada)</p> <p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación (acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín. Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 [Sesiones de trabajo/Actuación final](#)).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un resumen ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto. (Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún “grito de guerra” que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: “¡Viva el Coro de las Emociones!!”.

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, los nervios tienden a aparecer y a jugarnos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (4º EP)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) *Salam aleikum* (Tradicional Marruecos): Empatía; Creatividad.

(M2) *Audite silete* (M. Praetorius): Actitudes positivas hacia la salud; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) *Pobre mariposa* (S. Furnó)*: Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad.

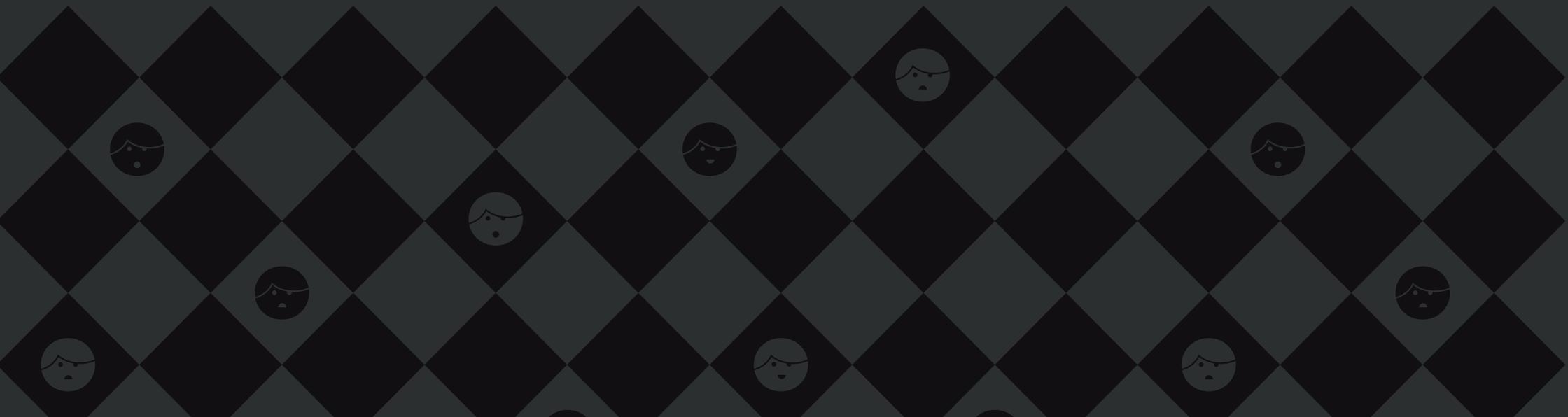
* Piezas con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL									
	1				2				3				4				5				6				
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida		
DESARROLLO AFECTIVO																									
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P						P	S	
Empatía			P			P					S			S	P										
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P
DESARROLLO COGNITIVO																									
Autocontrol	S															S	P		S	S	S			P	S
Toma de decisiones responsable	S											S													
Actitudes positivas hacia la salud		P			P		P		P	P			P			P			P						S
Creatividad	S	P	S		P	S			P		S		P	S	S				P	S	S	S			P
DESARROLLO SOCIAL																									
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S						S	S
Habilidades de autoafirmación																		S						S	S
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P									

Legenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)

5º Educación Primaria



Repertorio

M1 (despertar/ exotismo)	<p><u><i>Eram sam sam</i> (Tradicional Senegal) (Partitura)</u> <u><i>Eram sam sam</i> (Tradicional Senegal) (Tutorial)</u></p> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una vez aprendida, trabajarla a diferentes velocidades, desde bastante lenta (sentir el pulso, control del ritmo) hasta bastante ágil (trabalenguas: articulación del texto). • Tratándose de una pieza que nos acerca una música de algún modo lejana o exótica (Senegal) podremos aprovechar para subrayar aspectos relacionados con la empatía (<i>Empatía</i>). Su "lejania" también puede abrirnos caminos nuevos de creatividad (<i>Creatividad</i>). En su vertiente de música estimulante, "divertida", nos aporta bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). 								
M2 (baile)	<p><u><i>Calipso (canon a 3 v.)</i> (J. Holdstock) (Partitura)</u> <u><i>Calipso (canon a 3 v.)</i> (J. Holdstock) (Tutorial)</u></p> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (<i>Habilidades de interacción</i>), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (<i>Habilidades de oposición asertiva</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • El paso de baile que podemos introducir en alguna de las repeticiones de la melodía puede basarse en pasos a derecha e izquierda. • Para una propuesta de coreografía ver <u>Esquema coreografía Calipso</u> 								
M3 (emoción)	<p><u><i>Akai hana</i> (M. Nakabayashi) (Partitura)</u> <u><i>Akai hana</i> (M. Nakabayashi) (Tutorial)</u></p> <p>Datos</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Akai Hana</i> (<i>Flor roja, flor blanca</i>). Canción tradicional japonesa del compositor Mie Nakabayashi. Es la historia de amor de un joven que regala una flor roja a su novia y al ponerla en su cabeza ella se convierte en algo tan bello como el sol, y al regalarle una flor blanca, ella se transforma en algo tan bello como la hermosa luna. • Texto y traducción (aproximada): <table border="0" data-bbox="448 973 1523 1077"> <tbody> <tr> <td><i>Akai hana tsunde ano hito-ni ageyo</i></td> <td>Arrancaré la flor roja y se la daré a ella.</td> </tr> <tr> <td><i>Ano hito-no kami-ni kono hana sashite ageyo,</i></td> <td>Pondré esta flor en su pelo.</td> </tr> <tr> <td><i>Akai hana, akai hana, ano hito-no kami-ni,</i></td> <td>La flor roja, la flor roja,</td> </tr> <tr> <td><i>saite yureru darō ohisama-no yōni.</i></td> <td>sobre su pelo florecerá y se balanceará al sol.</td> </tr> </tbody> </table> <p>Sugerencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Daremos una copia de esta partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para el aprendizaje de la canción, introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. • Podemos alargar la pieza haciendo una repetición entre los compases 15 y 22, para seguir con <i>Da Capo</i> a partir del compás 5 (repitiendo de nuevo los compases 15 a 22) y fin. • Pieza especialmente apropiada para ahondar en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (delicadeza, elegancia en el fraseo, etc.) como emocional (sensibilidad, empatía, recogimiento, serenidad...). La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético (<i>Creatividad</i>). <p>Coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • Encontraremos una bella muestra de coreografía en: <u>Akai Hana – YouTube</u> 	<i>Akai hana tsunde ano hito-ni ageyo</i>	Arrancaré la flor roja y se la daré a ella.	<i>Ano hito-no kami-ni kono hana sashite ageyo,</i>	Pondré esta flor en su pelo.	<i>Akai hana, akai hana, ano hito-no kami-ni,</i>	La flor roja, la flor roja,	<i>saite yureru darō ohisama-no yōni.</i>	sobre su pelo florecerá y se balanceará al sol.
<i>Akai hana tsunde ano hito-ni ageyo</i>	Arrancaré la flor roja y se la daré a ella.								
<i>Ano hito-no kami-ni kono hana sashite ageyo,</i>	Pondré esta flor en su pelo.								
<i>Akai hana, akai hana, ano hito-no kami-ni,</i>	La flor roja, la flor roja,								
<i>saite yureru darō ohisama-no yōni.</i>	sobre su pelo florecerá y se balanceará al sol.								

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	Presentación	<p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>Desde 3º de Primaria se animaba a ir dejando en manos del alumnado, de manera creciente dentro de lo posible, la elección y/o diseño del vestuario (actuación final), la ideación de algún elemento de coreografía y/o de puesta en escena e, incluso, la elección de algún título del repertorio distinto de los propuestos por el recurso (<i>Toma de decisiones responsable</i>). Si se hace así, será este el momento de anunciarlo y empezar a organizar dichas tareas.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Toma de decisiones responsable (Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>	
10'	Despertar	<p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automatajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p>	
20'		<p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en este momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, cuál es su estado de ánimo o su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
30'	M1	<p><i>Eram sam sam</i> (Tradicional Senegal) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida. Es fundamental trabajar con gran precisión rítmica desde el primer momento.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier punto de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p> <p>Nota: Desde esta sesión 1 convendrá trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final. (Ver Bloque II, cap. 3 <i>Actuación final / Presencia en escena</i>).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
40'			
	Despedida (hablada)	<p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subrayaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, haciendo especial hincapié en algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.) y adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos (ver Bloque II, cap. 7 <i>Participación de las familias</i>).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.4 La manguera traicionera, 2.10 El globo, 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto. VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<i>Eram sam sam</i> (Tradicional Senegal) (Partitura) Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones y apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 <i>Canto coral y el programa Educación Responsable</i>).	
30'	M2	<i>Calipso (canon a 3 v.)</i> (J. Holdstock) (Partitura); (ver datos en la ficha inicial Repertorio). Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamenteailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
40'			
	Despedida (canto M1)	<i>Eram sam sam</i> (Tradicional Senegal) (Partitura) Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de 3.2 Entonando (algunos ejercicios) . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<i>Calipso (canon a 3 v.)</i> (J. Holdstock) (Partitura) Tras el <i>Despertar</i> , comenzamos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).	
30'	M3	<i>Akai hana</i> (M. Nakabayashi) (Partitura). (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>) Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional y expresivo.	
40'		Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje con el conocimiento de elementos del lenguaje musical. Daremos una copia de la partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para dicho aprendizaje de la canción, y se irán introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. Como tarea complementaria, cada alumno podría copiar a mano un fragmento de esta música, a partir de, por ejemplo, esta propuesta: "Elige el momento que más te guste de la canción y cópialo sobre papel pautado desde tu partitura". VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional. A SUBRAYAR: Empatía y Creatividad (La sensibilidad de canciones como esta refuerza nuestra empatía y promueve nuestra creatividad).	
	Despedida (canto M2)	<i>Calipso (canon a 3 v.)</i> (J. Holdstock) (Partitura) Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias (punto 2)). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción. A SUBRAYAR: Toma de decisiones responsable (Cada cual tendrá que decidir cómo llevar a cabo de la mejor manera la tarea que se le encarga. Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución).	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizamos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (ver 3.2 Entonando (algunos ejercicios)) y, quizá, podamos subir algún peldaño más (ver 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios)). VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M3	<i>Akai hana</i> (M. Nakabayashi) (Partitura) Retomaremos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música particularmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc. No olvidemos la posibilidad de seguir incidiendo en aspectos del lenguaje musical, en relación con los contenidos del curso, a través de la lectura de la partitura. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional. A SUBRAYAR: Empatía y Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).	
30'	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).	
	M1	<i>Eram sam sam</i> (Tradicional Senegal) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
40'	M2	<i>Calipso (canon a 3 v.)</i> (J. Holdstock) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Despedida (canto M3)	<i>Akai hana</i> (M. Nakabayashi) (Partitura) Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5). VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).	

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera adaptada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	<p>Despertar</p> <p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios) y 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	<p>Comodín</p> <p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	<p>M1</p> <p><i>Eram sam sam</i> (Tradicional Senegal) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	<p>M2</p> <p><i>Calipso (canon a 3 v.)</i> (J. Holdstock) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	<p>M3</p> <p><i>Akai hana</i> (M. Nakabayashi) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	<p>Despedida (hablada)</p> <p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación. (Acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín.

Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 [Sesiones de trabajo/Actuación final](#)).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un resumen ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto. (Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(Algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún “grito de guerra” que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: “¡Viva el Coro de las Emociones!!”.

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, los nervios tienden a aparecer y a jugarnos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (5º EP)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) Eram sam sam (Tradicional Senegal): Empatía; Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad.

(M2) Calipso (canon a 3 v.) (J. Holdstock)*: Actitudes positivas hacia la salud; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) Akai hana (M. Nakabayashi): Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad.

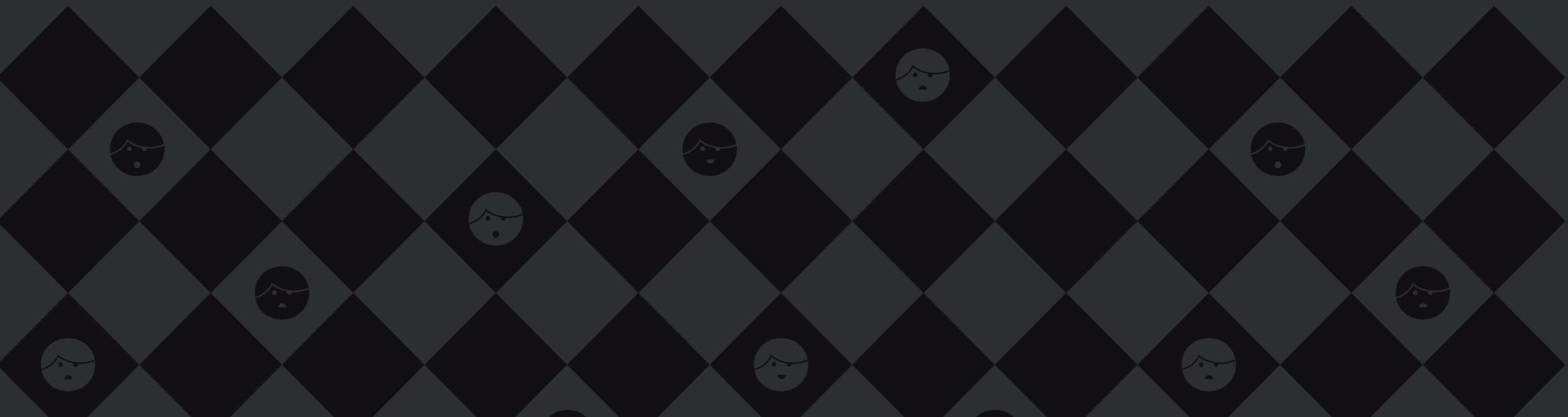
* Piezas con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL									
	1				2				3				4				5				6				
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida		
DESARROLLO AFECTIVO																									
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P							P	S
Empatía			P			P					S			S	P										
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P
DESARROLLO COGNITIVO																									
Autocontrol	S																S	P			S	S	S		P S
Toma de decisiones responsable	S											S													
Actitudes positivas hacia la salud		P	P		P	P	P		P	P			P		P	P			P						S
Creatividad	S	P	S		P	S			P		S		P	S	S				P	S	S	S			P
DESARROLLO SOCIAL																									
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S						S	S
Habilidades de autoafirmación																		S						S	S
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P									

Leyenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)

6º Educación Primaria



M1
(despertar /exotismo)

Kuwate (canon a 3 v.) (Tradicional indios americanos) (Partitura) / *Kuwate (canon a 3 v.)* (Tradicional indios americanos) (Tutorial)

Datos

- La partitura incluye un boceto para acompañamiento con instrumentos de percusión y otros elementos en ostinato.
- Traducción texto: *Somos uno para siempre con el sol infinito.*

Sugerencias

- Aunque es un canon a 3, la trataremos como una melodía única y la cantaremos a una sola voz.
- Tratándose de una pieza que nos acerca músicas de algún modo lejanas o exóticas (nativos americanos) podremos aprovechar para subrayar aspectos relacionados con la empatía (*Empatía*). Su “lejanía” también puede abrirnos caminos nuevos de creatividad (*Creatividad*). En su vertiente de música estimulante, “divertida”, nos aporta bienestar (*Actitudes positivas hacia la salud*).

Coreografía

- Al ser una danza tribal solar, viene enseguida a la mente una coreografía que trabaje con los desplazamientos del grupo en círculo. Por ejemplo, desplazamiento en círculo para los compases 1 a 4, seguido de algún gesto de brazos que exprese la unión con el sol en compases 5 a 8, dos pasos al frente coincidiendo con las caídas de los compases 9 y 10, y luego hacia atrás, para volver a la posición de partida, en los compases 11 y 12.

M2
(baile)

Ophelia letter blow ‘way (Tradicional Trinidad) (arr. R. Gritton) (Partitura) / *Ophelia letter blow ‘way* (Tradicional Trinidad) (arr. R. Gritton) (Tutorial)

Datos

- El texto es una mezcla de inglés y la lengua local. Arima y Castara son dos ciudades de la isla caribeña.
- Traducción: La carta de Ophelia voló hacia Arima. ¿Ophelia, dónde está tu carta? Voló hacia Arima...

Sugerencias

- Puede incidirse en el elemento emocional de alegría contagiosa, tan caribeño, que caracteriza a la pieza.
- Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (*Actitudes positivas hacia la salud*). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (*Habilidades de interacción*), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (*Habilidades de oposición asertiva*).

Coreografía

- Podemos apoyarnos en este [video](#) (Basilio Astúlez, Coro las Veredas, 2011). Como el foco recae principalmente en manos y brazos podríamos añadir un toque de color si todos los cantores llevan puestos en los brazos calcetines de diferentes y llamativos colores.

M3
(emoción)

No man is an island (arr. K. Ala-Pöllänen) (Partitura) / *No man is an island* (arr. K. Ala-Pöllänen) (Tutorial)

Datos

- *No man is an island* (*Nadie es una isla*) es una canción tradicional inglesa folk que habla del valor de la amistad. Se trata de una melodía muy conocida que ha sido versionada por artistas tan diferentes como Dennis Brown o Joan Báez.
- Nuestra partitura es un arreglo para tres voces iguales del compositor finlandés Kari Ala-Pöllänen, pero la cantaremos a una voz con acompañamiento de piano.
- Texto original inglés y traducción:

<i>No man is an island,</i>	Ninguna persona es una isla,	<i>Each man as my brother,</i>	A cada persona como mi hermano,
<i>No man stands alone,</i>	ninguna persona está sola,	<i>Each man as my friend.</i>	a cada persona como mi amigo.
<i>Each man's joy is joy to me,</i>	la alegría de cada persona es alegría para mí,	<i>I saw the people gather,</i>	Ví a la gente reunida,
<i>Each man's grief is my own.</i>	el dolor de cada persona es mío también.	<i>I heard the music start,</i>	la música empezó a sonar,
<i>We need one another,</i>	Nos necesitamos unos a los otros,	<i>The song that they were singing,</i>	la canción que cantaban
<i>So I will defend,</i>	así que voy a defender,	<i>Is ringing in my heart.</i>	está sonando en mi corazón.

Sugerencias

- La segunda sección (c. 17 y ss.) la haremos a una sola voz.
- Para trabajar la duración de la blanca ligada a corchea (c. 17, c. 19 y c. 21), es decir, para sentir e interiorizar el momento en que hay que seguir con la 2ª corchea del tercer pulso, se puede pedir que cada alumno de tres suaves palmadas correspondientes a esos tres pulsos iniciales de los citados compases. (En cuanto esté interiorizado ese aspecto rítmico por todos, enseguida eliminaremos dichas palmadas.)
- Se da una copia de esta partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para el aprendizaje de la canción, introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. Cada alumno podría copiar la música, mediante un programa editor de partituras, entera o el fragmento que le apetezca.
- El texto, reforzado en lo musical por el ritmo de marcha, transmite esa emoción que puede denominarse elevación (unión, solidaridad...). Se trata de una música especialmente apropiada para ahondar en aspectos de expresión emocional y de empatía (*Empatía*).

Coreografía

- Para una propuesta de coreografía ver [Esquema coreografía No man](#).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	Presentación	<p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>Desde 3º de Primaria se animaba a ir dejando en manos del alumnado, de manera creciente dentro de lo posible, la elección y/o diseño del vestuario (actuación final), la ideación de algún elemento de coreografía y/o de puesta en escena e, incluso, la elección de algún título del repertorio distinto de los propuestos por el recurso (<i>Toma de decisiones responsable</i>). Si se hace así, será este el momento de anunciarlo y empezar a organizar dichas tareas.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Toma de decisiones responsable (Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>
10'	Despertar	<p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automatajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p> <p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en este momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, cuál es su estado de ánimo o su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>
30'	M1	<p><i>Kuwate (canon a 3 v.)</i> (Tradicional indios americanos) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier punto de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p> <p>Nota: Desde esta sesión 1 convendrá observar, trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final (Ver Bloque II, cap. 3 <i>Actuación final / Presencia en escena</i>).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>
40'	Despedida (hablada)	<p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subrayaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, haciendo especial hincapié en algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.) y adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos. (Ver Bloque II, cap. 7 <i>Participación de las familias</i>).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.4 La manguera traicionera, 2.10 El globo, 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto. VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<i>Kuwate (canon a 3 v.) (Tradicional indios americanos) (Partitura)</i> Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (<i>Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra</i>).	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones y apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 <i>Canto coral y el programa Educación Responsable</i>).	
30'	M2	<i>Ophelia letter blow 'way (Tradicional Trinidad) (arr. R. Gritton) (Partitura)</i> ; (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamente bailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
40'			
	Despedida (canto M1)	<i>Kuwate (canon a 3 v.) (Tradicional indios americanos) (Partitura)</i> Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de 3.2 Entonando (algunos ejercicios) . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<i>Ophelia letter blow 'way</i> (Tradicional Trinidad) (arr. R. Gritton) (Partitura) Tras el <i>Despertar</i> , comenzaremos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).	
30'	M3	<i>No man is an island</i> (arr. K. Ala-Pöllänen) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional expresivo.	
40'		Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje con el conocimiento de elementos del lenguaje musical. Daremos una copia de la partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para dicho aprendizaje de la canción, e iremos introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. (Como tarea complementaria, cada alumno podría copiar a mano un fragmento de esta música, a partir de, por ejemplo, esta propuesta: "Elige el momento que más te guste de la canción y cópialo sobre papel pautado desde tu partitura"). VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional.	
	Despedida (canto M2)	<i>Ophelia letter blow 'way</i> (Tradicional Trinidad) (arr. R. Gritton) (Partitura) Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias (punto 2)). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción. A SUBRAYAR: Toma de decisiones responsable (Cada cual tendrá que decidir cómo llevar a cabo de la mejor manera la tarea que se le encarga. Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución).	

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.
10'		Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizamos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (ver 3.2 Entonando (algunos ejercicios)) y, quizá, podamos subir algún peldaño más (ver 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios)). VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).
20'	M3	<i>No man is an island</i> (arr. K. Ala-Pöllänen) (Partitura) Retomaremos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música particularmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc. No olvidemos la posibilidad de seguir incidiendo en aspectos del lenguaje musical, en relación con los contenidos del curso, a través de la lectura de la partitura. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Identificación/expresión emocional.
30'	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).
	M1	<i>Kuwate (canon a 3 v.)</i> (Tradicional indios americanos) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).
40'	M2	<i>Ophelia letter blow 'way</i> (Tradicional Trinidad) (arr. R. Gritton) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).
	Despedida (canto M3)	<i>No man is an island</i> (arr. K. Ala-Pöllänen) (Partitura) Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5). VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera adaptada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	<p>Despertar</p> <p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios) y 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	<p>Comodín</p> <p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	<p>M1</p> <p><i>Kuwate (canon a 3 v.)</i> (Tradicional indios americanos) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	<p>M2</p> <p><i>Ophelia letter blow 'way</i> (Tradicional Trinidad) (arr. R. Gritton) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	<p>M3</p> <p><i>No man is an island</i> (arr. K. Ala-Pöllanen) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	<p>Despedida (hablada)</p> <p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación. (Acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín. Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo. (Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/Actuación final*).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto. (ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(algunos ejercicios\)](#) y [3.3 Buscando agilidad \(algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún “grito de guerra” que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: “¡¡Viva el Coro de las Emociones!!”.

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas...); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, los nervios tienden a aparecer y a jugar nos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (6º EP)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) *Kuwate (canon a 3 v.)* (Trad. indios americanos): Empatía; Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad.

(M2) *Ophelia letter blow 'way* (Trad. Trinidad) (arr. R. Gritton): Actitudes positivas hacia la salud; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) *No man is an island* (arr. K. Ala-Pöllänen)*: Identificación/expresión emocional; Empatía.

* Piezas con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL										
	1				2				3				4				5				6					
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida			
DESARROLLO AFECTIVO																										
Autoestima				P			S	P			S	P				S	P						P	S		
Empatía			P			P					P			P	P											
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P	
DESARROLLO COGNITIVO																										
Autocontrol	S																S	P			S	S	S		P	S
Toma de decisiones responsable	S											S														
Actitudes positivas hacia la salud		P	P		P	P	P		P	P			P		P	P				P						S
Creatividad	S	P	S		P	S			P				P		S					P	S	S	S			P
DESARROLLO SOCIAL																										
Habilidades de interacción	S			S			P			P	P					P		S						S		S
Habilidades de autoafirmación																		S						S		S
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P										

Leyenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)



EL COLOR DE LAS EMOCIONES

BLOQUE III, A. MATERIALES PARA EL DOCENTE (FICHAS)
EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

CRÉDITOS

Produce

Fundación Botín

Contenidos

Esteban Sanz Vélez

Producción audiovisual

Burbuja Films (realización); Esteban Sanz Vélez (guión y presentación)

Diseño y maquetación

Tres DG

Edición y actualización

Fundación Botín

c/ Pedrueca 1, 39003 Santander

Año 2015 (1ª edición)

Septiembre 2015 (2ª edición)

Septiembre 2017 (3ª edición, revisada)

ISBN

978-84-15469-40-7

© Fundación Botín, 2017

© de los textos: sus autores

Este documento contiene las fichas para el ciclo de Educación Secundaria Obligatoria. Cada curso consta de 8 fichas y una tabla final. La primera ficha (*Repertorio*) contiene los enlaces a las partituras y tutoriales (videos realizados ex profeso para este recurso) de las 3 piezas que se deberán trabajar en ese curso, así como datos y sugerencias para preparar las mismas. Las 7 fichas restantes especifican las tareas a realizar en cada una de las 6 sesiones de trabajo con el alumnado (ensayos y concierto didáctico), así como en la actuación final. En ellas se encontrarán indicaciones básicas que ayudarán a desarrollar la actividad día por día, siguiéndose en cada sesión la planificación que ya se comentó en su momento ([2.3 Sesiones de trabajo](#)). Destacadas en negrita, se especifican las variables emocionales, sociales y de la creatividad que se trabajarán en cada franja de horario. Aparecen agrupadas en dos categorías: la primera, “Variables principales”, incluye aquellas más directamente relacionadas con la actividad correspondiente, y la segunda, “A subrayar”, señala otras variables que se considera importante reforzar en un momento concreto del proceso formativo, indicándose entre paréntesis el motivo. Una tabla final ofrece un resumen o estadística de todas las variables abordadas durante las sesiones.

Nota: Todas las variables se indican con el fin de facilitar la tarea educativa, pero se podrán introducir otras, aunque no aparezcan señaladas, en función de un hecho puntual de la sesión o por cualquier otra circunstancia

Índice

Educación Secundaria Obligatoria

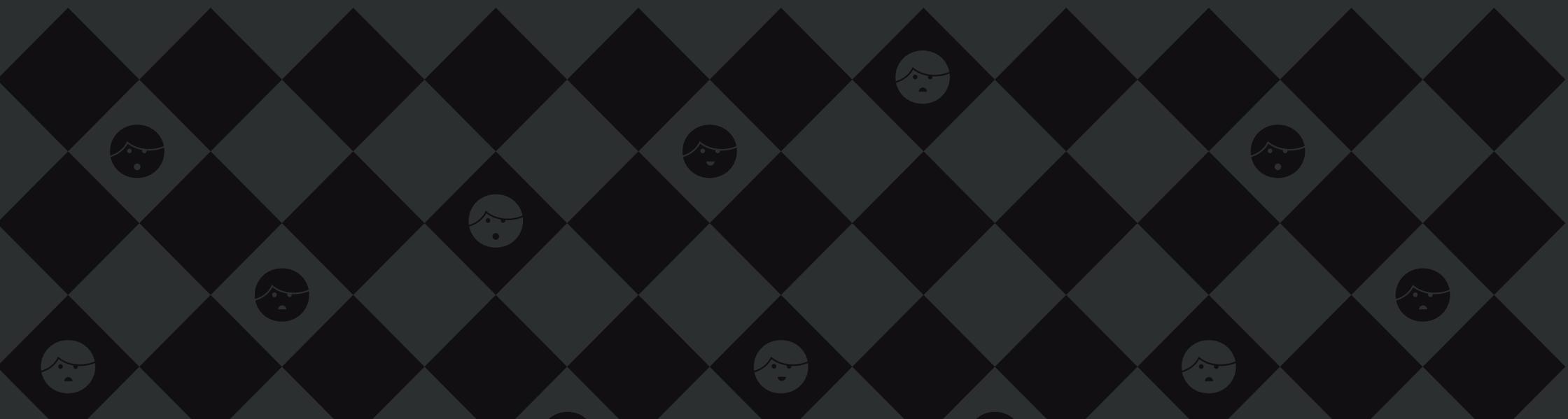
Creando nuestro propio sonido

152 1º ESO
162 2º ESO



Vista panorámica del recurso

1º ESO



Repertorio

M1
(despertar/
exotismo)

I'm gonna sing (Espiritual negro) (arr. V. H. de Gainza) (Partitura) / *I'm gonna sing* (Espiritual negro) (arr. V. H. de Gainza) (Tutorial)

Datos

- Traducción: 1. *Voy a cantar cuando el Espíritu diga 'canta' y obedeceré al Espíritu del Señor.* / 2. *Voy a gritar...* / 3. *Voy a predicar...* / 4 *Voy a orar...* / 5 *Voy a cantar...*

Sugerencias

- Escrita a 3 voces la cantaremos a 1 voz. Sin embargo, según el grupo, podrían aprender todos las tres voces y cantarse de manera sucesiva (la voz 3 requerirá un cuidado trabajo previo para afinar bien los cromatismos). Podría organizarse la pieza de esta manera:
 - Solo pn con voz 2 como melodía
 - Todos voz 2
 - Solo pn con voz 3 como melodía
 - Todos voz 3
 - Solo pn con voz 1 como melodía
 - Todos voz 1
 - Solo pn (8ª alta) (con libertad, semi improvisado)
 - Todos voz 1
 - (Opcional) Todos a 2 voces (bien voces 1 y 2, bien voces 1 y 3) y luego todos a 3 voces.
- Este tipo de canciones (gospel) siempre incorporan sentimientos de unión, comunidad, de comunión que inciden en nuestra capacidad de empatía (*Empatía*). Tratándose de una pieza que nos acerca una música que de algún modo nos resulta ajena puede abrirnos caminos nuevos de creatividad (*Creatividad*).

Coreografía

- Incluir "chasquido de dedos" y demás recursos habituales en el gospel y los espirituales negros.

M2
(baile)

Un poquito cantas (Tradicional Canarias) (Partitura) / *Un poquito cantas* (Tradicional Canarias) (Tutorial)

Sugerencias

- Puede irle bien algún añadido de pequeña percusión (maraca o similar).
- Podríamos repartir la melodía en dos grupos así: A. *Un poquito cantas*, B. *Un poquito bailas*, A. *Un poquito lelola*, B. *Como un canario* (Y estribillo todos). Y otras variantes. Por ejemplo: A. *Un poquito cantas*, *un poquito bailas*, *un poquito lelola*, B. *Como un canario* (estribillo todos, y en la siguiente letra, al contrario, los tres primeros versos para el grupo B y el remate antes del estribillo para el grupo A).
- Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (*Actitudes positivas hacia la salud*). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (*Habilidades de interacción*), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición, etc.) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (*Habilidades de oposición asertiva*).

M3
(emoción)

Karácsonyi (L. Bárdos) (Partitura) / *Karácsonyi* (L. Bárdos) (Tutorial)

Datos

- L. Bardos (1899-1986) fue discípulo de Z. Kodaly. Excelente compositor, fue un gran impulsor del movimiento coral en Hungría a partir de los años 30. Uno de los músicos-pedagogos que contribuyó a desarrollar los métodos de su maestro ("Método Kodaly").
- En Internet se encuentran numerosas páginas que pueden ayudarnos con la fonética húngara, por ejemplo [aquí](#). En este [enlace](#) encontramos una buena interpretación de la pieza coral por un coro húngaro de calidad (Gimnáziumának Laudate Kórusa).

Traducción:
La Virgen María está esperando a que se duerma su cielo: el pequeño Jesús./ Con sus brazos vírgenes lo abraza y lo abriga/ lo calienta con su rostro./ 'Duerme, duerme mi corazón, se está acercando una estrella por el cielo. Su camino lo siguen los sabios que están esperando tu bendición./ Duerme, duerme mi felicidad, gotas de agua brillan en las ramas de los árboles./ tu cuerpo pequeño es frágil aún, no obstante, tanto la tierra como el cielo van a ser tuyos'.

Sugerencias

- Se da una copia de esta partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para el aprendizaje de la canción, introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. (Cada alumno podría copiar la música, mediante un programa editor de partituras, entera o el fragmento que prefiera.
- Se puede cantar solo la melodía principal (con sus tres letras distintas), con acompañamiento.
- Pieza especialmente apropiada para ahondar en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (delicadeza, fraseo, etc.) como emocional (sensibilidad, empatía, recogimiento, calidez...). La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético.

Coreografía

- Podemos dividir la clase en tres grupos, A, B y C. Mientras A y B cantan la 1ª letra, el grupo C podría mimar la escena aludida por el texto. En la segunda letra cantan B y C mientras que A realiza el mimo. En la tercera, realiza el mimo B, mientras cantan A y C. En cuanto al mimo, los gestos para ilustrar cada letra, pueden ser ideados y diseñados por los propios alumnos de cada grupo (*Creatividad*).

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	Presentación	<p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>Desde 3º de Primaria se animaba a ir dejando en manos del alumnado, de manera creciente dentro de lo posible, la elección y/o diseño del vestuario (actuación final), la ideación de algún elemento de coreografía y/o de puesta en escena e, incluso, la elección de algún título del repertorio distinto de los propuestos por el recurso (<i>Toma de decisiones responsable</i>). Si se hace así, será este el momento de anunciarlo y empezar a organizar dichas tareas.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción responsable (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Toma de decisiones responsable (Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>	
10'	Despertar	<p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automatajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p> <p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en este momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, su estado de ánimo, su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
20'			
30'	M1	<p><i>I'm gonna sing</i> (Espiritual negro) (arr. V. H. de Gainza) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier punto de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p> <p>Nota: desde esta sesión 1 convendrá observar, trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final (ver Bloque II, cap. 3 Actuación final / Presencia en escena).</p>	
40'		<p>VARIABLE PRINCIPAL: Empatía, Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
	Despedida (hablada)	<p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumiremos lo realizado, escucharemos sus impresiones, subrayaremos todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, haciendo especial hincapié en algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.) y adelantaremos someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	<p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.4 La manguera traicionera, 2.10 El globo, 2.11 La pajita), así como de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'			
20'	M1	<p><i>l'm gonna sing</i> (Espiritual negro) (arr. V. H. de Gainza) (Partitura)</p> <p>Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
	Comodín	<p>No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones o apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad.</p> <p>Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 <i>Canto coral y el programa Educación Responsable</i>).</p>	
30'	M2	<p><i>Un poquito cantas</i> (Tradicional Canarias) (Partitura); (ver datos en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamente bailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud.</p> <p>A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien)</p>	
40'			
	Despedida (canto M1)	<p><i>l'm gonna sing</i> (Espiritual negro) (arr. V. H. de Gainza) (Partitura)</p> <p>Nos despedimos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir.</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de 3.1 Transición del habla al canto , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de 3.2 Entonando (algunos ejercicios) . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<i>Un poquito cantas</i> (Tradicional Canarias) (Partitura) Tras el <i>Despertar</i> , comenzaremos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y Habilidades de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien)	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).	
30'	M3	<i>Karácsonyi</i> (L. Bárdos) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional expresivo.	
40'		Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje con el conocimiento de elementos de lenguaje musical. Daremos una copia de la partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para dicho aprendizaje de la canción, e iremos introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. (Como tarea complementaria, cada alumno podría copiarla, mediante un programa editor de partituras, bien entera o el fragmento que le parezca más atractivo, a partir de, por ejemplo, esta propuesta: "Elige el momento que más te guste de la canción y transcríbelo mediante un programa editor de partituras"). (Existe numeroso <i>software</i> libre, de sencillo manejo, para realizar este tipo de tareas. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (La sensibilidad de canciones como esta refuerza nuestra empatía y promueve nuestra creatividad).	
	Despedida (canto M2)	<i>Un poquito cantas</i> (Tradicional Canarias) (Partitura) Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias (punto 2)). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima, Habilidades de interacción. A SUBRAYAR: Toma de decisiones responsable (Cada cual tendrá que decidir cómo llevar a cabo de la mejor manera la tarea que se le encarga. Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución).	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizamos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (ver 3.2 Entonando (algunos ejercicios)) y, quizá, podamos subir algún peldaño más (ver 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios)). VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M3	<i>Karácsonyi</i> (L. Bárdos) (Partitura) Retomaremos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música particularmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc. No olvidemos la posibilidad de seguir incidiendo en aspectos de lenguaje musical, en relación con los contenidos del curso, a través de la lectura de la partitura. VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía. A SUBRAYAR: Creatividad (La delicadeza de canciones como esta refuerza nuestra sensibilidad y promueve nuestra creatividad).	
30'	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).	
	M1	<i>I'm gonna sing</i> (Espiritual negro) (arr. V. H. de Gainza) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
40'	M2	<i>Un poquito cantas</i> (Tradicional Canarias) (Partitura) Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Despedida (canto M3)	<i>Karácsonyi</i> (L. Bárdos) (Partitura) Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5). VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).	

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera adaptada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	<p>Despertar</p> <p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios) y 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
10'	<p>Comodín</p> <p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	<p>M1</p> <p><i>I'm gonna sing</i> (Espiritual negro) (arr. V. H. de Gainza) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
20'	<p>M2</p> <p><i>Un poquito cantas</i> (Tradicional Canarias) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
30'	<p>M3</p> <p><i>Karácsonyi</i> (L. Bárdos) (Partitura)</p> <p>Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>	
40'	<p>Despedida (hablada)</p> <p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final. (Ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación. (Acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>	

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín.

Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/Actuación final*).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto. (Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(algunos ejercicios\)](#) y [3.3 Buscando agilidad \(algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún “grito de guerra” que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: “¡¡Viva el Coro de las Emociones!!”.

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo.

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, y esta actuación final lo es, los nervios tienden a aparecer y a jugar nos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (1º ESO)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) *I'm gonna sing* (Espiritual) (arr. V. H. de Gainza): Empatía; Creatividad.

(M2) *Un poquito cantas* (Tradicional Canarias)*: Actitudes positivas hacia la salud; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) *Karácsonyi* (L. Bárdos): Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad

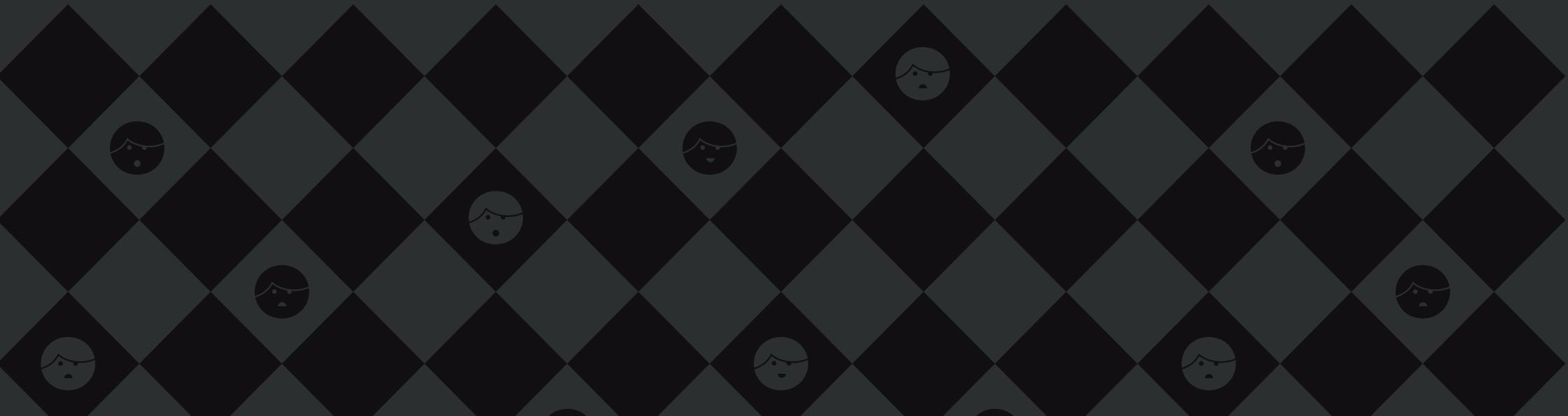
* Pieza con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN															ACTUACIÓN FINAL									
	1				2				3				4				5				6				
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida		
DESARROLLO AFECTIVO																									
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P						P	S	
Empatía			P			P					P			P	P										
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P
DESARROLLO COGNITIVO																									
Autocontrol	S															S	P		S	S	S			P	S
Toma de decisiones responsable	S											S													
Actitudes positivas hacia la salud		P			P		P		P	P			P			P			P						S
Creatividad	S	P	P		P	P			P		S		P	S	P				P	S	S	S			P
DESARROLLO SOCIAL																									
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S						S	S
Habilidades de autoafirmación																		S						S	S
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P									

Legenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)

2º ESO



Repertorio

M1
(despertar/
exotismo)

[Siyahamba \(Tradicional África\) \(Partitura\)](#)

[Siyahamba \(Tradicional África\) \(Tutorial\)](#)

Datos

- *Siyahamba* es una canción tradicional de Sudáfrica, atribuida a Andries van Tonder, un anciano de la Iglesia Judith, que la compendría hacia 1950. En 1978, Anders Nyberg, director de la coral sueca Fjedur la escuchó en una escuela femenina del estado sudafricano de Natal, durante una gira por Sudáfrica, e hizo un arreglo a cuatro voces mixtas que publicó en 1984, en un libro de canciones titulado *Canciones de protesta y alabanza de Sudáfrica*, y que también grabó con su coro. A partir de entonces la pieza ha sido cantada alrededor del mundo por multitud de agrupaciones corales y también en ritos religiosos (sobre todo en Estados Unidos). Actualmente Siyahamba es una canción que se interpreta de forma habitual dentro del repertorio de música coral.
- El texto original fue en *afrikaans*, con el título *Ons marsjeer nou in die lig van God*. Después fue traducida al zulú por Thabo Mkhize. Dicho texto dice: *Siyahamba ekukhanyeni kwenkos*, que significa, *Vamos caminando en la luz de Dios*. En su versión inglesa (*We are walking in the light of God*), a la manera del góspel, se hacen versiones que sustituyen la palabra *walking*, alternativamente, con diferentes verbos, tales como *marching, dancing, singing, living, o praying*, así como la palabra *God* por *love* en ambientes menos religiosos. Podría tomarse esta idea si se opta por cantar la canción con texto castellano (además de que encaja mejor en el ritmo original la palabra *amor* que la palabra *Dios*).

Sugerencias

- Este [vídeo](#) nos pueda dar idea de la pronunciación (Mwamba Children's Choir. "Siyahamba" recorded live at Life Point Church in Westminster Maryland).
- La canción transmite sentimientos de unión, de comunidad, que inciden en nuestra capacidad de empatía (*Empatía*). Tratándose de una pieza que nos acerca una música de algún modo lejana o exótica también puede abrirnos caminos nuevos de creatividad (*Creatividad*). En su vertiente de música estimulante, vitalista, nos aporta bienestar (*Actitudes positivas hacia la salud*).

Coreografía

- Del mencionado [vídeo](#) pueden extraerse algunas ideas para la coreografía.

M2
(baile)

[Cubanita \(E. Ugalde\) \(Partitura\)](#)

[Cubanita \(E. Ugalde\) \(Tutorial\)](#)

Datos

- Canción vitalista, de la compositora vasca Eva Ugalde, sobre texto del poeta cubano Nicolás Guillen.

Texto:

- | | | |
|--|--|--|
| 1. Por el Mar de las Antillas
anda un barco de papel:
anda y anda el barco barco,
sin timonel. | De La Habana a Portobelo,
de Jamaica a Trinidad,
anda y anda el barco barco,
sin capitán. | Una negra va en la popa,
va en la proa un español:
anda y anda el barco barco,
con ellos dos. |
| 2. Pasan islas, islas, islas,
muchas islas, siempre más:
anda y anda el barco barco,
sin descansar. | Un cañón de chocolate
contra el barco disparó,
y un cañón de azúcar, zúcar,
le contestó. | iAy, mi barco marinero,
con su casco de papel!
iAy, mi barco negro y blanco
sin timonel! |
| 3. Allá va la negra negra, / junto junto al español; / anda y anda el barco barco, / con ellos dos. | | |

Sugerencias

- Trabajar a 1, o bien a 2 voces (adaptar por *pivoting* lo que haga falta [2.2 Repertorio/Tesituras](#)).
- Trabajar muy cuadrado el ritmo (síncopas). Enseñar primero "hablado/cantado".
- Ojo a la variante en los finales de sección (c. 32-36 vs c 64-68).
- Mientras trabajamos los pasos podremos subrayar lo beneficioso que resulta el baile para nuestro bienestar (*Actitudes positivas hacia la salud*). Al mismo tiempo, cantar y bailar juntos es una suma de lo individual y lo colectivo que nos entrena a interactuar de manera más natural con el otro, por un lado porque facilita el intercambio, nos acerca (*Habilidades de interacción*), y por otro porque si bien la propia actividad puede producir fricciones (por ejemplo, por el espacio reducido, o por obtener la mejor posición) también facilita que estas se resuelvan de manera eficiente, evitando el conflicto y pensando en lo mejor para todos (*Habilidades de oposición asertiva*).

Coreografía

- Introducción (c 5 en adelante) > Medio giro (sin bailar) a un lado y a otro.
- Primeras dos frases cantadas > Pasos lateral
- 3ª frase > Pasos adelante/atrás.
- Piano > Giro completo (bailando).
- Coda > Subir brazos nota larga (c 84-86), quedarse arriba, y palmadas finales.

En Internet se encuentran bastantes versiones que nos pueden dar ideas para pulir esta coreografía: por ejemplo [esta](#): (del XV Curso de Canto Coral, Técnica Vocal y Dirección Coral, Concierto de Clausura, con B. Astúlez).

M3

(emoción)

Taivas on sininen ja valkoinen (Tradicional Finlandia) (Partitura)*Taivas on sininen ja valkoinen* (Tradicional Finlandia) (Tutorial)**Datos**

- *Taivas on sininen ja valkoinen* (*El cielo es azul y blanco*), es un canto tradicional finlandés. Apareció publicado por primera vez en 1854, por Karl Collan (1828-1871) escritor y compositor de canciones sueco-finlandés.

- Texto/Traducción:

Taivas on sininen ja valkoinen tähtösiä täynnä

El cielo es azul y blanco, y lleno de estrellas.

Niin en Nuori sydämeni ajatuksiä täynnä.

Así también, mi joven corazón está lleno de pensamientos.

Enka Mä Muille ilmoita mun sydänsurujani

Nunca voy a mostrar todo el dolor y la tristeza en mi corazón;

Synkkä Metsä, kirkas Taivas, ne tuntee mun huoliani. solo los bosques sombríos y el cielo brillante saben mis preocupaciones.Copiado de este [enlace](#).

- Ver [pronunciación](#) en finlandés (en una interpretación solista muy bonita además).
- La partitura incluye cifrado americano.

Sugerencias

- Se da una copia de esta partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para el aprendizaje de la canción, introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. (Cada alumno podría copiar la música, mediante un programa editor de partituras, bien entera o el fragmento que le parezca más atractivo, a elegir).
- La pieza ahonda en la expresión de la pena, la tristeza, el dolor... Se trata por tanto de una melodía especialmente apropiada para incidir en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (delicadeza, fraseo, etc.) como emocional (sensibilidad, empatía, intensidad, nostalgia...). La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético.

Coreografía

- Para una propuesta de coreografía ver [Esquema coreografía Taivas](#).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 1 (SEMANA 1)
0'	<p>Presentación</p> <p>Tratándose del primer día de <i>El Coro de las Emociones</i>, introducimos a los alumnos en la propuesta, en sus plazos y objetivos, en un tono adaptado a su edad. Recordemos que <i>El Coro de las Emociones</i> es un recurso educativo de carácter artístico colectivo, no tanto una tarea escolar, donde la máxima implicación personal de todos los participantes debe constituirse en objetivo primordial del director/profesor.</p> <p>Subrayaremos que se trata del último curso en que está previsto llevar a cabo <i>El Coro de las Emociones</i>, por tanto esta edición será nuestra despedida de la actividad coral, aunque animaremos a todo el alumnado a que continúe vinculado con una actividad tan enriquecedora, ya de manera externa al aula (asistiendo a conciertos corales, apuntándose a un coro, etc.).</p> <p>Desde 3º de Primaria se animaba a ir dejando en manos del alumnado, de manera creciente dentro de lo posible, la elección y/o diseño del vestuario (actuación final), la ideación de algún elemento de coreografía y/o de puesta en escena e, incluso, la elección de algún título del repertorio distinto de los propuestos por el recurso (<i>Toma de decisiones responsable</i>). Si se hace así, será este el momento de anunciarlo y empezar a organizar dichas tareas.</p> <p>A SUBRAYAR: Autocontrol (El dominio de cada cual sobre sí mismo ayudará a desarrollar de manera eficiente el proyecto que iniciamos hoy); Habilidades de interacción (Buscar en todo momento formas adaptadas de relacionarnos unos con otros nos llevará a disfrutar más de la experiencia y a obtener mejores resultados); Toma de decisiones responsable (Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución); Creatividad (La creatividad de cada uno es fundamental para el resultado creativo conjunto).</p>	
10'	<p>Despertar</p> <p>Al tratarse de la primera sesión, dedicaremos algo más de tiempo al calentamiento corporal y vocal que en sesiones sucesivas (20 minutos, en lugar de 15). Pondremos especial empeño en que resulte una experiencia estimulante, sorprendente y grata. Se trata hoy de buscar sensaciones de apertura (estiramientos), bienestar corporal (relajación, flexibilidad, contacto con la respiración, etc.), y primeras sensaciones sonoras (resonancias vocales, etc.). (Ver, como muestra, videos del Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.1 Introducción, 2.2 Una ventana en el campo, 2.3 Mi cuerpo puede flotar, 2.6 Automatajes, 2.13 Una cueva llena de resonancias).</p>	
20'	<p>Pero antes de nada, abriremos con una rueda en la que cada cual pueda expresar su estado emocional en este momento. Es importante empezar siempre las sesiones de <i>Despertar</i> preguntando al alumnado cómo se encuentra, su estado de ánimo, su motivación. Procurar relajar a quien esté demasiado activado, animar a quien se muestre más decaído, etc.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
30'	<p>M1</p> <p><i>Siyahamba</i> (Tradicional África) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>).</p> <p>Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de completar el calentamiento corporal y vocal de manera divertida.</p> <p>Recordemos, además, que en la sesión 3 los alumnos se llevarán a casa el encargo de enseñar esta pieza a sus familiares, como preparación para cantarla con ellos en la actuación final. Por último, se trata de una pieza que podremos retomar en cualquier momento de las sesiones sucesivas, para romper un momento de cansancio o distracción generalizada, o bien para cerrar de manera estimulante una sesión que haya podido resultar más árida o trabajosa.</p> <p>Nota: desde esta sesión 1 convendrá observar, trabajar e ir interiorizando aspectos de actitud en escena que luego incidirán en un mejor resultado global de la actuación final (Ver Bloque II, cap. 3 Actuación final / Presencia en escena).</p>	
40'	<p>VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
	<p>Despedida (hablada)</p> <p>La despedida de esta sesión 1 conviene que sea hablada, en diálogo con el alumnado. Resumir lo realizado, escuchar sus impresiones, subrayar todo lo avanzado en este primer contacto con <i>El Coro de las Emociones</i>, subrayar algún aspecto básico de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad (por ejemplo el bienestar que nos procura la actividad coral, tanto a través del canto como de las experiencias de despertar, etc.) y adelantar someramente lo que se abordará la semana próxima, en la sesión 2, creando interés y expectativas.</p> <p>En caso de que no haya sido posible hacer una reunión con los padres, daremos a los alumnos un sencillo documento para las familias, con un resumen del proyecto, sus hitos y lo que necesitan de ellos sus hijos (ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.</p> <p>A SUBRAYAR: Habilidades de interacción (Somos un equipo, con unos objetivos claros, en el que todos pueden expresar a los demás sus impresiones y estados).</p>	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 2 (SEMANA 2)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos elementos del <i>Despertar</i> de la sesión 1, e introduciremos algún ejercicio para el trabajo del diafragma (ver muestras en Bloque IIIB Tutoriales/ <i>Despertar</i> <u>2.4 La manguera traicionera</u> , <u>2.10 El globo</u> , <u>2.11 La pajita</u>), así como de técnica vocal en la línea de <u>3.1 Transición del habla al canto</u> . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M1	<i>Siyahamba</i> (Tradicional África) (Partitura) Retomaremos la pieza M1, que ya conocemos de la sesión anterior. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de interiorizarla todo lo posible. VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).	
	Comodín	No olvidemos aprovechar cualquier oportunidad para hacer explícitos, verbalizándolos, observaciones o apuntes relativos al Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. Los 5 minutos del comodín son la reserva mínima por sesión a emplear en detallar dichos aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No es preciso situarlos en ningún momento fijo de la sesión, sino integrarlos cuando más convenga. Este tiempo mínimo por sesión se puede ampliar y/o dividir en momentos repartidos a lo largo de la misma (ver Bloque I, cap. 4 <i>Canto coral y el programa Educación Responsable</i>).	
30'	M2	<i>Cubanita</i> (E. Ugalde) (Partitura); (Ver datos en la ficha inicial <i>Repertorio</i>) Primer contacto con esta pieza, que cumplirá la función de una música específicamente bailable. Introduciremos lo antes posible los pasos de baile, aunque sea de una manera todavía general.	
40'		VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Despedida (canto M1)	<i>Siyahamba</i> (Tradicional África) (Partitura) Nos despediremos cantando esta canción, ya trabajada en dos ratos (sesión 1 y hoy), para irnos con la sensación de que el trabajo va produciendo resultados, cosa que subrayaremos antes de concluir. VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima.	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 3 (SEMANA 3)
0'	Despertar	Como en toda sesión de <i>Despertar</i> , comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.	
10'		Retomaremos algún elemento del <i>Despertar</i> de las sesiones 1 y 2, continuaremos trabajando aspectos básicos de técnica vocal en la línea de <u>3.1 Transición del habla al canto</u> , y podremos introducir algún ejercicio en la línea de <u>3.2 Entonando (algunos ejercicios)</u> . VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).	
20'	M2	<i>Cubanita</i> (E. Ugalde) (Partitura) Tras el <i>Despertar</i> , comenzamos con la pieza M2, que habíamos empezado a aprender en la sesión 2. Hoy se trata de asegurarla y mejorarla (ritmo, expresión, articulación del texto, afinación...), así como de perfeccionar e ir interiorizando los pasos de baile que se esbozaron en la sesión precedente. VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).	
	Comodín	Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 <u>Canto coral y el programa Educación Responsable</u>).	
30'	M3	<i>Taivas on sininen ja valkoinen</i> (Tradicional Sudáfrica) (Partitura); (ver datos y sugerencias en la ficha inicial <i>Repertorio</i>). Primer contacto con esta pieza, una música de calado eminentemente emocional expresivo.	
40'		Si las otras dos piezas de este curso (M1 y M2) se aprenden por imitación, en esta podremos complementar el trabajo de aprendizaje con el conocimiento de elementos del lenguaje musical. Se da una copia de la partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para dicho aprendizaje de la canción, y se van introduciendo elementos de lenguaje musical en función de los contenidos del curso. Como tarea complementaria, cada alumno podría copiarla, mediante un programa editor de partituras, bien entera o el fragmento que le parezca más atractivo, a partir de, por ejemplo, esta propuesta: "Elige el momento que más te guste de la canción y transcríbelo mediante un programa editor de partituras". (Existe numeroso <i>software</i> libre, de sencillo manejo, para realizar este tipo de tareas). VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad (La sensibilidad de canciones como esta refuerza nuestra expresión emocional y empatía, al tiempo que promueve nuestra creatividad).	
	Despedida (canto M2)	<i>Cubanita</i> (E. Ugalde) (Partitura) Nos despediremos cantando y bailando esta canción ya trabajada en la sesión anterior y mejorada en esta que concluye, de modo que quede en todos una sensación lo más positiva posible. Es el momento también de encargar a los alumnos la tarea para hacer con sus familias (ver Bloque II, cap. 7 <u>Participación de las familias (punto 2)</u>). VARIABLES PRINCIPALES: Autoestima; Habilidades de interacción. A SUBRAYAR: Toma de decisiones responsable (Cada cual tendrá que decidir cómo llevar a cabo de la mejor manera la tarea que se le encarga. Decidir de manera responsable implica tres pasos: planificación, toma de decisiones, y ejecución).	

MINUTOS / ACTIVIDAD		CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 4 (SEMANA 4)
0'	Despertar	<p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Retomaremos algunos elementos del <i>Despertar</i> de las sesiones 1, 2 y 3. A continuación realizamos algún ejercicio de técnica vocal en la línea ya avanzada en la sesión 3 (ver 3.2 Entonando (algunos ejercicios)) y, quizá, podamos subir algún peldaño más (ver 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios)).</p>	
10'		<p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>	
20'	M3	<p><i>Taivas on sininen ja valkoinen</i> (Tradicional Sudáfrica) (Partitura)</p> <p>Retomaremos la pieza M3, que leímos y avanzamos en la sesión anterior. Se trata ahora de asegurarla y mejorarla (expresión, articulación del texto, afinación...), haciendo especial hincapié en su expresión musical/emocional característica. Estamos ante una música especialmente indicada para subrayar la estrecha relación que se da entre aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad y aspectos puramente musicales, tales como el cuidado en el fraseo, la atención a los matices, la búsqueda de un sonido adecuado a la expresión, etc.</p> <p>No olvidemos la posibilidad de seguir incidiendo en aspectos del lenguaje musical, en relación con los contenidos del curso, a través de la lectura de la partitura.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad (La sensibilidad de canciones como esta refuerza nuestra expresión emocional y empatía, al tiempo que promueve nuestra creatividad).</p>	
30'	Comodín	<p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>	
	M1	<p><i>Siyahamba</i> (Tradicional África) (Partitura)</p> <p>Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 1.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Empatía; Actitudes positivas hacia la salud; Creatividad (Los mundos exóticos de esta canción nos muestran formas distintas de creatividad, lo que alimenta la nuestra).</p>	
40'	M2	<p><i>Cubanita</i> (E. Ugalde) (Partitura)</p> <p>Somero repaso de esta pieza que conocemos desde la sesión 2.</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Habilidades de interacción y de oposición asertiva; Actitudes positivas hacia la salud. A SUBRAYAR: Autoestima (Todos bailamos bien).</p>	
	Despedida (canto M3)	<p><i>Taivas on sininen ja valkoinen</i> (Tradicional Sudáfrica) (Partitura)</p> <p>Nos despediremos cantando, a modo de repaso, esta canción a la que hemos dedicado el grueso de nuestro ensayo de hoy, y recordando la tarea que nos espera en la sesión 5 (según el caso, concierto didáctico en video o en vivo, y/o trabajo con un especialista invitado...). (Ver Bloque II, cap. 3 Sesiones de trabajo/Sesión nº5).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Autocontrol (La sesión del próximo día conlleva unas pautas de comportamiento que debemos respetar).</p>	

CONTENIDOS E INDICACIONES

SESIÓN 5 (SEMANA 5)

La sesión 5 se centra en la confrontación del alumnado con un concierto real de un coro estable (en vivo o en video) y/o en el trabajo con un especialista externo que se preste a colaborar en este día.

Ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/La sesión nº 5 (Concierto didáctico)*.

En caso de optar, en cuanto a vestuario para la actuación final, por las camisetas con la inscripción de *El Coro de las Emociones* (ver Bloque II, cap. 3 en *Sesiones de trabajo/Actuación final/El vestuario*), la despedida de esta sesión es quizá el momento más indicado para ilusionar a nuestro alumnado con esa pequeña sorpresa.

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

A SUBRAYAR: *Habilidades de interacción* y *Habilidades de autoafirmación* (El concierto didáctico, al igual que el eventual trabajo con un especialista, dará pie a que todos expongan lo que sienten y piensan acerca de una determinada música, a discrepar de otras opiniones de manera adaptada, etc.).

MINUTOS / ACTIVIDAD	CONTENIDOS E INDICACIONES	SESIÓN 6 (SEMANA 6)
0'	Despertar	<p>Como en toda sesión de <i>Despertar</i>, comenzaremos prestando atención al estado emocional del grupo, preguntando al alumnado cómo se encuentra, pues este será nuestro punto de partida para conseguir de la mejor forma posible los objetivos de la sesión.</p> <p>Rápida sesión de <i>Despertar</i>, con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en sesiones anteriores. Se trata de ir pensando en la actuación final y en un breve lapso de tiempo poner todo el aparato fonador y todo el cuerpo en un estado óptimo para el canto.</p> <p>(Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar 2.9 Caballos al galope, 2.12 Dibujos animados, y Tutoriales/Técnica vocal 3.2 Entonando (algunos ejercicios) y 3.3 Buscando agilidad (algunos ejercicios)).</p> <p>VARIABLES PRINCIPALES: Actitudes positivas hacia la salud; Identificación/expresión emocional; Creatividad (La búsqueda de sensaciones de apertura y bienestar corporal favorece los estados creativos).</p>
10'	Comodín	<p>Recuerda: los 5 minutos del comodín actúan como la reserva mínima por sesión para detallar aspectos de Desarrollo Emocional, Social y de la Creatividad. No se contempla situarlos en ningún momento fijo de la sesión. Se trata de integrarlos, en momentos, cuando se quiera explicar y verbalizar dichos aspectos (ver Bloque I, cap. 4 Canto coral y el programa Educación Responsable).</p>
	M1	<p><i>Siyahamba</i> (Tradicional África) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>
20'	M2	<p><i>Cubanita</i> (E. Ugalde) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>
30'	M3	<p><i>Taivas on sininen ja valkoinen</i> (Tradicional Sudáfrica) (Partitura) Trabajo último: pasajes más necesitados, algún aspecto puntual difícil... y ensayo general para la actuación final.</p> <p>A SUBRAYAR: Identificación/expresión emocional (¿Qué queremos transmitir con esta música, y cómo?); Autocontrol (Es necesario mantener “la cabeza fría” mientras se actúa); Creatividad (Deberemos desplegar todas nuestras capacidades creativas durante la interpretación).</p>
40'	Despedida (hablada)	<p>Dedicaremos este último tramo a estimular al grupo con vistas a la actuación final. Preguntaremos por el estado de ánimo y por lo aprendido, en lo musical y en lo emocional, social y creativo, dejando verbalizar estas cuestiones al propio alumnado. Reconoceremos y valoraremos el esfuerzo de todos. Subrayaremos los resultados conseguidos en tan poco tiempo. Alentaremos a todos a dar lo mejor de sí mismos en el momento de la actuación final. Animaremos a no perder de vista lo principal: la música es antes que nada disfrute y, con independencia del resultado, lo más importante ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí y los variados beneficios que ha producido en cada uno de nosotros la actividad. También recuerda que, tratándose del último curso en que está previsto llevar a cabo <i>El Coro de las Emociones</i>, nos encontramos en vísperas de nuestra despedida de la actividad coral y ante nuestro último concierto. Es una buena ocasión para hacer un repaso de todas las vivencias tan positivas que nos ha reportado el canto coral a lo largo de los años.</p> <p>Es el momento también de recordar a las familias la invitación a asistir a la actuación final. (Ver Bloque II, cap. 7 Participación de las familias).</p> <p>VARIABLE PRINCIPAL: Autoestima. A SUBRAYAR: Habilidades de interacción y Habilidades de autoafirmación. (Acostumbrarse a exponer ante los demás nuestros sentimientos y estados de ánimo con naturalidad forma parte fundamental de dichas habilidades).</p>

CONTENIDOS E INDICACIONES

ACTUACIÓN FINAL

Concluye el proceso formativo con una actuación final enmarcada en la iniciativa *Somos Creativos* de la Fundación Botín.

Recordemos que *El Coro de las Emociones* contempla dicha actuación final no simplemente como una muestra del trabajo realizado (representación para las familias, etc.), sino como la culminación formativa y artística de todo el proceso previo (ver Bloque II, cap. 3 *Sesiones de trabajo/Actuación final*).

Como preparación, conviene realizar una sesión de *Despertar* con un repaso ágil de los principales ejercicios llevados a cabo en las sesiones anteriores. Se trata de conseguir, en un breve lapso de tiempo, poner todo el aparato fonador, así como el resto del cuerpo y la mente en un estado óptimo para el canto. (Ver videos Bloque IIIB Tutoriales/Despertar [2.9 Caballos al galope](#), [2.12 Dibujos animados](#), y Tutoriales/Técnica vocal [3.2 Entonando \(algunos ejercicios\)](#) y [3.3 Buscando agilidad \(algunos ejercicios\)](#)).

Al mismo tiempo, debemos incidir en el estado de ánimo y en la motivación del grupo para potenciarlos. Momentos antes de salir al escenario, da buenos resultados (crea grupo, resulta divertido, libera tensión...) recurrir a algún "grito de guerra" que previamente se haya acordado (algo similar a lo que suelen hacer los equipos deportivos), por ejemplo exclamar, todos a una siguiendo la indicación del director/profesor: "¡¡Viva el Coro de las Emociones!!".

Una vez concluida la actuación, tendremos una ocasión preciosa para dar cauce a la expresión e intercambio de los variados estados de ánimo, vivencias y emociones experimentadas por todos los integrantes del grupo. Además, al tratarse de nuestro último concierto juntos (es el último curso en que está previsto llevar a cabo *El Coro de las Emociones*) será el momento de despedirnos de la actividad coral, y hacer balance de tantos buenos momentos vividos juntos. No olvidemos animar a todo el alumnado a que continúe vinculado con una actividad tan enriquecedora como esta, ya de manera externa al aula (asistiendo a conciertos corales, apuntándose a un coro, etc.).

VARIABLES PRINCIPALES: Identificación/expresión emocional; Autocontrol; Creatividad.

A SUBRAYAR: Autoestima (Somos capaces de conseguir nuestros objetivos); **Habilidades de interacción** y **Habilidades de autoafirmación** (Hoy vemos que el trabajo en equipo da sus frutos. Además, salir ante el público fortalece nuestras destrezas y recursos de comunicación, a través de la expresión de sentimientos, exponiendo nuestra particular forma de ser, nuestras cualidades personales, abriéndonos a la posibilidad de recibir críticas); **Actitudes positivas hacia la salud** y **Autocontrol** (Antes de una prueba cualquiera, los nervios tienden a aparecer y a jugarnos malas pasadas, por lo que conectar con nuestra respiración no puede sino contribuir a serenarnos, ayudándonos a afrontar de una manera más eficiente y placentera dicha prueba).

Tabla estadística de variables trabajadas en este curso (2º ESO)

Variables principales en las que incide cada canción del curso

(M1) *Siyahamba* (Tradicional África): Empatía; Creatividad; Actitudes positivas hacia la salud.

(M2) *Cubanita* (E. Ugalde)*: Actitudes positivas hacia la salud; Habilidades de interacción; Habilidades de oposición asertiva.

(M3) *Taivas on sininen ja valkoinen* (Trad. Finlandia): Identificación/expresión emocional; Empatía; Creatividad.

* Piezas con texto en castellano.

ÁREA / VARIABLES	SESIONES Y FRANJAS DE HORARIO POR SESIÓN																				ACTUACIÓN FINAL				
	1				2				3				4				5					6			
	Presentación	Despertar	M1	Despedida	Despertar	M1	M2	Despedida	Despertar	M2	M3	Despedida	Despertar	M3	M1	M2	Despedida	Concierto (en vivo o en vídeo) y/o trabajo con especialista	Despertar	M1	M2	M3	Despedida		
DESARROLLO AFECTIVO																									
Autoestima				P			S	P		S		P				S	P						P	S	
Empatía			P			P					P			P	P										
Identificación/expresión emocional		P			P				P		P		P	P				P		P	S	S	S		P
DESARROLLO COGNITIVO																									
Autocontrol	S																S	P		S	S	S		P S	
Toma de decisiones responsable	S											S													
Actitudes positivas hacia la salud		P	P		P	P	P		P	P			P		P	P			P					S	
Creatividad	S	P	P		P	P			P		P		P	P	P				P	S	S	S		P	
DESARROLLO SOCIAL																									
Habilidades de interacción	S			S			P			P		P				P		S					S	S	
Habilidades de autoafirmación																		S					S	S	
Habilidades de oposición asertiva							P			P						P									

Leyenda

P = Variable principal; S= Variable a subrayar. (Señalar con X otras que introduzca el docente)





FUNDACIÓN
BOTÍN



Esquema coreografía *El Guerrero zulú*

Vuelta	Sección	Piano	Canto	Texto	Movimiento (Direcciones reales a indicar por el director, es decir, la izq. del director se traduce en movimiento a la dcha. del cantor; atrás en adelante, etc.)	Memorizador / Obs.																																								
1	a				Quietos. ¡Como estatuas! Mirando lejos. Piernas un poco abiertas.	"Amenazador"																																								
	b						2	a			<i>Yo soy de zimba...</i> <i>Yo soy de zimba...</i>	4 Pasitos ↓ 4 Pasitos ↑	"En una baldosa" (Pasitos muy cortos)	b			<i>Míralo...</i> <i>Míralo...</i>	Oteando el horizonte ↖ Oteando el horizonte ↗	3	a				Girar hacia ← en 8 pasos/pulsos (Durante " <i>Yo soy de zimba...</i> ") Girar hacia → en 8 pasos/pulsos (Durante " <i>Yo soy de zimba...</i> " bis)	(Como olfateando señales lejanas)	b				Agachar lento (" <i>Míralo...</i> ") Levantar lento (" <i>Míralo...</i> ")	4	a			<i>Yo soy de zimba...</i> <i>Yo soy de zimba...</i>	4 Pasitos ↓ 4 Pasitos ↑	"Igual que la 2ª vuelta de la canción"	b			<i>Míralo...</i> <i>Míralo...</i>	Oteando el horizonte ↖ Oteando el horizonte ↗	5	a		
2	a			<i>Yo soy de zimba...</i> <i>Yo soy de zimba...</i>	4 Pasitos ↓ 4 Pasitos ↑	"En una baldosa" (Pasitos muy cortos)																																								
	b			<i>Míralo...</i> <i>Míralo...</i>	Oteando el horizonte ↖ Oteando el horizonte ↗																																									
3	a				Girar hacia ← en 8 pasos/pulsos (Durante " <i>Yo soy de zimba...</i> ") Girar hacia → en 8 pasos/pulsos (Durante " <i>Yo soy de zimba...</i> " bis)	(Como olfateando señales lejanas)																																								
	b				Agachar lento (" <i>Míralo...</i> ") Levantar lento (" <i>Míralo...</i> ")																																									
4	a			<i>Yo soy de zimba...</i> <i>Yo soy de zimba...</i>	4 Pasitos ↓ 4 Pasitos ↑	"Igual que la 2ª vuelta de la canción"																																								
	b			<i>Míralo...</i> <i>Míralo...</i>	Oteando el horizonte ↖ Oteando el horizonte ↗																																									
5	a			<i>Yo soy de zimba...</i> <i>Yo soy de zimba...</i> <i>Yo soy de zimba...</i> <i>Yo soy de zimba...</i> Y grito	4 Pasitos ↓ 4 Pasitos ↑ 4 Pasitos ↓ 4 Pasitos ↑ Brazo en alto (y congelados hasta saludos)	OJO: Compases 1 a 4 cuatro veces. ("Dando miedo")																																								



Esquema coreografía *Kumbaya* (Arr Willi Gohl)

Vuelta	Sección	Piano	Canto	Texto	Movimiento (Direcciones reales a indicar por el director, es decir, la izq. del director se traduce en movimiento a la dcha. del cantor; atrás en adelante, etc.)	Memorizador / Obs.
1		♪			Estatuas, mirando al suelo (tristes, decaídos)	(Pn, voz 2 como melodía)
2		♪	♪ (Voz 2)	<i>Kumbaya...</i>	Mirando al frente	
3		♪			Lentísimo, mirar arriba muy lejos (Al cielo)	(Pn, voz 1 como melodía)
4		♪	♪ (Voz 1)	<i>Kumbaya...</i>	Mirando al frente	
5		♪			Cambio de sitio (lentísimo deambular) y colocados para vuelta nº 6.	(Pn, con re pedal en la voz superior de los acordes). Opcional, el deambular podría durar dos vueltas completas de la canción tocada solo por el piano.
6		♪	♪ (Voz 1)	<i>Kumbaya...</i>	Quietos. Brazos en alto (implorando) Y fin (Foto fija muy larga)	
Opcional						
Si queremos lanzarnos a probar el canto a dos voces!!						
6		♪	♪ (Voz 2)	<i>Kumbaya...</i>	Quietos. Brazos en alto (implorando)	
7		♪	♪ (Voz 2+1)	<i>Kumbaya...</i>	Caer de rodillas. Brazos en alto (implorando) Y fin (Foto fija muy larga)	



Esquema coreografía *Calipso* (Jan Holdstock)

Vuelta	Sección	Piano	Canto	Texto	Movimiento (Direcciones reales a indicar por el director, es decir, la izq. del director se traduce en movimiento a la dcha. del cantor; atrás en adelante, etc.)	Memorizador / Obs.
1		♪			Quietos. Y en segunda parte del último compás, Cabezazo →	
2		♪	♪	<i>Si es que estás...</i>	Baile (empezando hacia ←)	
3		♪	♪	<i>Si es que estás...</i>	Baile de perfil al público (Hacia ←)	
4		♪			Baile por parejas	
5	A/	♪	"Coro hablado" (Ver partitura)	<i>Calipso, calipso</i>	Como tocando claves, y luego güiro.	- Dividir el coro en 4 grupos (A, B, C y D). - El piano muy suave.
	B/			<i>Muévete que...</i>	Agachando y levantando (Contoneándose, los pies fijos en el suelo)	
	C/			<i>Toca tu tambor</i>	Como tocando claves y luego tambor (con la palabra tambor)	
	D/			<i>Hazlo nacer</i>	Como con un remo de canoa, empezando adelante a la derecha y terminando atrás a la izquierda, y luego hundiéndolo en el agua dos veces en vertical (pronunciamos: sh, sh) hasta recuperar el punto inicial, para repetir toda la secuencia.	
5 bis (opcional)	"	"	"	"	"	- Optativo, repetir tal cual la vuelta anterior o (más difícil) superponer A+B o C+D, o A+B+C, etc.
6		♪	♪	<i>Si es que estás...</i>	Baile (empezando hacia ←)	Como la vuelta 2
7		♪	♪	<i>Si es que estás...</i>	Continúa Baile Y cierra la pieza con Cabezazo → (en segunda parte del último compás)	Como la vuelta 2, más cabezazo final



Esquema coreografía *No man is an island* (arr. K-Ala-Pollanen)

Vuelta	Sección	Piano	Canto	Texto	Movimiento (Direcciones reales a indicar por el director, es decir, la izq. del director se traduce en movimiento a la dcha. del cantor; atrás en adelante, etc.)	Memorizador / Obs.	
Introducción	cc. 1-16	♪			Cuadro fijo, lo más separados posible unos de otros	(ocupando todo el espacio)	
1 y 2	cc. 1-24	♪	♪	<i>No man is an island</i> (Texto en inglés)			
	cc. 1-16	♪	♪	<i>Nadie es una isla</i> (Texto en castellano)			Se van acercando hasta formar dos filas (en ligero semicírculo)
	cc. 17-24	♪	♪	<i>Vi gente reunida...</i>			Como hablando unos con otros
	cc. 1-8	♪	♪	<i>Nadie es una isla</i>			Todos cogidos por los hombros
	cc. 9-16	♪	♪	<i>Nos necesitamos</i>			Todos de la mano y subiendo las manos poco a poco hasta " <i>Mi amigo es</i> "



Esquema coreografía *Taivas on sininen* (Trad. Finlandia)

Vuelta	Sección	Piano	Canto	Texto	Movimiento (Direcciones reales a indicar por el director, es decir, la izq. del director se traduce en movimiento a la dcha. del cantor; atrás en adelante, etc.)	Memorizador / Obs.
1		♪			Estatuas (congelados)	
2	a	♪	♪	<i>Taivas on...</i>	Sigue quietos (pero ya "sin congelar")	
	a'	♪	♪	<i>Taivas on...(bis)</i>	Miramos estrella ←	Todos mirando a una imaginaria lejana estrella (en lo alto, hacia la derecha de los cantores).
	b	♪	♪	<i>Niin o nuori</i>	Mano Izq (m. dcha del cantor): Brochazo ← + Mano al corazón (con la palabra "aja"; c7)	(Ver video tutorial de esta canción, donde muestra el gesto sugerido).
	b'	♪	♪	<i>Niin o nuori (bis)</i>	Mano Dcha (Izq. del cantor): Brochazo → + ambas manos al corazón (con la palabra "aja"; c7)	
3	a	♪			Y cuarto ↗;	Girar 45º con cada frase musical (Pensar en los cuartos del reloj)
	a'				Y media ↓;	
	b				Menos cuarto ↖;	
	b'				En punto ↑	
4	(Igual a 2)					



DE
CORO LAS
EL EMOCIONES



FUNDACIÓN
BOTÍN