



Colegio Ciudad Educativa  
Educación parvularia, básica y media  
RBD 18028-9  
Camino a Las Mariposas N° 4109  
Fono: +56 9 961 920 32  
Chillán

## “El ranking musical de mi vida”

<b>Profesor(a):</b>	M. Cecilia Mansilla Barrientos		
<b>Correo:</b>	mmansilla@ccechillan.cl		
<b>Instagram:</b>	Corcheas_por_millon		
<b>Curso</b>	2° Medio Música	Fecha máxima de envío	Viernes 8 de mayo a las 22:00 horas.
<b>Objetivo de aprendizaje:</b>	“Mejorar el nivel de afectividad y conducta, desarrollando la comunicación y la sensibilización afectivo emocional a través de la propia experiencia con la música”		
<b>Instrucciones:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Leer información de introducción al tema.</li><li>- Buscar canciones que representen épocas significativas de la vida.</li><li>- Crear un ranking musical (7 posiciones)</li><li>- Entregar 3 datos de cada canción y comentar en 100 palabras lo que provoca en ti la canción N°1.</li></ul>		

## Introducción

### La relación de la música con nuestros sentimientos

La música tiene incidencia sobre nuestros procesos mentales, sensaciones y percepciones (es decir, sobre nuestra psicología). Esto se ha hecho evidente a través de estudios científicos diversos a lo largo de los años. La música ejerce una importante fuerza emocional sobre las personas, sobre nuestro comportamiento en cualquier etapa de la vida.

La psicología de la música comienza su andadura allá por principios del siglo XX. Por un lado, los estudios tratan de demostrar que la música contribuye al equilibrio entre los dos hemisferios del cerebro, ya que la actividad sensorial que se deriva de la transmisión de ondas desde el oído hasta el cerebro, pasando por el sistema nervioso central, se localiza en las zonas que regulan nuestras emociones. Eso desde un punto de vista psicofisiológico.

La música está más presente en nuestras vidas de lo que pensamos. Desde que somos muy pequeños, estamos expuestos a la voz de las personas de nuestro entorno, que nos llega en forma de una melodía muy particular, especialmente la de los padres. La música está muy relacionada con la inteligencia emocional, por lo que escucharla de la forma adecuada permite desarrollar y controlar ciertas habilidades como la empatía, es decir, la capacidad de ponerte en el lugar de otra persona, de compartir sus sentimientos.

Dada la importancia de esto último, los expertos recomiendan la educación musical, siendo el canto un medio de expresión muy completo.

### Canciones que transmiten sentimientos

Desde las ópticas de la psicofisiología y de la psicobiología, queda demostrado que la música guarda una estrecha relación con nuestras emociones. De ello se puede deducir que todas las creaciones musicales, de un modo u otro, nos transmiten ciertas sensaciones, ciertos sentimientos.

La profesora Elizabeth Margulis es la autora de un ensayo titulado “*On repeat: how music plays in the mind*”, del que se han hecho eco medios de comunicación como la revista GQ. Según apuntaba, una gran parte de la música que escuchamos ya la conocíamos, es decir, son canciones que ya habíamos oído que, por un motivo u otro, se convierten en nuestras favoritas.



Colegio Ciudad Educativa  
Educación parvularia, básica y media  
RBD 18028-9  
Camino a Las Mariposas N° 4109  
Fono: +56 9 961 920 32  
Chillán

Y ella trató de desgranar ese porqué:

En primer lugar, tiene que tratarse de algo repetitivo, y esto hace referencia no solo al número de veces que escuchamos una canción, sino también a que ésta tiene una estructura reiterativa, con unos pocos elementos que se repiten una y otra vez. Si te has preguntado alguna vez por qué las canciones tienen estribillos y repiten palabras, aquí está la respuesta.

No todas las canciones reiterativas o que se escuchan mucho, sin embargo, tienen los mismos efectos en todas las personas. Entran en juego otros elementos como los recuerdos que se tengan asociados a ella o el tema mismo que se trate en la canción.

Así, en cuanto a canciones que transmiten sentimientos, cada cual tiene la suya. Y ahora ya sabemos por qué.

### **Actividad:**

- 1.- Realiza un recorrido por tu vida y por todas aquellas canciones que te gustaron mucho y cantaste sin parar. Aquellas que marcaron un momento significativo de tu vida, de cuando eras muy pequeño (a) hasta los días de hoy.
- 2.- Haz un listado con 7 de esas canciones en orden de importancia para ti. (La n°1 será la más importante)
- 3.- En cada canción debes poner el título correcto y quien la interpreta. Además agregar 3 datos importantes de esta (año, país, temática, estilo, dato anecdótico)
- 4.- Con la canción N°1 debes escucharla por lo menos 2 veces seguidas y escribir que te recuerda o provocan sus melodías. Quizás el recuerdo vivo que tienes de ella o algo que se relacione. (Comentario de al menos 100 palabras)
- 5.- Enviar el ranking completo a mi correo.

***“Disfruta de cada canción y vuelve a vivir con intensidad el momento que te recuerda”***