LA MÚSICA EN PRIMARIA COMO HERRAMIENTA PARA EL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES

Salvador Oriola (salvaoriola@ub.edu), **Gemma Filella** (UDL), **Josep Gustems** (UB)

Mapa conceptual y ejemplos mediante el escaner de códigos QR*

Conciencia emocional

Reconocer nuestras propias emociones a partir de:

- audición activa de piezas musicales
- composición de fragmentos musicales

Reconocer emociones en los demás a través de:

- audición de fragmentos musicales creados por alumnos
- interpretaciones vocales, instrumentales y corporales
- improvisación

Regulación emocional

Distanciamiento temporal. Distracción conductual mediante:

- audición activa
- interpretaciones vocales, instrumentales i corporales
- composiciones e improvisaciones

Relajación a partir de:

- audición
- movimientos corporales con acompañamiento musical

Autonomía emocional

Fomentar la autoestima:

- participando en el grupo clase mediante canciones, grupos instrumentales, danzas...

Automotivación y actitud positiva:

- actividades procedimentales de música(cantar, tocar y bailar) suelen tener un alto grado motivacional en primaria

Responsabilidad:

- la interpretación y la composición requieren una planificación previa y toma de decisiones para obtener buenos resulatdos

Autoeficacia emocional

Competencia social

Se fomenta la comunicación expresiva a través de:

- composiciones, improvisaciones...

Se desarrolla el comportamiento pro-social:

- a través de actividades en grupo como interpretaciones instrumentales, cuentos musicales, bailes...

Se puede favorecer el respeto por los demás y la comunicación receptiva con:

- interpretaciones colectivas vocales, instrumentales y corporales
- audición de composiciones e improvisaciones de los compañeros

Habilidades de vida y bienestar

Buscar ayuda y recursos

Fluir

Bienestar subjetivo:

- a través de interpretar o escuchar la música que nos gusta

Ciudadanía activa, cívica, responsable, crítica y comprometida

*Para escanear los códigos QR con el móvil hace falta tener conexión a Internet y una aplicación para la lectura de este tipo de códigos. En Internet encontraran un sinfín de aplicaciones gratuitas para descargar como por ejemplo NeoReader, QR Droid, QR Code Reader...

X Jornadas de Educación Emocional y Congreso Internacional de Educación Emocional