

CORO INTERGENERACIONAL

Alumnos 4º de la ESO del IES Francesc Ferrer i Guàrdia y la Residencia Ntra. Sra. del Puig

Mercedes Ferri Benito.

Psicóloga.

Residencia Ntra. Sra. del Puig (Valencia)

RESUMEN

La música es una experiencia sensorial que puede activar todas las áreas cerebrales simultáneamente. Es una fuente de bienestar por lo que podemos afirmar que puede bajar los niveles de estrés ya que aumenta los niveles de serotonina, permite evocar al recuerdo y en consecuencia, las emociones.

PALABRAS CLAVE

música, emociones, animación intergeneracional

SUMMARY

Music is a sensory experience that can activate all brain areas simultaneously. It is a source of well-being so we can affirm that it can lower the levels of stress since it increases the levels of serotonina, it allows to evoke to the memory and consequently, the emotions.

KEYWORDS

Music, emotions, intergenerational animation



En la tercera edad es de gran utilidad porque estimula la plasticidad cerebral, siendo beneficiosa en diversas áreas como la cognitiva, física, y socio-emocional.

Por este motivo cuando se nos presentó la posibilidad de realizar este proyecto junto con el IES Francesc Ferrer i Guàrdia, nos pareció una gran idea, por lo que durante el curso escolar los alumnos de la optativa de 4º de la ESO junto con el profesor Carlos Marquina Domínguez y el profesor Joaquín Seró, asistieron semanalmente a la Residencia Nuestra Señora del Puig con el fin de formar una CORAL INTERGENERACIONAL.

Para los alumnos su principal objetivo fue realizar prácticas de canto coral, una de las secciones menos trabajadas del curriculum escolar, y así realizar un servicio a la comunidad, lo que viene a llamarse el Aprendizaje Servicio (ApA).

Para los residentes nuestros objetivos fueron:

Área Cognitiva:

- Potenciar las habilidades verbales.
- Estimular la memoria tanto a corto como a largo plazo, evoca a la reminiscencia (recuerdos pasados) memoria inmediata (recordar las pautas que nos dice el profesor para cada canción) a la memoria de trabajo (introducción de nuevas actividades)...
- Potenciar la atención y concentración
- Favorecer la creatividad.



Área Física:

- Disminuye la ansiedad y la angustia, potenciando así la relajación y el bienestar.
- Potencia la coordinación de los movimientos a través de los diferentes ritmos y melodías.
- Potencia la Psicomotricidad, a través de diferentes ejercicios: palmadas o tocar un instrumento.
- Mejorar la dicción (Articulación de los sonidos al hablar)

Área Socio – emocional:

- Fomentar la motivación y la participación.
- Potenciar un estado de ánimo saludable, fortaleciendo así la autoestima.
- Evocar emociones.

La primera toma de contacto de los alumnos con la Residencia fue a través de la psicóloga, que les visitó en su instituto para realizar una sesión sobre la Residencia, donde se trató sobre: su funcionamiento, el envejecimiento y las demencias.

Los alumnos estuvieron atentos y realizaron diversas preguntas, e incluso algunos de ellos, manifestaron entender el comportamiento de sus abuelos.

Unas semanas más tarde, visitaron la residencia los alumnos, se realizó una bonita dinámica de grupo, con el fin de que los alumnos conocieran a nuestros residentes. Se formaron parejas, cada alumno sería el compañero de un residente, potenciando así la interacción entre ambos grupos. Los alumnos debían cubrir las necesidades que nuestros residentes ya no eran capaces de realizar (ej. mostrar cómo se realiza el ejercicio que marcaba el profesor, marcar en la partitura donde está la canción ayudarle con los ritmos...)

Una vez terminada la sesión los alumnos tenían muchas dudas, por lo que a cada uno se les dio unas pautas para trabajar con el residente al que tenían asignado.

A lo largo de los contactos semanales, comenzaron a formarse unos lazos muy especiales. Los residentes solían preguntar si "venían los niños a cantar". Los alumnos los trataban con un gran

cariño y respeto. Si echaban en falta a alguno de nuestros residentes siempre preguntaban... incluso pidieron realizar otras actividades con ellos fuera del CORO INTERGENERACIONAL.



Con el paso de los meses los residentes y los alumnos interactuaban con fluidez, las familias empezaron a venir a ver las sesiones, incluso nos acompañaron en alguna de las canciones, todos esperábamos con impaciencia la siguiente sesión.

Durante este año todos hemos aprendido Canto Coral, pero sobre todo para nuestros residentes fue una fuente de motivación y de alegría que se palpaba en la residencia durante horas, ya que la música no solo estaba en nuestras mentes el ratito de la sesión, sino que durante toda la jornada o los días previos a la sesión, nuestros residentes tarareaban constantemente las canciones...

Para culminar el curso se celebró un concierto el día 7 de Junio en el salón de actos del IES Francesc Ferrer i Guàrdia, donde los alumnos de 4º de la ESO, nuestros residentes y con la colaboración de los alumnos de 1º y 2º de la ESO que nos acompañaron con su música, interpretando:

"Donna Donna", "Noche de Ronda", "Mi tierra", además de:

“El reloj”

<https://drive.google.com/file/d/0BzpHWxCCijlZ11MR2ZiZUF2UXM/view?usp=sharing>

"Libre"

<https://drive.google.com/file/d/0BzpHWxCCijllcldNU3lqWHBnSk0/view?usp=sharing>

“Cuéntame”
<https://drive.google.com/file/d/0BzpHWxCCijlleFhGdGNkdGp1eEk/view?usp=sharing>

“Cielito lindo”

<https://drive.google.com/file/d/0BzpHWxCCijlIVFNTVkdAOUtzVzQ/view?usp=sharing>

Esperamos poder repetir la experiencia el próximo curso, ya que esta ha sido satisfactoria y gratificante para ambas generaciones.

COMO CITAR ESTE ARTÍCULO: Ferri Benito, Mercedes (2017) Coro intergeneracional ; en <http://quadernsanimacio.net> ; n° 26 julio de 2017; ISSN: 1698-4404