

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

Variables principales en las que incide cada canción del curso

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

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

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

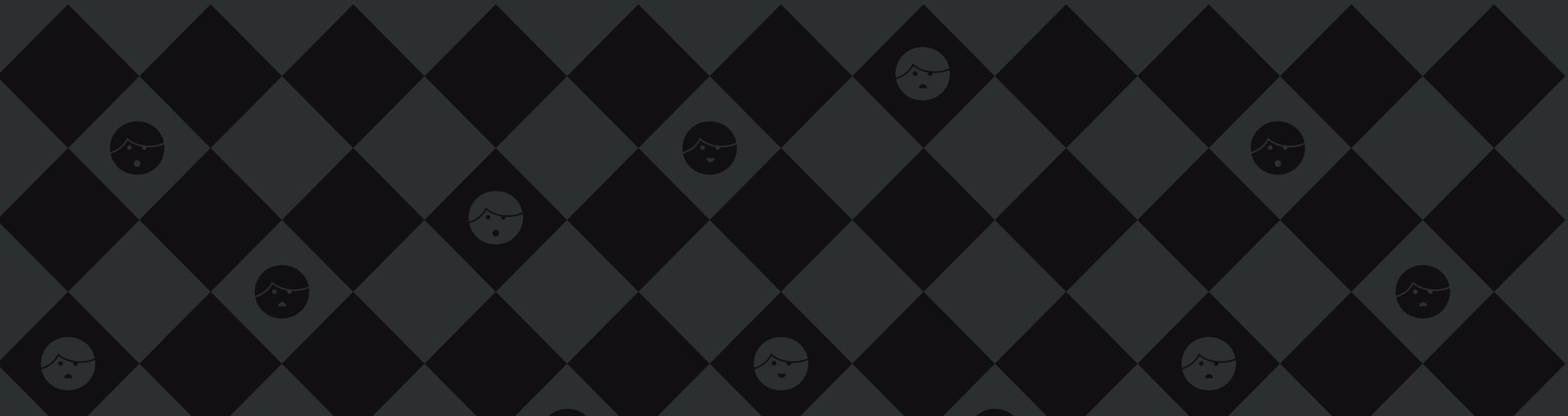
* Pieza con texto en castellano.

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

Legenda

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

2º ESO



Repertorio

M1
(despertar/
exotismo)

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

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

Datos

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

Sugerencias

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

Coreografía

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

M2
(baile)

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

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

Datos

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

Texto:

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

Sugerencias

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

Coreografía

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

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

M3

(emoción)

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

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

• Texto/Traducción:

Taivas on sininen ja valkoinen tähtösiä täynnä

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

Niin en Nuori sydämeni ajatuksiä täynnä.

Así también, mi joven corazón está lleno de pensamientos.

Enka Mä Muille ilmoita mun sydänsurujani

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

Synkkä Metsä, kirkas Taivas, ne tuntee mun huoliani.

solo los bosques sombríos y el cielo brillante saben mis preocupaciones.

Copiado de este [enlace](#).

• Ver [pronunciación](#) en finlandés (en una interpretación solista muy bonita además).

• La partitura incluye cifrado americano.

Sugerencias

• Se da una copia de esta partitura a cada alumno como estímulo y apoyo para el aprendizaje de la canción, introduciendo elementos del lenguaje musical en función de los contenidos del curso. (Cada alumno podría copiar la música, mediante un programa editor de partituras, bien entera o el fragmento que le parezca más atractivo, a elegir).

• La pieza ahonda en la expresión de la pena, la tristeza, el dolor... Se trata por tanto de una melodía especialmente apropiada para incidir en aspectos sutiles de expresión, tanto musical (delicadeza, fraseo, etc.) como emocional (sensibilidad, empatía, intensidad, nostalgia...). La creatividad de cada cual podrá manifestarse, sin duda, a través de los sonidos y los movimientos que brotan de ese mundo poético.

Coreografía

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

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

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

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

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

CONTENIDOS E INDICACIONES

SESIÓN 5 (SEMANA 5)

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

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

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

VARIABLES PRINCIPALES: Autocontrol; Identificación/expresión emocional.

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

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

CONTENIDOS E INDICACIONES

ACTUACIÓN FINAL

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

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

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

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

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

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

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

Variables principales en las que incide cada canción del curso

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

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

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

* Piezas con texto en castellano.

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

Leyenda

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