**ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR**

**CICLO ESCOLAR 2020-2021**

****

**Nombre:** VELAZQUEZ MEDELLIN ARYADNA N.# 21

**GRUPO C**

**NOMBRE DEL TRABAJO:** EL PAPEL DE LA MÙSICA EN LA VIDA COTIDIANA

**MATERIA:** ESTRATEGIAS DE MÙSICA Y CANTO EN EDUCACIÒN PREESCOLAR

**NOMBRE DEL DOCENTE:** JORGE ARIEL MORALES GARCIA

**24 de marzo de 2021 SALTILLO, COAHUILA.**

**EL PAPEL DE LA MÙSICA EN LA VIDA COTIDIANA**

La **música** con su **ritmo**, **armonía**y **melodía** siempre ha acompañado a todas las sociedades a lo largo de la evolución. Y es que la música no deja de ser un **lenguaje universal** que causa siempre el conocido efecto de acción-reacción, siempre hay una sensación ante una melodía. Lo cierto es que es uno de los factores más influyentes, además de uno de los principales motores de sentimientos y reacciones, debido a la actividad cerebral que reproduce en las personas. Cualquier actividad con música se hace mucho más llevadera ya que su escucha proporciona una reducción constante del estrés y una sensación de tranquilidad que permite adquirir el confort y la comodidad necesarios para poder llevar a cabo las actividades.

Existen tantos tipos de música como gustos en el mundo. Y es que no para todos es relajante el mismo tipo de música. Está demostrado que la música tiene influencia directa sobre las emociones y los estados de humor de las personas. Por regla general, tras escuchar música disponemos de una actitud positiva frente a la vida.

Pero**la música tiene multitud de beneficios para el día a día**:

- **Estimula la actividad cerebral**. La música, además de ser uno de los elementos que más placer genera, libera dopamina, la cual estimula el circuito cerebral subcortical encargado de **generar respuestas a nivel emocional**. Así, cuando los sonidos entran por el conducto auditivo llegan hasta las redes neuronales del cerebro donde se producen respuestas de control y de ejecución de movimientos.

- **Impulsa el aprendizaje**. Los recién nacidos responden antes a las melodías que a los estímulos de sus propios padres. Los dibujos animados suelen incluir canciones porque el manejo de los ritmos permite a los niños la memorización de la información y de los conceptos de una manera más rápida y sencilla. La práctica de la música permite el **desarrollo de la motricidad**, es decir, la **coordinación de los movimientos** y la **orientación en el espacio**.

- **Aumenta la concentración**. Muchos ven incrementada su **capacidad de concentración**al escuchar música instrumental mientras estudian o realizan trabajos. La música es una técnica de estudio más a través de la cual las tareas se hacen más llevaderas. La música clásica también permite mejorar en un corto período de tiempo la memorización de las tareas ya que su ritmo pausado propicia un efecto calmante y una atmosfera de aprendizaje ideal.

- **Fomenta la positividad**. La conocida como **musicoterapia** es utilizada ya por muchos profesionales para tratar procesos y conductas emocionales. La musicoterapia permite por medio de la exploración de los propios sentimientos realizar cambios de ánimo, aumentar el control sobre las propias emociones, mejorar la sociabilización y aprender a poner en práctica las habilidades para resolver de manera autosuficiente los problemas. De esta forma se trata de mejorar trastornos, deficiencias o problemas psicológicos a través de la música. Ello se consigue gracias a que las melodías tienen una influencia directa sobre el estado de ánimo.

- **Elimina el estrés**. La música es un remedio eficaz para **eliminar los niveles de estrés**. A la música se la reconoce en muchas culturas como un tipo de medicina recuperativa en aspectos afectivos y mentales. Los especialistas han demostrado a través del estudio interno de sus beneficios que la escucha activa de música tiene una influencia positiva sobre el sistema nervioso. Hablamos de la reducción de los latidos del corazón, de una respiración más lenta y de una sensación de tranquilidad total.

- **Aumento de la motivación**. La música está directamente relacionada con la motivación. Una fiesta sin música no es entendida como fiesta, lo mismo ocurre con una clase de baile sin música. La música nos acompaña en nuestras vidas pero es sobre todo durante la **ejecución de actividades físicas** cuando alcanza su máximo nivel motivacional. Los ritmos fuertes, latinos, electrónicos y repetitivos son clave para la motivación general durante actividades como el running, la musculación, el baile o cualquier otro tipo de deporte.

- **Ayuda a conciliar el sueño**. La música, en su mayoría pausada, es utilizada por una parte de la población para llegar a **conciliar el sueño**. Muchos son los que no entienden una noche sin música una vez acostados en la cama. Esto se debe a que la música produce una serie de sustancias químicas en el cerebro que ayudan a alcanzar la relajación total y a eliminar tensiones, fomentando así una respiración más calmada y una sensación de bienestar que ayuda a conciliar el sueño de una manera más rápida.

La música continuará formando parte de nuestras vidas y de la sociedad en general como disciplina cultural. Pero, sobre todo, será la **transmisión de generación en generación** la que permitirá el mantenimiento de la música en el tiempo como un sello de identidad. Por tanto, la música se mantendrá como la fuerza creativa, comunicativa y emocional primordial del planeta.

La música está compuesta por tres elementos básicos: el ritmo, la melodía y la armonía. El ritmo es el primer elemento, sin el cual no puede existir ningún tipo de expresión musical y es indicador de vida física, da vida a la música.

La melodía por su parte es el elemento expresivo de la música, lo que comúnmente se le conoce como “la música” de la canción, lo que nos impacta, lo que recordamos. La presencia de este elemento supone un nivel de complejidad mayor: cuando cantamos solo con nuestra voz estamos incorporando dos elementos: el ritmo y la melodía

El tercer elemento es la armonía, esta exige un nivel de elaboración intelectual, conocimiento del lenguaje musical y combinación de los anteriores elementos a fin de hacer que la composición tenga más fuerza.

**Conclusión**

Los estímulos que generan el proceso de escucha en una pieza musical se traducen en emociones. Estas emociones pueden ser sentimientos de alegría, tristeza, susto, sorpresa y muchos más. Hay dos tipos de categorías de factores que contribuyen a la excitación musical: una parte que es intuitiva y generada por una cultura musical que se desarrolla desde muy temprana edad y que es coaccionada por factores sociales que dependen del contexto donde crece el individuo. La otra categoría tiende más a lo racional y es producida por la combinación o mezcla de factores unificados en una teoría musical. El descubrimiento de diferentes arreglos de elementos en esta teoría ocasiona un estímulo y emoción en el oyente. La gran mayoría de variables y factores musicales pueden ser mezclados o combinados con la melodía. Siendo el caso, la melodía es función de estos proporcionando el mayor número de pistas que extraemos en un estímulo musical. No existe una formula definitiva para generar algún tipo particular de afecto. Para lograr aproximaciones, es necesario hacer estudios con un soporte psicológico. Sin embargo y al reducir todos los factores se puede decir que en la mayoría de los casos, el escucha busca significado musical más con elementos melódicos que en otros, el ritmo incluido. Muchas de estas afirmaciones son objeto de estudios más profundos y con otra variedad de parámetros relacionados con la música, con el escucha, con la percepción y con las emociones. Por ejemplo serían importantes estudios enfocados a la percepción de los efectos del timbre en la interpretación de un momento musical.

<https://www.educacioninicial.com/c/004/233-la-musica-en-nuestras-vidas/>