



**Universitat de les
Illes Balears**

Facultat d'Educació

Memòria del Treball de Fi de Grau

La música i les emocions: proposta didàctica per al primer cicle d'Educació Primària.

Margalida Gelabert Rotger

Grau d'Educació Primària

Any acadèmic 2021-22

Treball tutelat per Llorenç Gelabert Gual
Departament de Pedagogia i Didàctiques Específiques

S'autoritza la Universitat a incloure aquest treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació

Autor		Tutor	
Sí	No	Sí	No
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Paraules clau del treball:
educació musical, educació emocional, pedagogia musical, intel·ligència emocional.

RESUM

Partint de la base que la música forma part de l'àrea d'educació artística, per tant, contemplada dins el currículum; i que l'educació emocional és un tema transversal, també contemplat dins el currículum, considero adient elaborar una proposta didàctica a partir d'aquests dos preceptes i de la seva fusió dins una aula d'Educació Primària. Aquesta es presenta dividida en dues parts: en primer lloc, trobem exposada la importància que té la música dins una aula i les emocions que aquesta pot arribar a fer sentir; i, en segon lloc, trobem un seguit d'activitats per a poder treballar els dos conceptes. L'objectiu d'aquesta proposta didàctica és desenvolupar la música i les emocions dins les aules; veient, d'aquesta manera, els beneficis que poden generar ambdues per als infants.

Paraules clau: educació musical, educació emocional, pedagogia musical, intel·ligència emocional.

ABSTRACT

Based on the fact that music is part of the area of artistic education, therefore, included in the curriculum; and that emotional education is a cross-sectional theme, also included in the curriculum, I consider it appropriate to make a didactic proposal based on these two precepts and their fusion within a classroom of Primary Education. This is divided into two parts: first, we find exposed the importance of music in a classroom and the emotions that it can make sense; and second, we find a series of activities to be able to work on the two concepts. The aim of this didactic proposal is to develop music and emotions within classrooms; thus, seeing the benefits that can be generated for children.

Keywords: musical education, emotional education, musical pedagogy, emotional intelligence.

ÍNDEX

1. Introducció i justificació	6
2. Objectius	7
2.1. Objectius generals.....	7
2.2. Objectius específics	7
3. Metodologia	7
4. Marc teòric	8
4.1. Educació musical al context escolar	8
4.2. Educació emocional al context escolar.....	14
4.3. Relació entre música i emoció.....	17
5. Proposta didàctica	21
5.1. Introducció.....	21
5.2. Estructura i desenvolupament dels continguts i competències	22
5.3. Metodologia.....	24
5.4. Activitat 1	26
5.5. Activitat 2	29
5.6. Activitat 3	31
5.7. Activitat 4	33
5.8. Activitat 5	35
5.9. Activitat 6	37
5.10. Activitats finals	39
5.11. Avaluació	41
6. Conclusions	41
7. Referències bibliogràfiques	43
8. Disposicions legals	46
9. Annexes	47

10.1	Annex 1: Saps quina emoció soc?	47
10.2	Annex 2: Targetes emocions	49
10.3	Annex 3: Imatges de repàs de les emocions	50
10.4	Annex 4: Vídeos de l'emoció: ira.....	50
10.5	Annex 5: Imatges de l'emoció: sorpresa	51
10.6	Annex 6: Llistat de vídeos de l'emoció: sorpresa.....	52
10.7	Annex 7: Cançons per “Pintem emocions mentre escoltem música”	52
10.8	Annex 8: Rúbrica d'autoavaluació	53
10.9	Annex 9: Rúbrica d'avaluació dels companys	54
10.10	Annex 10: Rúbrica d'avaluació del docent.....	54

1. Introducció i justificació

A aquest Treball de Fi de Grau, a partir d'ara anomenat TFG, el que s'exposa és la importància de la música dins les aules i les emocions que aquesta pot arribar a fer sentir als infants. La música és una àrea contemplada al Currículum que no sempre compta de la importància que mereix, i, per molt que no ho sembli, és important per als infants, tant dins com fora de l'escola. He decidit fer la recerca i proposta didàctica del meu TFG sobre aquest tema, ja que com a futura docent, i també a l'àmbit personal, és un tema que em crida molt l'atenció, saber com, a través de la música, els infants poden treure les seves emocions i explotar-les; i també fer-los veure que totes són igual d'importants, que no hi ha emocions més vàlides que d'altres. Amb la realització d'aquest treball, tindrè l'oportunitat d'enriquir-me de noves eines i activitats que, a un futur, em seran molt útils per poder dur a terme a les classes de música.

Si analitzem que és la música i per a què serveix, podem destacar que:

“La música considerada art, ciència i llenguatge universal, és un mitjà d'expressió sense límits que arriba al més íntim de cada persona. Pot transmetre diferents estats d'ànim i emocions a través de símbols o imatges, tant de manera emocional com afectiva i intel·lectual.” (Lacárcel Moreno, J. 2003).

Per altra banda, si analitzem el que són les emocions, trobem que, segons Francesc Palmero (1998), “són esdeveniments intensos i breus, i es troben associades a esdeveniments concrets i immediats, per la qual cosa sí que contenen un considerable contingut cognitiu”. És cert, però, que és difícil trobar dues persones que, parlant de la mateixa emoció, utilitzin les mateixes paraules o termes. És com si tot el món sàpigues el que són les emocions, però pocs poguessin explicar-les.

Per això, al meu TFG, a part de la música, aquest és un tema de gran importància, i el que vull aconseguir amb la proposta didàctica plantejada és, per una part, que tant els alumnes com els docents, entenguin que les emocions no són res dolent, que totes són acceptables, i que no són res més que respostes del nostre cos cap a certs esdeveniments que succeeixen al nostre voltant o a nosaltres mateixos; respostes que cerquen la reacció del nostre cos, encara que algunes vegades puguin resultar una mica difícils o negatives, i el que han de fer és aprendre a acceptar-les totes, a no discriminar-les (cosa que va augmentant a mesura que van creixent). I, per altra banda, relacionar-les amb la música.

És aquí on neix la meua motivació per la temàtica d'aquest TFG sobre l'educació musical i emocional, ja que considero que les dues han de tenir un paper protagonista a l'educació dels infants d'avui en dia.

“En la música todos los sentimientos vuelven a su estado puro y el mundo no es sino música hecha realidad” - Arthur Schopenhauer.

2. Objectius

Els objectius els quals vull aconseguir amb aquest TFG, els podem trobar dividits en dos apartats: els objectius generals, i els específics.

2.1.Objectius generals

- Investigar sobre les emocions i l'educació emocional.
- Analitzar la música com a eina de desenvolupament de les emocions.
- Dissenyar una proposta didàctica.

2.2.Objectius específics

- Prendre consciència sobre la importància de la música dins les aules d'Educació Primària.
- Fomentar els beneficis de la música.
- Dissenyar una intervenció didàctica per tal de poder dur-la a terme en un futur.

3. Metodologia

Pel que fa a la metodologia, la trobem dividida en dos apartats diferents. En primer lloc, trobem la metodologia d'aquest TFG, que està basat en la recerca d'informació relacionada amb la música, emocions, educació emocional, els beneficis de la música, etc. i tot a través de fonts fiables, com per exemple: Google Acadèmic, Dialnet, etc. Per això, podríem dir que aquesta primera part és d'investigació i recerca.

En segon lloc, però, podem distingir una part de caràcter més pràctic i lúdic, on es planteja una proposta didàctica dividida en set sessions (amb avaluació i annexes inclosos) per poder aplicar a un centre d'Educació Primària, relacionada amb el tema del qual tracta aquest treball.

4. Marc teòric

Al llarg de tota la història, el sistema educatiu s'ha anat caracteritzant per tenir una educació tradicional, on es donava més importància a l'aspecte teòric, memorístic, mecànic i repetitiu. Per això, podem dir que la música no ha tengut mai el valor que se li hauria d'haver donat.

És gràcies a l'evolució de l'educació, dels nous mètodes d'aprenentatge que han anat sorgint i a la societat, que l'educació ha anat incorporant sistemes més dinàmics i pràctics per a treballar a les aules, estimulant d'aquesta manera la participació dels alumnes, fent que siguin ells els personatges del seu propi aprenentatge; passant així d'una educació tradicional a una més innovadora. També s'ha treballat i millorat amb la fonamentació de la creativitat, imaginació i autonomia dels infants, cosa que és molt important.

Com diu Cabrelles (2020):

A partir de començaments del segle XX, es van produir canvis en l'àmbit de l'educació musical i, durant diverses dècades, es van desenvolupar diferents mètodes per a avançar en la formació de l'alumnat en relació amb l'organització del coneixement i l'enriquiment perceptiu, expressiu i comunicatiu de la música.

Aquests canvis que comenta Cabrelles, són senzills de veure a simple vista si entrem a una aula d'una escola d'avui en dia: ara el docent passa a ser un guia per a l'aprenentatge dels infants, i aquest es realitza de manera més pràctica i significativa per a ells.

Bisquerra (2003) justifica que "L'educació emocional pretén donar resposta a un conjunt de necessitats socials que no queden prou ateses a l'educació formal". (p. 9); per tant, podem veure que queda clar que les necessitats socials dels alumnes, les quals a vegades no cobreix el currículum, s'han de cobrir per aconseguir el benestar i l'estabilitat emocional dels alumnes, i per a un bon clima dins l'aula.

4.1. Educació musical al context escolar

És gràcies a les Lleis Orgàniques d'Educació que hem anat tenint des de finals del segle XX i principis del segle XXI, que podem dir que l'educació que es presenta avui dia és més organitzada, estructurada i innovadora, si es compara amb anys enrere. A continuació he anomenat les diferents lleis que hem anat tenint, amb alguns trets importants de cada una d'elles:

- **LOGSE** (Llei Orgànica d'Ordenació General del Sistema Educatiu) 1990: l'educació era obligatòria fins als setze anys, quatre anys d'ESO, i el batxiller en durava dos; i les comunitats autònomes tenien autonomia per a poder gestionar els centres. Es va regular també l'educació especial, fent així adaptacions curriculars. La música va passar a tenir o ocupar un lloc més rellevant que el que havia tingut fins ara a les aules d'educació primària, juntament amb plàstica, formant així l'educació artística.
- **LOQE** (Llei Orgànica de Qualitat de l'Educació) 2002: no es va acabar duent a terme, ja que el 2006 el PSOE guanyà les eleccions i promulgaren una Llei nova.
- **LOE** (Llei Orgànica de l'Educació) 2006: va introduir canvis per reduir el fracàs escolar i millorar la qualitat educativa. Pel que fa a la música, al currículum apareix el nou terme de competències bàsiques explicant que cada àrea afavoreix a l'aprenentatge i desenvolupament de les noves competències. La inquietud per a ensenyar nous estils i gèneres musicals mitjançant l'audició o interpretació comença a créixer.
- **LOMQUE** (Llei Orgànica de Millora de la Qualitat Educativa) 2013: Ha estat una de les més polèmiques a Espanya, ja que: es van fer retallades a les beques, es recuperaren les proves externes d'avaluació i la revàlida, hi havia centres que separaven els alumnes per sexes, i, el fet més destacable, és que la música va passar a ser l'assignatura menys valorada ,arribant al punt que es va plantejar que fos una optativa i que fossin les comunitats autònomes qui ho decidissin. Va ser aquí on es varen començar a perdre hores per a poder impartir la música, i a ser una assignatura no obligatòria.
- **LOMLOE** (Llei Orgànica de Modificació de la LOE) 2021: l'organització de l'etapa d'educació primària es divideix en tres cicles de dos cursos, amb una avaluació al final de cada cicle. També modifica els objectius com: mobilitat, alimentació, principi pedagògics, etc. Hi ha 7 àrees, dues de les quals es poden desdoblar (CCNN i CCSS); i s'elimina la distinció entre àrees troncal i específiques. Es farà èmfasi en l'atenció individualitzada dels infants, per a evitar la repetició escolar; i si això succeeix, s'elaborarà un pla de reforç. La religió no està inclosa com a assignatura.

L'aprovació de la LOGSE, com s'ha comentat anteriorment, va marcar una diferència abismal i un gran avanç respecte a les lleis anteriors. Gràcies a això, la música ha arribat a tenir un lloc als centres educatius, i de millor manera que a èpoques anteriors. També ha canviat la manera d'ensenyar la música (la metodologia, els recursos didàctics, les noves tecnologies, etc.). Això té a veure la implantació de mestres especialitzats en música a les escoles.

A partir del segle XX, començà la preocupació a les escoles per l'educació musical, i es posà en manifest a través d'una sèrie de pedagogs, com Dalcroze, Orff, Kodaly, entre altres.

Segons Porcel (2010), explica a la seva revista les diferents maneres i metodologies que duïen a terme aquests pedagogs:

“Dalcroze es planteja l'educació musical a través de l'acció corporal. Willems ho fa a través de relacions psicològiques entre el ritme, la melodia, l'harmonia, l'ordre, etc. com a justificació de la música. Per a Kodaly, l'evolució musical ha de començar des de ben petits, i és imprescindible per contribuir al desenvolupament integral i de moltes capacitats dels infants. I Orff, ho basa en els valors de la música.”

Tots aquests elements que expliquen dits pedagogs, s'han d'aplicar a les escoles perquè estiguin sempre presents a la vida dels infants, tant de manera directa com indirecta.

Edgar Willems, (citada per Reynoso, 2009), des de 1989 va deixar clar que “el desenvolupament musical requereix una estimulació intencionada i cantant”. Afegeix que “s'aconsegueix practicant des de la infantesa cançons, instruments melòdics, instruments harmònics, així com el solfeig i, posteriorment, el cant”.

“L'evolució normal del desenvolupament musical depèn de la formació musical, i aquesta és essencial entre els 2 i els 10 anys. D'ella depèn el creixement de les aptituds, la riquesa de vocabulari, l'assimilació de la llengua musical més evolucionada, més moderna i un accés a formes d'expressió musicals”. (Zenatti, 1981; Mercé Villar, 2004).

“L'execució de la música, uneix coordinació, motricitat, audició, cognició, emoció, etc. tot des d'una mateixa sola acció. El cervell realitza moltes accions de manera integrada, utilitzant els dos hemisferis cerebrals” (Reynoso, 2009).

A la mateixa revista, Reynoso cita, com exemple, el que passa quan toquem un instrument:

- Para començar, el músic no sólo toca su instrumento, se posesiona de éste (Willems, 1989). Debe apropiarse de su objeto sonoro, no sólo con la vista,

sino también con tacto; el orden de las teclas o cuerdas se asocia al de los sonidos, a los nombres y a las notas. El instrumento se introyecta. En términos comunes, se podría decir que el instrumento pasa a ser una extensión del cuerpo del ejecutante.

- Al tocar, el músico toma conciencia de cada parte del cuerpo que pone en juego, en particular, las articulaciones, manos y dedos que deben de alcanzar las leyes naturales: nada de constricción. El artista no sólo “se mueve”; el oído rige sus movimientos desde tres puntos de vista: ritmo, sonido y tacto (Willems, 1989). Para lo cual requiere desarrollar coordinación, ser capaz de mover independientemente las manos, dedos y en algunos casos también los pies y la cabeza.
- Sus movimientos precisos requieren memoria y evocación. Inclusive las digitaciones simples comprenden memoria mecánica, asociaciones auditivas, lógica y memoria visual.
- El músico ejerce conciencia métrica; establece la noción de tempo, compás y la división del tiempo.
- Asimismo, forja “audición armónica y polifónica que le permitirá ocuparse de las notas dobles y acordes” (Willems, 1989). Esta misma audición será la que induzca la relativización de las escalas mayores, menores y cromáticas

És a dir, el músic posa en joc un nombre considerable de processos, entre els que es poden destacar l'audició, la memòria, el ritme, la concentració, expressió de sentiments, entre altres coses. Aquesta darrera és la capacitat més desenvolupada per la música, ja que involucra la connexió de sensacions. “La interpretació musical implica afegir components afectius, retenir-los, controlar-los i comunicar-los” (Reynoso, 2009).

No ens hem d'oblidar de destacar la poca importància que se li dóna avui en dia a les àrees artístiques dins les aules, afegint també les poques hores que se li dediquen. Dins l'àrea artística, el Currículum de les Illes Balears, en el decret 32/2014 estableix que:

Les manifestacions artístiques han estat sempre presents en la història de la humanitat, ens ajuden a comprendre-la. L'evolució de l'ésser humà i el desenvolupament artístic caminen de manera paral·lela. D'altra banda, el procés d'aprenentatge en l'ésser humà no pot estar allunyat del desenvolupament de les facetes artístiques, que li serveixen com un mitjà

d'expressió d'idees, pensaments i sentiments. L'ésser humà sempre ha emprat el llenguatge plàstic i el musical com a mitjà de comunicació i representació de vivències, inquietuds, pors... El treball artístic repercuteix en el desenvolupament de l'atenció, estimula la percepció, la memòria a curt i llarg termini, la imaginació i la creativitat, el sentit de l'ordre, la coordinació, la iniciativa, la participació, la coordinació i la comunicació necessàries per establir els fonaments de cada personalitat. (p. 1)

El currículum de les Illes Balears prioritza l'adquisició de competències verbals o matemàtiques per sobre la musical, atorgant entre 3 i 4 hores setmanals, mentre que l'educació artística només en té 2 (una per la musical i l'altra per la plàstica). L'educació musical i el seu impacte en el desenvolupament, donades les hores que se li destinen, dona clara evidència perquè tenim tan poc coneixement sobre el llenguatge musical.

Tal i com diu Casellas (2010),

“Existe cierto porcentaje del equipo educativo que todavía no reconoce el valor de las artes y les resulta más dificultosa la tarea de abordar la educación desde un punto de vista más creativo y libre frente a la forma más habitual de transmitir conocimientos”.

També afegeix que “es necesario seguir el camino abierto, redefinir el currículum y construir programas de música que sean interesantes, que profundicen en la práctica y composición musical y que utilicen las nuevas tecnologías” (p. 43)

És cert, però, que la música, tingui moltes o poques hores al Currículum o a les aules d'educació primària, aporta moltíssims de beneficis als infants. Com destaca Sarget (2003) al seu article, alguns d'aquests beneficis són:

- El cant és un mitjà excel·lent per a desenvolupar la capacitat lingüística dels nens.
- La pràctica instrumental promou el camp afectiu i de la cooperació, fomentant així la integració del grup.
- L'activitat rítmica viscuda a través dels estímuls sonors afavoreix el desenvolupament fisiològic i motriu, i també la memòria musical.
- L'educació musical actua com a relaxant/afavoreix la relaxació; i contribueix al desenvolupament de l'estètica i del bon gust.

Aquests foren definits al Congrés que es celebrà a Copenhaguen el 1958 on participaren Dalcroze, Ward, Martenot i Orff. Podem veure que són aspectes molt positius, ja que fomenten la capacitat lingüística, la memòria, la cohesió de grup, etc.

Són molts els beneficis que aporta la música per al desenvolupament dels infants, fet que fa que tingui una influència molt positiva durant tota la resta de la seva vida. Diferents estudis revelen que segons la intensitat del so, la reacció pot ser diferent: els sons més greus provoquen relaxació i els aguts, tensió. “Partimos de que la música es un lenguaje universal lleno de expresividad y por ello proporciona innumerables beneficios para el niño a todos los niveles” (Bernal y Calvo, 2000)

Ja per a finalitzar, podem veure com la música, des de sempre, ha estat definida per moltes persones diferents, i de diferents maneres. Segons la psicologia, la música pot desenvolupar i estimular diversos sentiments i emocions, a part de ser una font de plaer. La música és considerada part de la cultura; i la seva finalitat és cercar una experiència estètica de l'escolta per part de l'oient, expressar sentiments, idees o pensaments.

Si mirem la Real Acadèmia Espanyola (2001), defineix la música com “l'art de combinar els sons de la veu humana o dels instruments, o dels uns i els altres alhora, de manera que produeixin delit, commovent la sensibilitat, sigui alegre o tristament.”

Segons Schopenhauer, “la música ens revela l'essència íntima del món, a través dels ritmes, la saviesa més profunda, i ens parla en una llengua que la raó no compren”. Afegeix que “la música és la més metafísica de les arts, ja que, mentre les altres arts ens parlen d'ombres, la música ens parla del ser” (Arthur Schopenhauer, 1998, pg. 203)

Per altra banda, i extret de l'article d'Andrés Hernández, ens diu que: “la música és un total de forces disperses expressades a un procés sonor que inclou: l'instrument, l'instrumentista, el creador i la seva obra, per un mitjà propagador i un sistema receptor” (Debussy, citat per Hernández Andrés. 2013)

Émile Jacques Dalcroze (1856-1950), argumentava que la música “serveix com acostament entre grups de classe afavorint la integració, l'expressió, la col·laboració, la participació i el desenvolupament de la comunicació entre iguals”.

Com podem veure, i com s'ha comentat abans, al llarg de la història, la música ha estat definida amb moltes paraules diferents i per moltíssimes persones; i de segur que encara queden moltes definicions per escriure's. Totes depenen de la percepció que tingui la persona

que la redacta, és a dir, depèn de com aquella persona percebi la música. Personalment, la definició que més m'ha cridat l'atenció ha estat el que diu Shopenhauer, de què la música ens parla del ser.

Com diu Casas (2001), “la música aumenta la creatividad, mejora la autoestima del propio alumno, desarrolla habilidades sociales y mejora el desarrollo de habilidades motores perceptivas”. També afegeix que començar a practicar l'educació artística, en concret, la música a edats primerenques afavoreix l'adquisició d'elements que han d'estar ben presents dins l'educació, com la imaginació, la creativitat, l'expressió, etc.

4.2. Educació emocional al context escolar

Treballar les emocions dins l'àmbit escolar, personalment, penso que és una cosa important, ja que és allà on es comencen a produir relacions interpersonals entre éssers iguals a ells. És cert, però, que si no es té una formació emocional adequada, això pot derivar a un desenvolupament personal inadequat, a problemes d'adaptació d'autoestima o, inclús, a un baix rendiment acadèmic.

Tal i com diu Goleman (1996), “Comprender las emociones, saber qué hay detrás de ellas, por qué nos llevan a tener determinadas conductas es una muy buena forma de resolver de forma positiva los conflictos interpersonales y a mejorar la autoestima del alumnado”. Afegeix que “el escolarizar las emociones, ayudaría a los niños a desarrollar sus capacidades emocionales, dotándolos de recursos para afrontar la vida, podemos afrontar problemas ya existentes o incluso, prevenir posibles conductas que podrían derivar futuras conductas erróneas”.

L'educació tradicional s'ha centrat sempre en el procés el qual l'infant aprèn a conèixer el seu entorn i com això afecta el seu cervell; i aquest desenvolupament els permet conèixer conceptes com: nom, espai, llenguatge, etc. (és a dir, el desenvolupament cognitiu), deixant de banda el desenvolupament emocional dels infants.

Però, què són les emocions? Són fonamentals a les nostres vides? Les reconeixem? Ens ensenyen a fer-ho? El poeta Mario Benedetti digué: “Nos enseñaron desde niños cómo se forma el cuerpo, sus órganos, sus huesos, sus funciones, sus sitios, pero nunca supimos de qué estaba hecha el alma” (Benedetti, 1997).

Goleman (1995, p. 331) extreu la definició d'emoció de l'Oxford English Dictionary, i és la següent:

“Qualsevol agitació i trastorn del cervell, el sentiment, la passió, qualsevol estat mental vehement o excitat, i posteriorment aclareix que fa ús d'aquest terme per a referir-se a un sentiment i els seus pensaments característics, a estats psicològics i biològics i a una varietat de tendències a actuar”.

A més, afegim que la seva definició suggereix que les emocions es troben basades en els pensaments, i que poden ser expressades de diferents maneres. En definitiva, les emocions són estats afectius que tenen com a conseqüència l'acció de l'individu; i es caracteritzen per ser intenses i temporals. No és fàcil reconèixer, o que els alumnes reconeguin les seves emocions i, fins i tot, els hi pot ser difícil reconèixer-les, manejar-les i canviar-les. S'ha de tenir en compte, però, que la duració de les emocions negatives sol ser major que la de les positives (tal com ho indica la llei de la simetria hedònica).

Les emocions han de ser explicades, reconegudes, ensenyades (sobretot les dels infants, que són de les que parla aquest TFG), i per això parlem de l'educació emocional. Podríem dir que l'objectiu de la dita educació és el benestar de les persones, i en concret a aquest TFG, dels infants. Les repercussions d'aquesta als contextos educatius inclouen les relacions interpersonals, la disciplina, el clima de l'aula, el rendiment acadèmic, etc.

L'educació emocional, segons Carnicer, J. G., & Garrido, C. C. (2005), “pretén conèixer els fenòmens emocionals d'un mateix i dels altres, identificant-ne les emocions, millorant-ne el control, fomentant una actitud positiva davant la vida, potenciant l'automotivació, prevenint les emocions negatives i educant per al gaudi de la vida”.

Com diuen Fernández-Berrocal i Ruiz (2008), que són citats per Jiménez i López-Zafra (2009) (9. 68), “la societat ha sobrevalorat la intel·ligència de les persones, cosa que ha dut que a l'escola s'hagin prioritzat els aspectes intel·lectuals i acadèmics dels alumnes, deixant de banda els emocionals pensant que formaven part de l'àmbit privat”.

El terme d'intel·ligència a ser publicat per primera vegada als anys 90, però no fou fins al 1995 que Goleman va desenvolupar el terme:

“Necesitamos una nueva visión del estudio de la inteligencia humana más allá de los aspectos cognitivos e intelectuales que resalte la importancia del uso y gestión del mundo emocional y social para comprender el curso de la vida de las personas. Goleman afirma que existen habilidades más importantes que la inteligencia académica (p. 2)”

La intel·ligència emocional compren una infinitud de definicions; però cap d'elles es pot entendre sense parlar de les intel·ligències múltiples de Gardner (1998). Aquest, en proposà vuit, encara que les dues que més ens interessin amb el tema d'aquest TFG són les següents:

- La intel·ligència musical: capacitat de cantar, tocar instruments, recordar sons/melodies, reconèixer, discriminar i expressar formes musicals; i són els cantants, compositors, músics, etc. qui la posseeixen.
- La intel·ligència intrapersonal: a les persones que la posseeixen els permet ser capaços d'entendre's a ells mateixos, i d'explorar quins són els seus punts forts i febles.

És, deixant de banda la musical, amb la intrapersonal amb la qual es pot relacionar més, ja que aquesta s'ocupa dels aspectes interns com: la mateixa vida emocional, la capacitat d'avaluar i de discriminar les emocions, tenir l'habilitat de recórrer a les emocions com a medi per poder dirigir la conducta pròpia, etc. i també ens permeten distingir el nostre estat d'ànim.

Un altre autor a destacar que parla també de les emocions és Piaget. Tal com cita Del Valle López (1998), " La interacción entre la emoción y los procesos mentales es imbricada. Piaget dice que las emociones actúan como influencias continuas en el proceso de desarrollo, en las atribuciones de éxito o fracaso, en la percepción selectiva, en las funciones del pensamiento ... sentimientos de éxito o fracaso que facilitan o inhiben el aprendizaje ... "La afectividad influye en la actividad perceptual. Sus elecciones están inspiradas por sus diferentes intereses" (Piaget, 1981). La afectividad y los intereses son inseparables."

Tal com diu Lazarus (1991), la maduresa emocional ha d'englobar tres tipus de coneixements bàsics que s'han de dur a terme en tot procés emocional:

1. Identificació dels senyals socials.
2. Conèixer les regles d'expressió i sentit que es poden produir.
3. Control de les emocions.

Per a Goleman (1995), existeixen sis emocions bàsiques, que són: la felicitat, la tristesa, la ira, la sorpresa, la por i el disgust; encara que les reaccions emocionals poden contenir elements combinats alguna de les emocions dites anteriorment. Algunes són considerades positives, com la felicitat o la sorpresa, però n'hi ha d'altres que indiquen perill, pèrdua, culpa, etc. Sense cap dubte, la més estimada o anhelada per a les persones és la felicitat.

Per a finalitzar, cal dir que l'educació emocional ha de ser considerada al llarg de tot el cicle vital dels alumnes, ja que durant tota la vida es van generant conflictes que afecten l'estat emocional de les persones i, fins i tot, poden arribar a requerir una atenció psicològica. Els infants necessiten que se'ls hi proporcionin recursos i estratègies per a poder fer front amb les seves experiències emocionals que la vida els hi ofereix; i la música pot arribar a ser un d'aquests recursos.

4.3. Relació entre música i emoció

L'adquisició de les diferents competències emocionals arribarà a ser possible gràcies a una bona i significativa educació emocional, que Bisquerra (2003, p. 27). Defineix com “un procés educatiu continu i permanent, que pretén potenciar el desenvolupament de les competències emocionals com a element essencial del desenvolupament de la persona; i tot això té la finalitat d'augmentar el benestar social i personal”.

Però, què són les competències emocionals? “Són el conjunt de coneixements, capacitats, habilitats, i actituds necessàries per comprendre, expressar i regular de forma apropiada els fenòmens emocionals”. (Bisquerra, 2003, p. 21)

L'educació emocional és una de les eines més potents per a poder millorar dites competències emocionals. Una de les feines que tenen els docents, i també els de música, és fer veure i entendre que l'educació musical no és només aprenentatge per a la música en si mateixa, sinó que vagui més enllà i sigui aprofitada per a oferir una formació a través de la música per a les persones. Així, l'alumne aprendrà a utilitzar la música com un recurs per millorar les seves emocions, la sensibilitat, les relacions, l'empatia, etc.; fet que farà augmentar el seu benestar personal i també social, que és un dels propòsits que té l'educació emocional.

Lacárcel (2003, p. 221) deia que “la música ens ajuda en el nostre desenvolupament emocional, proporcionant l'equilibri necessari per aconseguir un nivell adequat de felicitat”.

Díaz (2018, p. 60) afirma que:

“La música y las emociones han estado irremediabilmente ligadas a lo largo de la historia. Ha habido cambios, rupturas, luchas y fusiones, pero la emoción musical ha estado siempre presente; las emociones son la sombra de toda manifestación sonora, tanto en el pasado como en el presente”.

Podem veure que hi ha una gran connexió entre l'educació musical i l'emocional. La música és una disciplina que afavoreix el desenvolupament i que ens permet treballar l'educació emocional. Com diu Salvador Oriola i Josep Gustems (2015):

“L'alumne, a part d'aprendre aspectes musicals, també ha d'aprendre a utilitzar la música com a recurs per a millorar les seves emocions o estats emocionals, la seva sensibilitat, les relacions interpersonals o l'empatia, cosa que farà que millori el seu benestar personal, individual i socials” (p3).

Un moment clau per a treballar les emocions i la música de manera combinada, és l'etapa educativa. Es pretén utilitzar la música per a treballar aquests tipus de processos, ja que aquesta és una bona eina per a desenvolupar i profunditzar l'educació emocional i arribar al benefici de l'alumne, tant de manera cognitiva com emocional. És una molt bona manera perquè els infants augmentin la seva sensibilitat i el seu gust musical.

Al context escolar s'ha d'ensenyar als infants a poder conèixer i a saber interpretar les emocions que se'ls generen a l'hora d'escoltar una determinada peça musical. Una vegada sàpiguen fer-ho, es trobarà amb un augment de la sensibilitat de les emocions dels infants a l'hora de sentir, conèixer i interpretar les emocions de la millor forma possible mentre escolten peces musicals.

La influència que té la música per sobre de l'estat anímic i del comportament de la persona, és una qüestió que comporta una llarga tradició. És a partir del 1990 quan les investigacions centrades en aquest tema es comencen a dur a terme de forma més sistemàtica.

Tal com diuen Muñoz, E. Á. C., & Mas, A. C. (2016):

“Hoy en día existen numerosos estudios que respaldan la idea de que la música induce emociones en el ser humano (BLOOD & ZATORRE, 2001; GABRIELSSON, 2002; KOELSCH, 2010, 2015; SLOBODA & JUSLIN, 2010; STORR, 2002). La mayoría de ellos demuestran cómo, ante un estímulo musical, se activan áreas del cerebro correspondientes a la euforia y/o al placer (BLOOD & ZATORRE, 2001). Esta estimulación cerebral va acompañada de una serie de reacciones físicas, entre las que destacan cambios en la presión sanguínea, cambios en el ritmo cardíaco y respiratorio, y respuesta galvánica de la piel (BLOOD & ZATORRE, 2001; GUSTEMS, 2001)”.

La psicologia, des de sempre, ha intentat donar resposta a la pregunta de quins són els elements musicals que produeixen una emoció a les persones.

“Uno de los autores que más destacó en este campo fue Meyer, quien en su libro *Emotion and Meaning in Music* (1956), expresó la dificultad de saber con exactitud cuál es el estímulo musical que provoca la emoción en el oyente”. (Muñoz, E. Á. C., & Mas, A. C. (2016)).

Juslin (2005) argumenta que:

“La respuesta emocional debe de ser producida por los elementos constantes que se dan dentro de la obra, tales como el tempo, la dinámica, los modos de ataque, la textura y un largo etcétera. En la actualidad, y en consonancia con la teoría de los afectos de la época barroca, la mayoría de los autores coinciden en una visión formalista de la expresión musical en la que tanto el compositor como el intérprete recurren a ciertos elementos musicales para producir en el oyente la emoción que pretenden (JIMÉNEZ, 2014; JUSLIN, 2003; MEYER, 1956; JUSLIN & TIMMERS, 2010)”.

La relació que s'estableix entre un estímul i la resposta emocional a aquest estímul no és fàcil d'analitzar; de fet, pot provocar respostes emocionals complexes, així com ho és el mecanisme per mesurar l'emoció induïda per la persona. Aquests factors provoquen que el comportament o resposta psicològica davant un mateix estímul siguin diferents.

“Otro potencial de la música incluye el despertar de emociones dolorosas que fueron reprimidas en algún momento y retenidas en el inconsciente, haciéndolas conscientes y permitiendo su curación a través de la expresión de las mismas” (MEYER, 1956).

Goleman (1996) afirma que “la expresión artística puede despejar el camino para que los niños hablen de los terribles momentos vividos de un modo que sería imposible por otros medios” (p. 323).

Que la música té un efecte sobre nosaltres és una cosa que se sap des de fa temps. Els estils musicals actuals poden provocar dins nosaltres diferents sensacions:

- La música com el rock, el pop, el rap o la salsa poden arribar a provocar emocions intenses, respostes instintives capaces de fer arribar a estats d'excitació i atenció.
 - En el cas del pop, això és el que fa que la gent es motivi per a fer exercici.
- La música clàssica, el jazz i soul produeixen un efecte sedant, i estimulen la segregació d'oxitocina (hormona de l'amor). Això fa que les persones tornin una mica

més sensibles; i aquests ritmes també són útils per la inspiració i motivació a l'hora de dur a terme activitats.

Pel que fa als beneficis psicològics de la música, són els següents:

- Redueix l'estrès i l'ansietat.
- Activa els circuits cerebrals de recompensa.
- Pot canviar l'estat d'ànim, depenent si té efectes sedants o estimulants.
- Estimula la memòria, la creativitat, la competència lingüística, la capacitat per a concentrar-se i la imaginació.
- Millora l'eficàcia a l'hora de fer feina.
- Permet crear vincles i comunicar-se de manera universal entre persones que no parlen el mateix idioma.

Estrada-vidal i Epelde-Larrañaga (2020) arriben a la conclusió de què:

“Las piezas musicales tienen el objetivo de transmitir ideas, emociones y sentimientos. Asimismo, al incrementar la sensibilidad del alumno y su capacidad de reconocimiento y gestión de las emociones se genera un clima de aula estimulante en donde el respeto por las emociones propias y ajenas es la base de la educación”.

Gómez y Gallego (2010) adverteixen que:

“Para cumplir el propósito de educar las emociones a partir de la música es necesario tener en cuenta los elementos constitutivos de esta. El ritmo, la melodía, la armonía y el timbre ocuparán un plano muy importante si se quiere llegar al alumnado. Además, justifican mediante ejemplo que dependiendo de la cultura se le otorgará mayor importancia al ritmo o a la melodía, a esta última en el caso de las culturas orientales.”

Resultats de la invstigació que va dur a terme Rodríguez-Quiles (2003):

“Refuerzan los grandes beneficios de la Educación Musical con respecto a las emociones. Por un lado, contribuye al desarrollo de la inteligencia ya que la música puede estimular de manera positiva la inteligencia de aquellos alumnos menos desarrollados cognitivamente, un gran desarrollo de la creatividad y un refugio emocional para el alumnado puesto que le ofrece identificar, registrar y canalizar sus problemas a través y con ella”.

Estrada-Vidal et al., (2020) consideren que “el análisis e identificación de las emociones generadas a partir de la música es una herramienta muy útil y motivante para los alumnos de la etapa de Educación Primaria”.

Rivera (2016), afegeix que, des de la seva experiència, la música:

“ayuda a establecer lazos entre las personas, favorece la adquisición y desarrollo del lenguaje, ayuda a relajarnos, contribuye a mejorar el estado de ánimo, potencia la memorización, estimula el aprendizaje, la creatividad y la imaginación, mejora la concentración, favorece la expresión corporal y el desarrollo motor y favorece la comunicación”.

És evident que la música és una gran eina per treballar amb l'alumnat, ja que és un medi atractiu, motivant i educatiu. És per això, que els docents han de ser conscients de la gran importància que tenen dins aquest procés. Tal com s'ha explicat i exposat fins ara, la música i les emocions estan interrelacionades entre elles, i que, per tant, es poden treballar de manera conjunta, fomentant l'educació emocional i musical.

5. Proposta didàctica

5.1. Introducció

Aquesta proposta didàctica està pensada per dur-se a terme a l'aula de música, amb els alumnes de segon de primària, encara que pot ser adaptada a altres cursos augmentant o disminuint la seva dificultat, ja que les emocions són un aspecte molt important que s'ha de treballar des de petits, i la música és un bon recurs per a dur-ho a terme a les escoles.

A la següent proposta hi podem trobar un seguit d'activitats on es treballa, a partir de la música, l'educació emocional. Tal com he esmentat anteriorment, per a Goleman (1995) existeixen sis emocions bàsiques: felicitat, tristesa, ira, sorpresa, por i disgust. Aquestes emocions, són les que es treballen a la proposta didàctica següent (el disgust és l'única emoció que no es treballa). La finalitat de la proposta esmentada és aconseguir que els infants siguin capaços de desenvolupar la competència emocional i puguin aprendre a expressar i identificar les seves emocions.

5.2.Estructura i desenvolupament dels continguts i competències

La proposta didàctica que desenvoluparé al següent apartat va dirigida als alumnes de 1r cicle d'Educació Primària (concretament a 2n); tot i que podria dur-se a terme al segon cicle fent les adaptacions necessàries i modificant el nivell.

Segons el Decret 32/2014 de 18 de Juliol pel qual s'estableix el currículum d'educació primària a les Illes Balears, podem veure com els continguts estan dividits en tres blocs:

Bloc 1: Escolta

Bloc 2: interpretació musical

Bloc 3: la música, el moviment i la dansa.

A continuació, podem trobar els continguts que es treballen a la següent proposta didàctica dividits entre els tres blocs esmentats anteriorment:

BLOC 1: ESCOLTA

- Reconeixement d'instruments.
- Curiositat per descobrir, gaudir i comentar audicions musicals breus, de diferents estils i cultures.
- Actitud atenta i silenciosa i respecte per les normes de comportament durant l'audició musical.
- Respecte i valoració de les pròpies produccions musicals i de les dels altres.

BLOC 2: INTERPRETACIÓ MUSICAL

- Assumpció de responsabilitats en la interpretació individual i en grup i respecte per les aportacions pròpies i les dels altres.
- Coneixement i interpretació de cançons.

BLOC 3: LA MÚSICA, EL MOVIMENT I LA DANSA

- Utilització de la veu, la percussió corporal i els instruments com a recursos per acompanyar cançons.
- Improvisació vocal o instrumental en resposta a estímuls musicals.

- Elaboració de produccions musicals senzilles a partir de la imaginació, les experiències, la realitat, les idees i les emocions.
- Interpretació, individual o col·lectiva de cançons.

Les competències que es treballaran són les següents:

- **Competència en consciència i expressions culturals:** ajuda als alumnes a iniciar-se en la percepció i la comprensió del món que els envolta, i ampliar les seves possibilitats d'expressió i comunicació amb els altres. La possibilitat de representar una idea de manera personal, valent-se dels recursos que els llenguatges artístics proporcionen, promou la iniciativa, la imaginació i la creativitat.
- **Competència de sentit d'iniciativa i esperit emprenedor:** s'hi contribueix mitjançant l'exploració, la revisió del que s'ha fet i la flexibilitat davant diferents respostes. Els permet actuar amb autonomia, posar en marxa iniciatives, preveure diferents possibilitats i solucions diverses.
- **Competència social i cívica:** s'hi contribueix exigint cooperació, assumpció de responsabilitats, seguiment d'instruccions, cura i conservació d'instruments, aplicació de tècniques concretes i utilització d'espais de manera apropiada.
- **Competència d'aprendre a aprendre:** s'hi contribueix en la mesura en la qual s'afavoreix la reflexió sobre la manipulació d'objectes i experimentació amb materials i sons.
- **Competència lingüística:** s'hi contribueix amb la riquesa dels intercanvis comunicatius i l'aplicació dels processos que es desenvolupen.
- **Competència digital:** l'ús de les tecnologies de la informació com a eina per mostrar els processos relacionats amb la música. També és útil per ampliar els coneixements i crear situacions creatives i motivadores.

5.3. Metodologia

La metodologia que s'utilitza a la proposta didàctica és majoritàriament activa i interactiva, apte de potenciar les experiències emocionals de cada un a través de la música. Les activitats es duran a terme tant de manera individual com grupal (gran grup/grup classe o grups cooperatius), tenint com a base els coneixements dels alumnes i el seu ritme d'aprenentatge individual; i l'aprenentatge tindrà com a finalitat el desenvolupament de les seves capacitats. La docent serà una guia durant aquest procés, i l'alumne el protagonista del seu aprenentatge.

El format en el qual es presenten les diferents activitats és a partir d'una graella, per a un més fàcil accés a elles. Aquesta està dividida en diferents apartats, en concret, vuit apartats, que pretenen facilitar l'explicació i la lectura de cada una. Cada sessió conté la informació necessària per a la seva realització, que pot arribar a ser una mica coincident amb alguna altra.

Els apartats són els següents:

- Temporalització
 - A aquest apartat es presenta la duració de l'activitat (totes les activitats tenen la mateixa durada, una sessió de 55 minuts (menys la darrera que per a poder realitzar-la es necessiten dues sessions).
- Objectius
 - Els objectius que es volen assolir amb l'activitat que es planteja.
- Continguts
 - Els continguts que es treballen amb la dita activitat.
- Metodologia
 - Aquí s'explica si l'activitat es du a terme en grups cooperatius, de manera individual, en parelles, etc.
- Recursos materials
 - Els materials que es necessiten per a poder dur a terme l'activitat. També hi podem trobar els enllaços als annexes pertinents.
- Descripció de l'activitat
 - Aquí es descriu, pas per pas, l'activitat, també amb els enllaços als annexes que s'hagin d'utilitzar per a la seva realització
- Observacions
 - A la majoria de les activitats, hi ha algunes observacions anotades a aquest apartat.

- Font de l'activitat
 - o Aquí es troba detallada la font de la activitat (creació pròpia o extreta d'internet), de les imatges utilitzades, etc.

El fil conductor de les sessions, com ja he comentat anteriorment, són les diferents emocions relacionades amb la música (tant cançons, com vídeos, com ritmes, etc.); i, a partir d'elles, es presenten una sèrie d'activitats per a treballar-les. La dinàmica a seguir serà sempre la mateixa: per començar les sessions i saber que ens toca treballar a aquella sessió, la docent ho farà d'una manera una mica més interactiva, amb un joc que es diu "saps quina emoció soc?". Tindrà una capsa (tipus de sabates) amb un forat a dalt, on es podrà ficar la mà. A dins, hi haurà una endevinalla de cada una de les emocions que es treballaran a aquesta proposta (és a dir, en total, unes 5 imatges ([Annex 1](#))). A cada principi de sessió, la mestra (o un alumne que ella triï) ficaran la mà a dintre de la capsa i agafaran una de les endevinalles que hi ha, i la llegirà. Els alumnes debatran entre ells fins a tenir la resposta de l'emoció que creuen, i serà la que es treballarà aquell dia (si no arriben a un consens, la docent ensenyarà el dibuix que hi ha a cada una de les endevinalles, perquè sigui més fàcil). La sessió 1 (què són les emocions?), i les sessions 8 i 9 (pintem emocions mentre escoltem música) es faran seguint l'ordre aquí escrit, ja que són introductòries del que posteriorment es treballarà, i és necessari que siguin les primeres que es facin).

La majoria de les cançons que he escollit per a treballar les diferents emocions, són de pel·lícules de dibuixos de Disney, perquè són cançons que segur que alguna vegada han escoltat, sigui mirant la pel·lícula o per la televisió, així serà més fàcil i ràpida la seva familiarització amb ella.

Tot seguit adjunto una taula amb les sessions que es duran a terme, la temàtica o el títol de cada una i la temporalització, però com he comentat abans, és orientativa, ja que serà el mateix dia de la sessió que es sabrà quina emoció es treballa (cada activitat està explicada de manera més detallada a partir del [punt 5.4](#) al [punt 5.10](#)):

ACTIVITATS	TEMÀTICA	TEMPORALITZACIÓ
Activitat 1	Què són les emocions?	55 min
Activitat 2	La felicitat	55 min

Activitat 3	La tristesa	55 min
Activitat 4	La ira	55 min
Activitat 5	La sorpresa	55 min
Activitat 6	La por	55 min
Activitat final (7 i 8)	Pintem emocions mentre escoltem música	55 min cada sessió

5.4. Activitat 1

ACTIVITAT 1: QUÈ SÓN LES EMOCIONS?	
Temporalització:	55 min
Objectius:	<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer i treballar les emocions. - Participar i gaudir de totes les activitats. - Respectar les intervencions dels companys.
Continguts	<p>Bloc 1: <u>Escolta</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconeixement d'instruments. - Curiositat per descobrir, gaudir i comentar audicions musicals breus, de diferents estils i cultures. - Actitud atenta i silenciosa i respecte per les normes de comportament durant l'audició musical. - Respecte i valoració de les pròpies produccions musicals i de les dels altres. <p>Bloc 2: <u>Interpretació musical</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Assumpció de responsabilitats en la interpretació individual i en grup i respecte per les aportacions pròpies i les dels altres. - Coneixement i interpretació de cançons. <p>Bloc 3: <u>La música, el moviment i la dansa</u></p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Utilització de la veu, la percussió corporal i els instruments com a recursos per acompanyar cançons. - Improvisació vocal o instrumental en resposta a estímuls musicals. - Elaboració de produccions musicals senzilles a partir de la imaginació, les experiències, la realitat, les idees i les emocions. - Interpretació, individual o col·lectiva de cançons.
Competències	<ul style="list-style-type: none"> - Competència en consciència i expressions culturals. - Competència de sentit d'iniciativa i esperit emprenedor. - Competència social i cívica. - Competència d'aprendre a aprendre. - Competència lingüística. - Competència digital.
Metodologia:	Grup-classe i grups cooperatius.
Recursos materials:	Pissarra digital, altaveus, vídeo , cançó , targetes de colors (Annex 2), instruments (una caixa xinesa, un xilòfon, un pandero i un triangle).
Descripció de l'activitat:	<p>La primera sessió consistirà a explicar el que són les emocions, i per això, es farà una activitat introductòria perquè els infants les vaguin assimilant. Aquesta, estarà dividida en dues parts:</p> <p>La primera és la presentació de les cinc emocions: felicitat, tristesa, ira, sorpresa, i por. Perquè sigui més ràpida i dinàmica la familiarització amb les emocions, la docent posarà el següent vídeo (de la pel·lícula <i>Del Revés</i>, de Disney)</p> <p>Seguidament, s'associarà cada emoció amb un color diferent, perquè sigui més fàcil poder treballar amb elles.</p> <p>La targeta de la felicitat serà de color verd; la de la tristesa, taronja; la de la ira, de color vermell; la targeta de la sorpresa, de color groc; i la de la por, de color blau. (són colors fixats només per la facilitat a l'hora de treballar, no es pretén que associïn durant tota la vida aquests colors amb les emocions).</p> <p>La segona part consisteix amb la realització de l'activitat, on la docent posarà a la pissarra digital una cançó, i els infants tindran</p>

	<p>unes targetes amb els colors de les emocions. (Annex 2)</p> <p>A la pissarra digital sonarà una cançó i, l'objectiu és que els infants escoltin i sentin els diferents ritmes que hi ha a la cançó; identificant així també les diferents emocions que els hi pot arribar a transmetre, i a quina situació quotidiana ho poden relacionar. També, hauran d'ordenar les targetes segons l'emoció que sentin a cada moment (tindran tres targetes de cada emoció, per si alguna es repeteix). Una vegada acabada l'escolta de la cançó, es posaran en grups cooperatius i explicaran a la resta de companys la seva representació i com han anat col·locant les targetes; i faran una petita reflexió en grup, comentant a quines situacions poden sentir també aquestes emocions, treballant així l'educació emocional.</p> <p>Per finalitzar aquesta primera sessió, la mestra repartirà quatre instruments a cada grup (una caixa xinesa, un xilòfon, un pandero i un triangle) i els hi adjudicarà a l'atzar un ordre de com han de col·locar les targetes de colors que tenen, i amb l'ordre esmentat, hauran de fer una petita composició musical representant la seva expressió o sentiment de cada emoció.</p> <p>Per que els infants tornin a la calma després d'haver utilitzat instruments, la docent aprofitarà per ensenyar-los la capsa de les emocions i les endevinalles que començaran a utilitzar a la propera sessió.</p>
Observacions:	<ul style="list-style-type: none"> - Les emocions que es treballaran s'han escollit a partir de Goleman (1995), on diu que per ell existeixen sis emocions bàsiques, que són: la felicitat, la tristesa, la ira, la sorpresa, la por i el disgust (aquesta darrera no es treballarà com a tal).
Font de l'activitat	<p><u>Activitats</u>: creació pròpia.</p> <p><u>Activitat de la capsa de les emocions</u>: idea extreta d'una activitat que hi havia a la meua aula durant la realització del Pràcticum I.</p> <p><u>Imatges de l'annex 2</u>: extretes del blog educatiu Didactilam (de manera més concreta, del recurs gratuït descarregable anomenat</p>

	“intel·ligència emocional”.
--	-----------------------------

5.5. Activitat 2

ACTIVITAT 2: <u>LA FELICITAT</u>	
Temporalització:	55 min
Objectius:	<ul style="list-style-type: none"> - Participar i gaudir de totes les activitats. - Respectar les intervencions dels companys. - Desenvolupar la imaginació i la creativitat.
Continguts	<p>Bloc 1: <u>Escolta</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Curiositat per descobrir, gaudir i comentar audicions musicals breus, de diferents estils i cultures. - Actitud atenta i silenciosa i respecte per les normes de comportament durant l’audició musical. - Respecte i valoració de les pròpies produccions musicals i de les dels altres. <p>Bloc 2: <u>Interpretació musical</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Assumpció de responsabilitats en la interpretació individual i en grup i respecte per les aportacions pròpies i les dels altres. - Coneixement i interpretació de cançons. <p>Bloc 3: <u>La música, el moviment i la dansa</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilització de la veu, la percussió corporal i els instruments com a recursos per acompanyar cançons. - Improvisació vocal o instrumental en resposta a estímuls musicals. - Elaboració de produccions musicals senzilles a partir de la imaginació, les experiències, la realitat, les idees i les emocions. - Interpretació, individual o col·lectiva de cançons.
Competències	<ul style="list-style-type: none"> - Competència en consciència i expressions culturals.

	<ul style="list-style-type: none"> - Competència de sentit d'iniciativa i esperit emprenedor. - Competència social i cívica. - Competència d'aprendre a aprendre. - Competència lingüística. - Competència digital.
Metodologia:	Grup classe, grups cooperatius.
Recursos materials:	Pissarra digital, altaveus, Annex 3 , cançó .
Descripció de l'activitat:	<p>La primera emoció que es podria treballar és la felicitat, i la sessió es dividirà en dues parts:</p> <p>Per a començar la sessió, la docent recordarà les emocions que es treballaren el primer dia, i per a fer-ho, es jugarà a un joc, anomenat “la capsa de les emocions”. La docent, dins una capsa de sabates, haurà posat diferents imatges (una de cada una de les emocions que es treballen (Annex 3)), i les anirà treient una a una, demanant als alumnes quina emoció creu que transmet i per què.</p> <p>La segona part de la sessió serà escoltar una cançó (de la pel·lícula <i>La Sirenetta</i>) que la mestra haurà escollit, i quan acabi, tots alhora hauran d'aixecar la targeta del color de l'emoció que creuen que transmet aquesta cançó, que és alegria i felicitat. La docent la posarà una segona vegada i tots es posaran drets i es mouran i ballaran de manera lliure, seguint el ritme de la música.</p> <p>Per a finalitzar la sessió, la docent els proposarà un repte: hauran, per grups cooperatius, de crear una cançó. És a dir, amb la melodia de la cançó que hauran escoltat, hauran de canviar la lletra i posar-hi les paraules que representin el que ells sentin a n'aquell moment, expressant el que han sentit escoltant la cançó. És una activitat que els permet explorar la seva creativitat, i tenen l'obligació d'expressar el que senten, les seves emocions.</p>
Observacions:	<ul style="list-style-type: none"> - La felicitat o alegria és un dels sentiments o emocions que sol ser protagonista a la nostra vida, o el que més ens agradaria, i per això penso que serà una de les emocions més fàcils de tractar. És clar que sempre hi pot haver qualche

	infant que no senti dita emoció, i per això se li explicarà que la felicitat es transmet a partir de coses alegres, com aquesta cançó.
Font de l'activitat	<u>Activitats</u> : creació pròpia. <u>Imatges de l'annex 3</u> : extretes del blog educatiu Didactilam (de manera més concreta, del recurs gratuït descarregable anomenat “intel·ligència emocional”).

5.6. Activitat 3

ACTIVITAT 3: <u>LA TRISTESA</u>	
Temporalització:	55 min
Objectius:	<ul style="list-style-type: none"> - Participar i gaudir de totes les activitats. - Respectar les intervencions dels companys. - Desenvolupar la imaginació i la creativitat. - Experimentar les emocions comunicatives i les expressives. - Fomentar l'autonomia i la seguretat en ell mateix.
Continguts	<p>Bloc 1: <u>Escolta</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Curiositat per descobrir, gaudir i comentar audicions musicals breus, de diferents estils i cultures. - Actitud atenta i silenciosa i respecte per les normes de comportament durant l'audició musical. <p>Bloc 2: <u>Interpretació musical</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Assumpció de responsabilitats en la interpretació individual i en grup i respecte per les aportacions pròpies i les dels altres. - Coneixement i interpretació de cançons. <p>Bloc 3: <u>La música, el moviment i la dansa</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Interpretació, individual o col·lectiva de cançons.
Competències	<ul style="list-style-type: none"> - Competència en consciència i expressions culturals.

	<ul style="list-style-type: none"> - Competència de sentit d'iniciativa i esperit emprenedor. - Competència social i cívica. - Competència d'aprendre a aprendre. - Competència lingüística. - Competència digital.
Metodologia:	Grup-classe, grups cooperatius.
Recursos materials:	Pissarra digital, altaveus, vídeo .
Descripció de l'activitat:	<p>La segona emoció que es proposa treballar és la tristesa, amb l'objectiu d'ensenyar o fer veure als infants que la música ens pot ajudar als moments que ens sentim tristos; és a dir, treballar la tristesa com alguna cosa natural i quotidiana.</p> <p>Per dur a terme aquesta activitat, els alumnes no sabran quina emoció es tractarà, sinó que la docent posarà un vídeo (un fragment de la pel·lícula <i>Coco</i>) i ells l'hauran de mirar i escoltar en silenci, sense comentar res. En acabar el vídeo, es debatrà quina pel·lícula era i quina emoció els transmet el fragment de vídeo i la cançó que es canta; i es parlarà de situacions on ells s'han sentit tristos, i que han fet per a poder sentir-se millor. Aquí serà on es donarà peu o importància de què la tristesa o estar trists no és res dolent, i que sempre hi ha coses que ens ajuden a estar millor.</p> <p>Després d'haver comentat això, es farà una activitat més dinàmica, per animar-los una mica. La docent els dividirà en 4 grups de manera aleatòria, i cada un haurà de preparar una dramatització musical, és a dir, un petit teatre. La temàtica és lliure, però han d'interioritzar sí o sí dins la seva obra dues coses: la primera és que ha d'ocórrer un fet que tingui una emoció trista, on ells sentin que el que estan representant els hi fa sentir tristesa (que és l'emoció que s'està tractant a dita sessió); i la segona és que hi hagi una (o les que ells escullin) cançó/cançons que sonin mentre es du a terme la representació, i que tinguin a veure amb el que ocorre.</p>
Observacions:	<ul style="list-style-type: none"> - Aquesta és la primera emoció en la qual pot sortir qualche imprevist: un alumne pot no estar d'acord en el fet que l'escena de tristesa que els seus companys representen, a

	<p>ell pot no produir-li tristesa. Per això, se li demanarà quina emoció en concret sent, i es parlarà amb ell de què (per exemple, si l'escena tracta d'un animal que és ferit) se'l farà veure que això és un fet trist, no pas alegre. En definitiva, no es menysprearà la seva resposta, ja que totes les emocions són igual de vàlides, però sí que se'l farà veure que potser també transmet una altra emoció que no és la que ell diu.</p>
Font de l'activitat	<u>Activitats</u> : creació pròpia

5.7. Activitat 4

ACTIVITAT 4: <u>LA IRA</u>	
Temporalització:	55 min
Objectius:	<ul style="list-style-type: none"> - Participar i gaudir de totes les activitats. - Respectar les intervencions dels companys. - Reconèixer diferents estils musicals
Continguts	<p>Bloc 1: <u>Escolta</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Curiositat per descobrir, gaudir i comentar audicions musicals breus, de diferents estils i cultures. - Actitud atenta i silenciosa i respecte per les normes de comportament durant l'audició musical. <p>Bloc 2: <u>Interpretació musical</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Coneixement i interpretació de cançons. <p>Bloc 3: <u>La música, el moviment i la dansa</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Interpretació, individual o col·lectiva de cançons.
Competències	<ul style="list-style-type: none"> - Competència en consciència i expressions culturals. - Competència de sentit d'iniciativa i esperit emprenedor. - Competència social i cívica. - Competència d'aprendre a aprendre. - Competència lingüística. - Competència digital.

Metodologia:	Grup-classe, individual.
Recursos materials:	Pissarra digital, altaveus, vídeos (Annex 4), cançó , globus, pals de fusta.
Descripció de l'activitat:	<p>La docent, per a començar aquesta sessió, asseurà a tots els infants a terra, formant una rotllana. Els demanarà si saben que és la ira o l'enfado, i quan és que s'han sentit així. Després de la mica de conversa entre els alumnes, els posarà un seguit de vídeos (Annex 4) (extrets de les pel·lícules de Disney), i es comentarà perquè els personatges s'han enfadat o perquè hi estan.</p> <p>La docent també introduirà que la ira no sempre és la resposta correcta als problemes, i es debatrà quina seria la millor resposta o desenvolupament dels fets que s'han vist als vídeos que s'han vist prèviament.</p> <p>Després de veure els vídeos i parlar amb els infants, s'escoltarà, amb els ulls tancats aquesta cançó, i hauran de dir el que han sentit mentre l'escoltaven, quin record els hi ha vingut o que han estat pensant mentre sonava.</p> <p>Ja per finalitzar la sessió, la mestra repartirà per tota l'aula globus inflats, i els infants s'hauran de col·locar per tota l'aula, separats els uns dels altres. Es tornarà a reproduir la cançó, i el que hauran de fer és escoltar-la amb els ulls tancats i anar movent els braços lliurement, expressant el que senten amb la música. Quan notin que la música els produeix ira o enfado, agafaran el pal de fusta que tindran devora i explotaran el primer globus que trobin. El que es pretén aconseguir amb això és que vegin que son lliures d'expressar els seus sentiments de la manera que vulguin, sempre i quan no es faci mal als altres, i que no tothom sent, escoltant la mateixa cançó, el sentiment de ira al mateix temps, i que totes aquestes varietats són vàlides.</p> <p>L'objectiu de dita sessió és que els alumnes vegin que la ira és una emoció més, i que és igual de vàlida que les altres, però que no sempre és la millor solució als problemes, que dialogar en tranquil·litat arregla millor les coses.</p>

Observacions:	
Font de l'activitat	<u>Activitats</u> : creació pròpia

5.8. Activitat 5

ACTIVITAT 5: <u>LA SORPRESA</u>	
Temporalització:	55 min
Objectius:	<ul style="list-style-type: none"> - Participar i gaudir de totes les activitats. - Respectar les intervencions dels companys.
Continguts	<p>Bloc 1: <u>Escolta</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Curiositat per descobrir, gaudir i comentar audicions musicals breus, de diferents estils i cultures. - Actitud atenta i silenciosa i respecte per les normes de comportament durant l'audició musical. <p>Bloc 2: <u>Interpretació musical</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Coneixement i interpretació de cançons. <p>Bloc 3: <u>La música, el moviment i la dansa</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Interpretació, individual o col·lectiva de cançons.
Competències	<ul style="list-style-type: none"> - Competència en consciència i expressions culturals. - Competència de sentit d'iniciativa i esperit emprenedor. - Competència social i cívica. - Competència d'aprendre a aprendre. - Competència lingüística. - Competència digital.
Metodologia:	Grup-classe
Recursos materials:	Pissarra digital, altaveus, <u>cançó</u> , imatges (Annex 5), vídeos (Annex 6)
Descripció de l'activitat:	Aquesta és una de les emocions més difícils de descobrir i sentir, a partir d'una cançó, per part dels alumnes. Per això, mentre sona la <u>cançó</u> , la docent anirà projectant imatges a la pissarra perquè els sigui més fàcil endevinar-ho. Partint de la base de les imatges

	<p>(Annex 5) i la música, ells hauran de saber quina emoció els hi està produint o de quina emoció es tracta.</p> <p>Després d'escoltar la cançó, la docent posarà un seguit de vídeos (Annex 6), i cada vegada que n'acabin de veure un, se'ls demanarà que han sentit després de la sorpresa que ocorre a cada un dels vídeos que s'han vist, ja que sempre després de la sorpresa venen més emocions (tant poden ser positives (alegria) com negatives (ira)).</p> <p>Quan ja s'hagi treballat la sorpresa de manera més visual, la docent tornarà a posar la i ells hauran de dir quantes vegades s'han sorprès del que sentien, i per què.</p> <p>Per finalitzar la sessió i per repassar conceptes sobre llenguatge musical (que prèviament hauran vist), la mestra repassarà les qualitats del so (intensitat, durada, timbre i altura); i es centrarà amb la primera, la intensitat (és a dir, si un so és fort o fluix). Per a poder-ho treballar, els infants es repartiran per tota l'aula, separats, i la mestra posarà la música una altra vegada. El que hauran de fer és el següent: quan la música soni fort, hauran de caminar ràpid (o també poden fer petjades fortes); i si la música sona fluix, hauran de caminar lent (o fer petjades fluixes).</p> <p>S'explicarà al final de l'activitat que és una emoció igual de vàlida, i que ens fa aprendre més que les altres, ja que és una emoció ràpida i també els permet aprendre moltes coses, que afavoreix moltíssim el seu aprenentatge, ja que els provoca curiositat.</p>
<p>Observacions:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aquesta és la segona emoció on, potser, els infants no arriben a un consens de sobre quina emoció es tracta. És, tal vegada, l'emoció més complicada d'esbrinar i, per això, es fa una ajuda visual amb imatges. Si amb això encara no ho aconsegueixen, s'escriuran a la pissarra totes les emocions que es tracten a aquesta proposta didàctica, i se'ls farà veure que alegria no és l'emoció que més es tracti a la cançó; que la tristesa no és l'emoció que predomini, etc. i així amb

	<p>totes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - També es compta amb el suport visual dels vídeos de fragments de pel·lícules que de segur que coneixen.
Font de l'activitat	<p><u>Activitats</u>: creació pròpia, amb ajuda per a l'idea principal de la meua tutoria del Pràcticum de menció d'educació musical (Marita Pons).</p> <p><u>Imatges</u>: extretes de Pixabay.</p>

5.9. Activitat 6

ACTIVITAT 6: <u>LA POR</u>	
Temporalització:	55 min
Objectius:	<ul style="list-style-type: none"> - Participar i gaudir de totes les activitats. - Respectar les intervencions dels companys. - Experimentar les emocions comunicatives i les expressives.
Continguts	<p>Bloc 1: <u>Escolta</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Curiositat per descobrir, gaudir i comentar audicions musicals breus, de diferents estils i cultures. - Actitud atenta i silenciosa i respecte per les normes de comportament durant l'audició musical. <p>Bloc 2: <u>Interpretació musical</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Coneixement i interpretació de cançons. <p>Bloc 3: <u>La música, el moviment i la dansa</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Interpretació, individual o col·lectiva de cançons.
Competències	<ul style="list-style-type: none"> - Competència en consciència i expressions culturals. - Competència de sentit d'iniciativa i esperit emprenedor. - Competència social i cívica. - Competència d'aprendre a aprendre. - Competència lingüística. - Competència digital.

Metodologia:	Individual, grup-classe
Recursos materials:	Pissarra digital, altaveus, cançó , foli, llapis.
Descripció de l'activitat:	<p>Per a dur a terme aquesta activitat, la docent haurà ambientat la classe amb la temàtica corresponent: haurà posat les cortines, el llum estarà apagat, estarà tot una mica més fosc del normal.</p> <p>Abans de posar la cançó, la mestra els demanarà si alguna vegada han tingut por, perquè i quan; i també els demanarà que han fet per llevar-se-la a aquell moment concret.</p> <p>Tot seguit, els alumnes s'asseuran a terra de la classe, i la mestra posarà la següent cançó (de la pel·lícula <i>El Rei Lleó</i>), i l'hauran d'escoltar, si volen, amb els ulls tancats (si fa falta, es pot posar dues vegades).</p> <p>Una vegada hagi acabat, els demanarà si, ells estiguessin presents dins l'escena que passa a la cançó, si tindrien por.</p> <p>Després d'aquest debat, la mestra introduirà el concepte d'empatia, i els dirà que han de ser capaços de posar-se al lloc dels altres, i entendre com se senten. Ho relacionarà amb el vídeo i els demanarà si creuen que les hienes tenen por, o com es deu sentir el rei de fer allò que fa.</p> <p>Per finalitzar la sessió es duran a terme dues activitats: la primera és que la docent tornarà a posar la cançó i ells hauran de pintar a un foli, sense aixecar el llapis del paper, el que la música els fa sentir. La segona, és que, per grups cooperatius, hauran de fer un ritme de percussió corporal per a la cançó escoltada prèviament, que vagui acord amb el sentiment que transmet, i amb el ritme que marca la cançó. Seran lliures d'utilitzar les parts del cos que vulguin, i també podran picar damunt la taula si ho troben adient.</p> <p>Quan tots els grups tinguin la percussió corporal elaborada, l'ensenyaran als altres grups.</p>
Observacions:	<ul style="list-style-type: none"> - Amb aquesta emoció se'ls ha de fer entendre que tenir por és signe que estam vius, i de què no ens ha de paraitzar mai. <p>Per això, hem de cercar sempre una forma personal i creativa de combatre tot allò que ens produeixi por, per</p>

	seguir sempre endavant.
Font de l'activitat	<u>Activitats</u> : creació pròpia.

5.10. Activitats finals

ACTIVITATS 7 I 8: <u>PINTEM EMOCIONS MENTRE ESCOLTEM MÚSICA</u>	
Temporalització:	55 min cada sessió
Objectius:	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar la creativitat. - Expressar les seves emocions de manera plàstica. - Ser capaç d'escoltar i expressar al mateix temps.
Continguts	<p>Bloc 1: <u>Escolta</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Actitud atenta i silenciosa i respecte per les normes de comportament durant l'audició musical. - Respecte i valoració de les pròpies produccions musicals i de les dels altres. <p>Bloc 2: <u>Interpretació musical</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Coneixement i interpretació de cançons. <p>Bloc 3: <u>La música, el moviment i la dansa</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Elaboració de produccions musicals senzilles a partir de la imaginació, les experiències, la realitat, les idees i les emocions. - Interpretació, individual o col·lectiva de cançons.
Competències	<ul style="list-style-type: none"> - Competència en consciència i expressions culturals. - Competència de sentit d'iniciativa i esperit emprenedor. - Competència social i cívica. - Competència d'aprendre a aprendre. - Competència lingüística. - Competència digital.
Metodologia:	Individual, grups cooperatius, grup-classe.
Recursos materials:	Cartolines grosses, cinta, retoladors, ceres, pintures de fusta, llapis, ordinador, altaveus, cançons (Annex 7).

<p>Descripció de l'activitat:</p>	<p>Aquesta darrera sessió es durà a terme en dues sessions diferents, per falta de temps (seran dues sessions seguides).</p> <p>Com a darrera activitat d'aquesta proposta didàctica, es farà un mural de manera individual però alhora grupal; i una vegada ho hagin fet tots els infants, els ajuntarà i serà un mural conjunt.</p> <p>En primer lloc, la mestra traurà tots els infants de l'aula, i els durà al pati per poder explicar l'activitat. Els dividirà per grups cooperatius i, com que cada grup està format per quatre infants, els hi adjudicarà un nombre aleatori a cada un del grup (de l'1 al 4). Aniran entrant a l'aula a mesura que la mestra vagui dient els números (per exemple, per començar entraran els infants que són número 1). Quan entrin a l'aula, s'asseuran tots separats, i a davant, tindran una cartolina grossa dividida, utilitzant una cinta, en quatre rectangles iguals (el número 1 hauran de pintar al primer requadre; el número 2, al segon; el número 3, al tercer; i el número 4, al quart). Aprofitant la capsa que han anat usant cada dia per agafar l'endevinalla i començar la sessió, la mestra tornarà a ficar les targetes allà dins (només quatre, ja que es treballen quatre emocions), i cada vegada que entri un grup diferent, escollirà una endevinalla, que serà l'emoció que ha de treballar cada grup (tots els grups treballaran una emoció diferent).</p> <p>La docent haurà escollit diferents cançons relacionades amb les emocions treballades aquests dies (seran només quatre: la felicitat, la tristesa, la ira i la por), i anirà reproduint la cançó de l'emoció que hagi tocat sense pausa (Annex 7). Cada requadre, com s'ha comentat abans, ha de ser pintat amb una emoció diferent, que serà la que transmetrà la música que sonarà a l'aula.</p> <p>Per finalitzar la sessió, s'asseuran tots amb el seu grup cooperatiu i veuran com han expressat la resta del seu grup l'emoció que els va tocar; i després es comentarà de manera grupal, comparant diferents murals. L'objectiu és que s'adonin que no tothom expressa les seves emocions de la mateixa manera que els altres, i que totes les maneres de fer-ho són vàlides i úniques, ja que cada persona també</p>
--	--

	ho és.
Observacions:	- Mentre un alumne estigui dins l'aula fent l'activitat, els altres estaran per grups cooperatius al pati inventant-se una cançó (lletra i percussió corporal) amb la supervisió d'una altra docent.
Font de l'activitat	<u>Activitats</u> : idea extreta del Treball de Fi de Grau de Natalia Ponti Coll.

5.11. Avaluació

Per poder avaluar als infants i cada una de les sessions que s'han dut a terme, es farà a partir de tres rúbriques diferents que s'han dissenyat:

- La primera és perquè els alumnes, de manera individual, siguin capaços d'autoavaluar-se, saber si han adquirit cadascuna de les emocions que s'han treballat. La docent sabrà a partir d'aquí si cal treballar alguna de les emocions o si s'han adquirit totes. ([Annex 8](#))
- La segona és per avaluar el treball en grups cooperatius, és a dir, s'avaluen entre ells. Tenen ítems i tres columnes senyalitzades amb una cara contenta, una de regular, i una trista, i han de fer una X allà on considerin adient. Cada alumne tindrà tantes rúbriques com companys a avaluar (és a dir, 4 cada un, ja que els grups cooperatius estan composts per 5 alumnes) ([Annex 9](#))
- La tercera és per la docent, que és ell el que avalua als infants. Ella, haurà de posar una marca (una X per exemple) a la columna que cregui de cada ítem que hi ha escrit. ([Annex 10](#))

6. **Conclusions**

Amb aquest Treball de Final de Grau, el que he volgut fer ha estat parlar de la importància de l'educació emocional en relació amb la música. He escollit aquesta temàtica, ja que és un tema que considero important que es tracti a les aules de les escoles, i com més petits millor, i tinguin la capacitat d'exterioritzar i expressar les seves emocions.

Amb el treball de recerca, he volgut aportar diverses opinions d'autors diferents sobre la música, les emocions i la relació d'ambdues a l'educació Primària. I a partir de la recollida de tota aquesta informació, he dut a terme una proposta didàctica on he dissenyat una sèrie d'activitats on es treballin les emocions en relació amb la música.

L'objectiu era donar i crear recursos per a treballar els temes dits anteriorment dins les escoles, perquè els infants siguin capaços de poder desenvolupar les seves emocions i exterioritzar-les. És molt necessari introduir l'educació emocional a les escoles, ja que queda reflectit sobre el rendiment acadèmic, i perquè també és molt important tenir un bon estat emocional. També és important perquè aprenguin a millorar, a créixer personalment, a fer front a les seves situacions personals, per millorar les relacions entre iguals i la seva autoestima.

És cert que la meva proposta didàctica va adreçada al primer cicle d'educació primària (en concret a segon curs), però es podria adaptar perfectament i utilitzar-la per dur-la a terme als sis cursos que dura aquesta etapa, ja que és un aprenentatge continu.

Realitzar aquest treball m'ha aportat aspectes molt positius, ja que he pogut investigar molt sobre els dits temes i aprendre molts de coneixements i conceptes nous sobre la música i les emocions. He après els beneficis que té la música per sobre de les emocions, i com explotar aquestes. Com a futurs docents, hem de tenir clar la importància que té l'estat emocional dels nostres infants, perquè puguin aprendre a expressar-se i a millorar de cara al seu futur.

7. Referències bibliogràfiques

- Arráez, J. D. B. (2013). Los principales métodos activos de educación musical en primaria: diferentes enfoques, particularidades y directrices básicas para el trabajo en el aula. *Artseduca*, (5), 6-21.
- Bergadà Sánchez, J. (2021). Com canalitzar les emocions a través de la música en l'etapa d'Educació Primària.
- Bernal, J., y Calvo, Ma L. (2000). Didáctica de la música. La expresión musical en la educación infantil. Málaga: Aljibe.
- Benedetti, M. (1997). La vida, ese paréntesis. Buenos Aires: Planeta.
- Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Cabrelles Sagredo, M. S. (2020) La Educación Musical y su evolución histórica desde comienzos del siglo XX. Docenotas. Recuperat des de: [La Educación Musical y su evolución histórica desde comienzos del siglo XX - Doce Notas](#)
- Carnicer, J. G., & Garrido, C. C. (2005). No t'emocionis... Escolta! L'ús de la música en l'educació emocional. *Revista Catalana de pedagogia*, 331-347.
- Casellas, M. P. L. P. (2010). El papel de la música y las artes en una educación integral. *Arte y movimiento*, (3), 37-44
- Cronologia del marc legal educatiu a l'Estat espanyol. (n.d). educaweb.cat. Disponible desde <https://www.educaweb.cat/continguts/educatiu/sistema-educatiu/lleis-educacio/cronologia-marc-legal-educatiu-estat-espanyol/>
- Díaz, M. Á. T. (2017). Música y emociones: parámetros que modulan la emoción percibida. *Musicaenclave*, 11(2), 2-39.
- Del Valle López, A. (1998). Educación de las emociones. *Educación*, 7(14), 169-198.
- Educación Didactilam. (2021). Didactilam. Disponible desde <https://www.didactilam.com/>
- Estrada Vidal, L. I., & Epelde Larrañaga, M. A. (2020). Modelo Músico-Emocional aplicado a la diversidad cultural: identificación y gestión de emociones a través de la música en los centros escolares. *European Scientific Journal*, ESJ, 16(41), 53- 71.

- Fernández Bermejo, M. T. (2021). La musicoterapia y las emociones como recurso para la resolución de conflictos en el aula. *Revista De Investigación En Musicoterapia*, 4(4), 45–55.
<https://doi.org/10.15366/rim2020.4.003>
- FORMES MUSICALS - Cànon. (n.d). sites.google.com. Disponible desde
<https://sites.google.com/site/formesmusicalsalnuvol/contrapunt-imitatiu/canon>
- Granados, M. G., & Sánchez, D. V. (2020). La educación emocional en la escuela primaria (Tesis, Universidad Católica de Córdoba, Córdoba). Retrieved from
http://pa.bibdigital.ucc.edu.ar/2475/1/TF_Granados_Sanchez.pdf
- Goleman, Daniel (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Buenos Aires, Argentina: Vergara Editor.
- Goleman, D. (2010). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Gómez, F. J. B., & Gallego, D. J. (2010). *Inteligencia emocional y enseñanza de la música*. Dinsic Publicacions Musical
- Hernández, A. (2013). *Qué es la Música. La Música y su práctica contemporánea*. PromocionMusical.es. Disponible desde [https://promocionmusical.es/que-es-la-musica-su-practica-contemporanea/#:~:text=\(3\)%20Por%20definici%C3%B3n%2C%20extra%C3%ADda,2013](https://promocionmusical.es/que-es-la-musica-su-practica-contemporanea/#:~:text=(3)%20Por%20definici%C3%B3n%2C%20extra%C3%ADda,2013)
- Jiménez, M., & López-Zafra, E. (2009). *Inteligencia emocional y rendimiento escolar: Estado actual de la cuestión*.
- JUSLIN, P. N. (2005). From mimesis to catharsis: expression perception, and induction of emotion. In *Musical Communication* (pp. 85–115). New York: Oxford University Press.
- Lacárcel Moreno, J. (2003). *Psicología de la música y emoción musical*. *Educatio Siglo XXI*, 20, 213–226. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/educatio/article/view/138>
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Nova York: Oxford University Press.
- MEYER, L. B. (1956). *Emotion and Meaning in Music*. Chicago: The University of Chicago Press.

- Muñoz, E. Á. C., & Mas, A. C. (2016). Música y competencias emocionales: posibles implicaciones para la mejora de la educación musical. *Revista electrónica complutense de investigación en educación musical*, 13, 125.
- Oriola, S., & Gustems, J. (2015, Julio). Educación emocional y educación musical. *Eufonía*, 1-5. Disponible desde https://www.researchgate.net/profile/Josep-Gustems/publication/282604182_Educacion_emocional_y_educacion_musical/links/56136ee208aedee13b5c317a/Educacion-emocional-y-educacion-musical.pdf
- Palmero, Francesc. L'emoció. *Anuari de l'Agrupació Borrianenca de Cultura: revista de recerca humanística i científica*, 1998, núm. 9, p. 165-176
- Pixabay. (n.d). <https://pixabay.com/>. Disponible desde <https://pixabay.com/>
- Ponti Coll, N. (2020). La música com a eina per treballar les emocions a la primera infància (Tesis, Universitat de les Illes Balears, Mallorca). Retrieved from https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/154884/Ponti_Coll_Natalia.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Porcel, A. M. Metodologías musicales del siglo XX. Aplicaciones en el aula. *Innovación y experiencias educativas*. (ISSN 1988-6047), 2-7.
- Real Academia Española (2001). Recuperat des de: <https://www.rae.es/drae2001/m%C3%BAsica>
- *Revista Latinoamericana de Psicología*, 4(1), 67-77. Recuperat de <http://publicaciones.konradlorenz.edu.co/index.php/rpsi/article/view/556/392>
- Reynoso Vargas, K. M. (2009, Noviembre). La educación musical y su impacto en el desarrollo. *Revista de Educación y Desarrollo*, 53-60. Disponible desde https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/12/012_Reynoso.pdf
- Rodríguez-Quiles, J. A. (2003). ¿Es necesaria una Educación Musical para todos? *Revista de la Lista Europea de Música en la Educación*, (12), 1-5.
- Sarget Ros, M^a. A. (2003). La música en la educación infantil: Estrategias cognitivomusicales. *Ensayos: revista de la facultad de educación de Albacete*, (18), 197. Dialnet
- Sala Roca, J., & Rafael, B. A. (2003). La educación emocional en la Educación Primaria: Currículo y Práctica (Tesis, Universitat de Barcelona, Barcelona). Retrieved from <http://hdl.handle.net/2445/42457>.

- Selva, N. G., & Quiles, L. M. (2018). L'aplicació de la teoria intel·ligències múltiples a l'aula d'infantil i Primària: reptes i possibilitats. *Rella, La*, (31), 169-188.
- Union Sindical e Inspectores de Educación. (n.d). USIE. Disponible des de <https://usie.es/wp-content/uploads/2021/07/FOLLETO-LOMLOE-USIE-A4-2021.pdf?fbclid=IwAR3950T0UrU7jjBXu0Nn7vykLk1fkc1s3h2EmCGWJzrB0QK7oixm2X-RQcU>

8. Disposicions legals

- Decret 32/2014, de 18 de juliol, pel qual s'estableix el currículum de l'educació Primària a les Illes Balear. (2014) Recuperat des de: http://weib.caib.es/Normativa/Curriculum_IB/primaria_lomce/curriculum_educacio_artistica.pdf
- Currículum educació CAIB-Educació Primària- Intranet CAIB. Recuperat des de: https://intranet.caib.es/sites/curriculums/ca/educacia_primaria/
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación. Boletín Oficial del Estado, 106 de 4 de mayo de 2006, 7899. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2006/05/03/2/con>

9. Annexes

10.1 Annex 1: Saps quina emoció soc?


Quina emoció és?



Un somriure es dibuixa a la cara, i els teus ulls comencen a brillar. Es sent quan alguna cosa bona passa i ho vols celebrar.

Resposta: Es tracta de l'emoció de **felicitat**

Quina emoció és?



Tot es torna petit, i els teus ulls es posen a plorar. El que tens són ganes d'estar sol o que algú et vengui a abraçar.

Resposta: Es tracta de l'emoció de **tristesa**

Quina emoció és?



La teva cara vermella es posa, els ulls es comencen a engrandir. Quan la sento em poso a colpejar coses i el meu cos tens està.

Resposta: Es tracta de l'emoció de la **ira**

Quina emoció és?



El millor que tinc, és que no m'esperes; però quan arribo, el teu cor d'alegria s'omple i fascinat es queda.

Resposta: Es tracta de l'emoció de **sorpresa**

Quina emoció és?



Al vespre et fa tremolar, i si sents un renou, la son et llevarà; i amb la llum encesa voldràs descansar.

Resposta: Es tracta de l'emoció de **por**

10.2 Annex 2: Targetes emocions

FELICITAT

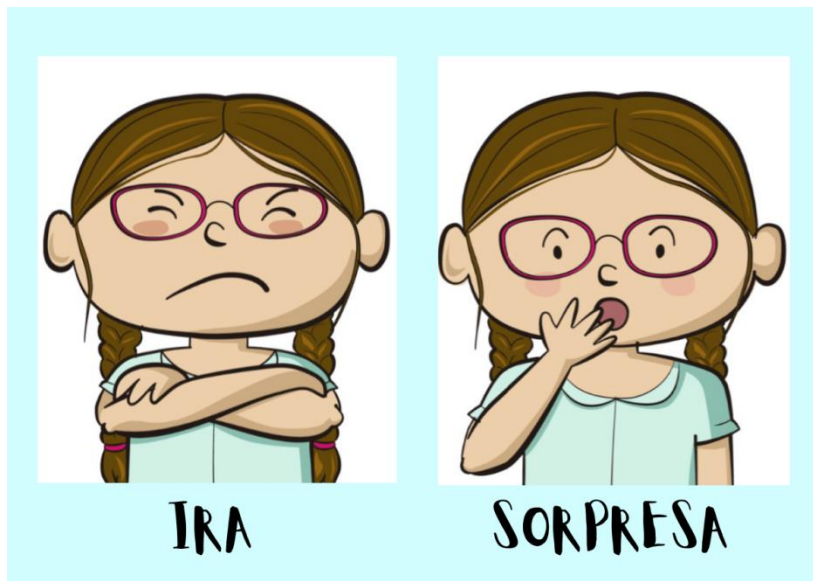
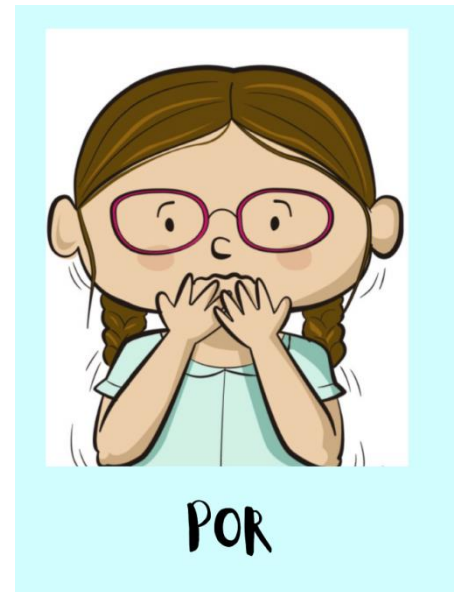
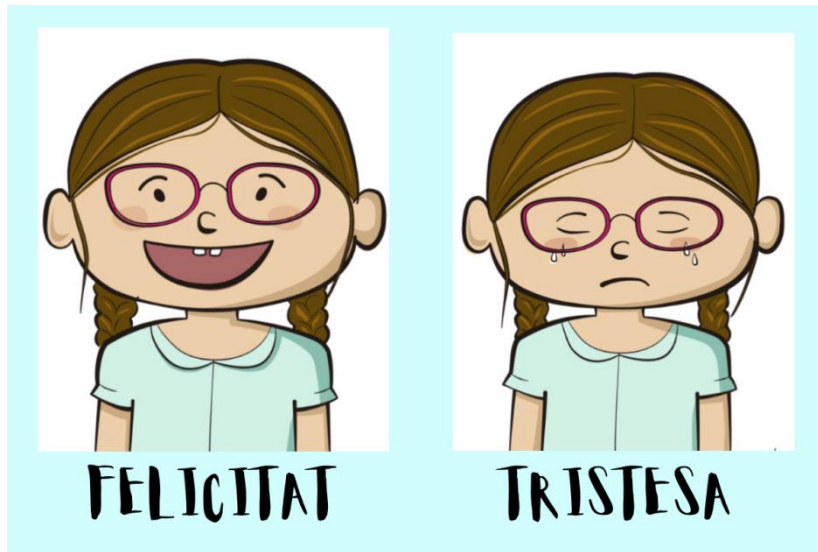
TRISTESA

IRA

SORPRESA

POR

10.3 Annex 3: Imatges de repàs de les emocions



10.4 Annex 4: Vídeos de l'emoció: ira

- El primer vídeo és de la pel·lícula *Del Revés: Del Revés (Inside Out)* | Escena: 'Asco e Ira' | Disney · Pixar Oficial. (2015). España: Disponible desde https://youtu.be/SrJAA_R2tJs

- El segon és del La Bella y la Bestia: Bella y Bestia Discuten. (2019). España: Disponible desde https://www.youtube.com/watch?v=kUy_QIaA20U
- El tercer és del Pato Donald: El pato donald no puede dormir castellano. (2015). España: Disponible desde <https://youtu.be/dqwIT1cROFA>
- El quart és de la pel·lícula *Brave*: Merida discute con su madre- escena Valiente. (2015). España: Disponible desde https://youtu.be/FWHi_mLzZ4Y
- El quint i darrer és de *Frozen*: Frozen Una Aventura Congelada Escena De Elsa Desata Sus Poderes. (2018). España: Disponible desde <https://www.youtube.com/watch?v=5vX6rRSOoVA>

10.5 Annex 5: Imatges de l'emoció: sorpresa



10.6 Annex 6: Llistat de vídeos de l'emoció: sorpresa

Els següents vídeos que es veuran, han estat extrets tot de pel·lícules de dibuixos animats.

- El primer és de *Mary Poppins*, quan ella vola: Mary Poppins Flying Nanny Scene. (2012). España: Disponible desde <https://www.youtube.com/watch?v=5BHoDW9f7vY>
- El segon és de la pel·lícula *Up*, quan la casa comença a volar: La casa vuela | Up | Disney Junior Oficial. (2020). España: Disponible desde <https://www.youtube.com/watch?v=mHnj04ItfVk&t=9s>
- La tercera és de *Coco*, quan en Miguel, el protagonista, cau a l'aigua i descobreixen que no és un esquelet com els altres: Coco: "Miguel conoce a Ernesto de la Cruz. (2017). Disponible desde <https://www.youtube.com/watch?v=ZzaslrscW8>
- La penúltima és de la pel·lícula *Frozen*, quan n'Olaf comença a xerrar i tothom queda sorprès: Frozen: Una Aventura Congelada Escena De Conociendo A Olaf. (2018). España: Disponible desde <https://www.youtube.com/watch?v=LG4tnvXKCl0>
- I la darrera és de *Encanto*, quan el nin Antonio reb el seu do i veu que és poder parlar i entendre als animals: Antonio recibe su don - Encanto. (2022). España: Disponible desde https://www.youtube.com/watch?v=rFnZdst6z_U

10.7 Annex 7: Cançons per “Pintem emocions mentre escoltem música”

Tot seguit adjunto el llistat de cançons que la docent posarà als infants mentre ells pinten:

- Música de l'emoció “felicitat”: Pérez, C. (Author). (2019). ALEGRIA - Emocions a través de la música. España: Disponible desde <https://youtu.be/yIZwuQh1EoY>

- Música de l'emoció "tristesa": Pérez, C. (Author). (2019). TRISTESA - Emocions a través de la música. España: Disponible desde <https://www.youtube.com/watch?v=dVyckxZzIU4>
- Música de l'emoció "ira": Pérez, C. (Author). (2019). RÀBIA o IRA - Emocions a través de la música. España: Disponible desde <https://www.youtube.com/watch?v=ekC78UjYsM8>
- Música de l'emoció "por": Pérez, C. (Author). (2019). POR - Emocions a través de la música. España: Disponible desde https://www.youtube.com/watch?v=GokiD_oaiok

10.8 Annex 8: Rúbrica d'autoavaluació

Activitats	Com m'he sentit?	Què he après de les emocions? I de música?	Reflexions
1. Què són les emocions?			
2. Felicitat			
3. Tristesa			
4. Ira			
5. Sorpresa			
6. Por			
7 i 8. Pintem emocions mentre escoltem música.			

10.9 Annex 9: Rúbrica d'avaluació dels companys

			
Mostra respecte cap als companys.			
Fa la feina que se l'hi assigna.			
Respecta els materials.			
Participa a totes les activitats.			
S'organitza bé a l'hora de fer feina.			
Aporta noves i bones idees.			
Té una bona actitud.			

10.10 Annex 10: Rúbrica d'avaluació del docent

	ACONSEGUIT	EN PROCÉS	NO S'HA ADQUIRIT ENCARA
Reconeix i expressa les seves emocions			
És capaç de classificar les emocions.			

Sap interpretar les seves emocions a través de peces musicals.			
Sap expressar les seves emocions a través de l'expressió corporal.			
Sap expressar les seves emocions amb instruments.			
Sap treballar en grup cooperatiu.			
Escolta, respecta i deixa parlar als altres.			
Sap transmetre les seves emocions als seus companys.			
Reflexiona sobre les sessions realitzades.			
És conscient del que està aprenent.			