

MI AUTOBIOGRAFÍA MUSICAL

Descripción

La actividad consiste en crear una lista de canciones que fueron significativas para la persona durante eventos o periodos importantes de su vida, por ejemplo infancia, adolescencia, encuentro de pareja, etc. De esta manera relacionará cada periodo o momento importante de su vida con la música.



Tiempo necesario

30-40 minutos

Entorno de aprendizaje

Actividad grupal

Materiales necesarios

Portátil, hojas de papel, lápices.

Consejos prácticos

- Es una buena oportunidad para que las personas mayores reflexionen sobre algunos acontecimientos y periodos del pasado, por lo que conviene planificar suficiente tiempo para esta actividad.
- Podría dar lugar a un agradable debate posterior, en el que los mayores intercambiarían opiniones sobre las canciones, las escucharían y compartirían diferentes experiencias de vida.

Fuente

DSG

Objetivos de aprendizaje



- Mejorar la memoria: anime a los participantes a relacionar acontecimientos de la vida con canciones específicas, fortaleciendo así la memoria episódica.
- Promover las habilidades de secuenciación: Fomentar la capacidad de organizar pensamientos y recuerdos cronológicamente o temáticamente.
- Estimular el pensamiento crítico: reflexionar sobre por qué ciertas canciones son significativas y cómo se relacionan con experiencias personales.
- Ampliar el conocimiento musical: obtener exposición a diversos géneros o épocas musicales compartidas por otros.

Guía paso a paso

- Se trata de una actividad grupal. El moderador entrega a los participantes un folleto titulado "Mi autobiografía musical" y un tiempo para reflexionar sobre diferentes períodos y eventos importantes de su vida y asociarlos con determinadas canciones.
- Cada persona completa el folleto y cuenta una breve historia sobre las canciones que significaron mucho para ella en diferentes períodos de su vida y por qué. Si lo desean, pueden buscar algunas canciones en YouTube y reproducirlas para todos.

Resultados esperados

1. Personas mayores que se sienten felices y alegres después de recordar algunos eventos importantes de la vida a través de la música.
2. Sesión de escucha de música como actividad social.



Cofinanciado por
la Unión Europea

MI AUTOBIOGRAFÍA MUSICAL

Recuerdos de la infancia

Recuerdos de los primeros años de la edad adulta

¿Cuál es tu canción favorita de la infancia?
¿Por qué tiene significado?

¿Cuál es tu canción favorita de la primera infancia? ¿Por qué es importante?

Favorito actual

Canción que representa un acontecimiento importante de la vida.

¿Cuál es tu canción favorita actualmente? ¿Por qué tiene significado?

Canción que te recuerda un momento significativo de tu vida

