

PROGRAMA DE SESIONES DE MUSICOTERAPIA

IES ALHADRA

Programa PROA + TRANSFORMATE, para el desarrollo de la actividad planca A230 -
Actividades de refuerzo para la mejora y éxito educativo para alumnado.

*La **musicoterapia** es la utilización de la música y/o de sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía y armonía) por un musicoterapeuta cualificado, con un paciente o grupo, en el proceso diseñado para facilitar y promover comunicación, relación, aprendizaje, movilización, expresión, organización y otros objetivos terapéuticos relevantes, con el fin de lograr cambios y satisfacer necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas.*

Definición de la Federación Mundial de Musicoterapia (WFMT).

Objetivos:

Promover la comunicación y estimular la creatividad.

Ayudar en sus procesos cognitivos, y facilitar el aprendizaje.

Procurar un cuidado emocional a través de la música que potencie su bienestar, y el descubrimiento de nuevas destrezas artísticas que refuercen su autoestima.

Contenidos:

Seguimiento de patrones rítmicos sencillos

Experimentación de diferentes modos de producir sonidos (entrechocar, raspar, percutir, soplar, agitar etc...)

Coordinación motriz entre la ejecución instrumental, corporal y vocal individual.

Sincronización grupal en melodías simples.

Disfrute por la creación musical individual y conjunta.

Respeto por los turnos , el tiempo del otro y valoración del trabajo individual y grupal.

Metodología:

En las sesiones de musicoterapia utilizaremos diferentes dinámicas , basadas principalmente los modelos Benenzon y Nordorff Robbins, así como la improvisación musical terapéutica.

Se propondrán diferentes dinámicas musicales que abarcan desde la sincronización, y la atención sostenida a través de ritmo, hasta la relajación o la interpretación instrumental y vocal grupal, con momentos para la aportación individual de cada alumno.

La escucha puede ser activa durante el movimiento o baile , y también pasiva en el caso del tiempo dedicado a la relajación.

Las dinámicas se adaptaran a las características particulares de cada grupo de alumnos pudiendo variar el tiempo dedicado a cada actividad en función de sus necesidades.

Materiales:

Varias esterillas o colchonetas para poder sentarse en suelo.

Instrumentos musicales de pequeña percusión variados, tipo instrumentación Orf:
Xilófono, Maracas de madera o huevos maraca, pulseras de cascabeles, castañuelas
de madera con mango/ o sin cuerdas, panderetas, claves, agogós, tambores de mano
o sound shapes, triángulos, rascadores o güiros, xilófono.

Duración :

9 sesiones grupales de musicoterapia de 50/ 60 minutos de duración , con frecuencia
semanal.

*Se llevarán a cabo de abril a junio, cada viernes, dentro del horario lectivo de las aulas
de Formación Profesional Específica Básica y el Aula TEA.*

Fechas: Viernes - 22 y 29 de abril, 6, 13, 20 y 27 de mayo, 3, 10 y 17 de junio.

Horario:

9:15 a 10:15 FPBE+aula específica

10:15 a 11:15 AULA TEA

DESARROLLO DE LAS SESIONES DE MUSICOTERAPIA

Sesión 1 - Explorando mi musicalidad.

*Aproximación inicial a los elementos musicales (sonido, ritmo, melodía, armonía,
silencio) y primer contacto con la exploración de los diversos instrumentos musicales
en dinámicas de improvisación.*

Objetivo: Facilitar la comunicación no verbal a través de la música.

Sesión 2 - Mi cuerpo hace música.

*Propuesta de descubrimiento de las posibilidades sonoras a partir de nuestro propio
cuerpo.*

Objetivo: Promover la atención y la coordinación a través de la percusión corporal.

Sesión 3 - Todos podemos sonar.

*Dinámicas de establecimiento y puesta en valor de las capacidades musicales
individuales.*

Objetivo: Reforzar la autoestima.

Sesión 4 - Compartiendo mi ritmo.

*Dinámicas de movimiento y dinámicas rítmicas y rítmico - melódicas desde lo
individual a lo grupal.*

Objetivo: Favorecer la creatividad y la interrelación entre los alumnos.

Sesión 5 - Escuchando los sonidos de los demás.

*Desarrollo la escucha activa a nivel grupal a través de la improvisación con turnos de
liderazgo compartido.*

Objetivo: Potenciar la escucha activa y el respeto de los turnos.



Sesión 6 - Respira, siente, canta.

Propuestas de relajación a través del movimiento y liberación de la expresión vocal.

Objetivo: Facilitar la relajación y el disfrute en la expresión tanto corporal como vocal.

Sesión 7 - Somos cuerpo y sonido.

Dinámicas de movimiento libre e improvisación terapéutica conjunta.

Objetivo: Promover la creatividad en la expresión corporal del grupo y la improvisación.

Sesión 8 - Somos ritmo.

Improvisación terapéutica, con especial atención a la creatividad a través de instrumentos musicales rítmicos y rítmico-melódicos.

Objetivo: Potenciar la atención y la interpretación musical en grupo.

Sesión 9 - Somos voz.

Improvisación terapéutica, con especial atención a la expresión vocal.

Objetivo: Favorecer la expresión vocal y el disfrute en la interpretación musical conjunta.

Impartirá las sesiones la musicoterapeuta y licenciada en Historia y Ciencias de la Música, **María Victoria Fernández**, directora del CENMA Centro de Musicoterapia de Almería, acreditada como MT – 81 en el registro español de musicoterapeutas profesionales (REMTA) y colegiada n. 8462 por el Colegio Oficial de Doctores y Licenciados en Filosofía Letras y en Ciencias de Almería, Granada y Jaén. Posee el certificado de Aptitud Pedagógica.

www.musicoterapialmeria.com