

CONTENIDO

UNED SENIOR. CURSO:

Curso 2017-2018. Profesora PILAR LAGO CASTRO

ASIGNATURA

APRENDER A ENVEJECER A TRAVÉS DE LA MÚSICA DE OTRA MANERA

PRESENTACIÓN

No nos ha resultado sencillo diseñar este Programa como el que aquí aparece, ya que por nuestra larga experiencia sabemos lo complejo que es trabajar la persona desde la propia persona, y mucho más aún utilizando como herramienta directa el amplio mundo de la música. En fin, por otra parte, preparar este nuevo Curso-Taller Senior nos ha llenado de ilusión y esperanza en lo mucho que se puede seguir haciendo por el ser humano a través de la música, y que por tanto, nos queda por ofrecer.

Así pues, los contenidos fundamentales de nuestro nuevo Curso-Taller “Aprender a envejecer a través de la música”, se centra en tres grandes bloques.

OBJETIVOS

Aprender a trabajar la persona desde la propia persona

Enseñar y practicar con instrumentos y/o herramientas sonoras.

Seguir creciendo y desarrollando nuestras capacidades creativas y lúdicas a través de la música y elementos afines.

Ofrecer una serie de recursos, materiales, actividades y tareas que enriquezcan el conocimiento de la persona en su totalidad.

Así pues, los contenidos fundamentales de nuestro nuevo Curso-Taller “Aprender a envejecer a través de la música”, se centra en tres grandes bloques.

METODOLOGÍA

Activa y participativa con tiempos para que los participantes puedan conocer y buscar de manera individual y colectiva una teoría que justifique el desarrollo del programa.

CONTENIDOS

BLOQUE A

Conocerse a través de la música para crecer y realizar un desarrollo personal.

BLOQUE B

Aspectos fundamentales del Lenguaje Musical.

Conocer, trabajar y mantener la voz en condiciones saludables.

Aprender a escuchar y mirar lo que se escucha

Identidad Sonora: ISO, etc.

BLOQUE C

Atención y sensibilización auditiva.

Oyentes activos y pasivos.

Trabajar la creatividad desde una dimensión global, etc., teniendo siempre como protagonista a la Música.

PROGRAMA

Bloque A

- Aprender a reconocer nuestro cuerpo.
- La fuerza controlada de nuestro cuerpo.
- Trabajar la atención (auditiva, visual, táctil, etc.)
- Importancia de la práctica de la memoria para saber envejecer.
- La orientación espacio-temporal.
- El recuerdo.
- La emoción.
- La autoestima.
- Importancia de la música en la vida cotidiana del hombre.
- Qué es la música.
- Dónde está la música.
- Todo suena a nuestro alrededor.
- La música en su pureza y realidad sonora, etc.
- El trabajo musical y corporal con uno mismo, con el otro, con un grupo, etc.
- Atención y concentración auditiva, visual, táctil, corporal, etc.
- Orientación espacio-temporal.
- Los pilares fundamentales de la música son: El ritmo, la melodía y la armonía.
- Improvisación: rítmica, vocal, corporal, etc.
- Coordinación motriz: Motricidad Fina y gruesa.
- Lateralidad y disociación corporal.
- El ritmo interno. Unidad y atención.
- Movimiento y ritmo: Espacio, tiempo, equilibrio, etc.
- Importancia del cuerpo como lenguaje de expresión y comunicación.

Bloque B

- Funciones multidimensionales de la música.
- La identidad sonora: ISO.
- La voz humana. Clasificación.
- Técnicas vocales: Respiración, entonación, vocalización, articulación, etc.
- Técnicas de relajación.
- La capacidad creativa de las personas a lo largo de toda la vida.
- Música y emoción
- Paisajes Sonoro
- Audiciones Musicales: Imágenes guiadas.
- Aprender a envejecer a través de la música.
- Para saber más: Experiencia prácticas.

Bloque C

- Aprender a escuchar música: Oyentes pasivos y activos.



- Qué y cómo podemos aprovechar y aprender a disfrutar a través de lo que oímos/escuchamos.
- Experiencias prácticas: Escuchar y participar activamente de una audición musical (Un concierto, una sesión musical, una actividad lúdica), etc.