

EL SENDERO DE LOS RECUERDOS

Descripción

“El Sendero de los Recuerdos” es una actividad nostálgica y atractiva en la que los mayores escuchan canciones de distintas décadas (por ejemplo, 40, 50, 60) y comparten recuerdos personales o historias relacionadas con la música. Esta actividad no sólo despierta emociones y recuerdos positivos, sino que también ayuda a los mayores a conectar con su pasado al tiempo que fomenta la interacción social.

Objetivos de aprendizaje



- Mejorar la memoria y la función cognitiva mediante la asociación con canciones familiares.
- Fomentar la conversación en grupo y la creación de vínculos a través de experiencias musicales compartidas.
- Ampliar el conocimiento de la música de diferentes décadas y estilos.
- Reforzar la capacidad de reconocer géneros musicales, melodías y artistas.



Tiempo necesario

30-45 minutos

Entorno de aprendizaje

I Actividad individual o grupal

Materiales necesarios

- Reproductor de música (por ejemplo, smartphone, reproductor de CD u ordenador)

Consejos prácticos

- Asegúrate de que los asientos sean cómodos para los participantes y de que todos puedan oír la música con claridad.
- Adapta la selección musical a las preferencias del grupo. Si sabes que a algunos participantes les gusta un género concreto (por ejemplo, jazz, swing o country), incluye más canciones de ese género.

Resultados previstos

- La actividad ayudará a mejorar el recuerdo de canciones conocidas, letras y patrones musicales, reforzando su memoria musical.
- Los participantes desarrollarán una conexión más profunda con el modo en que la música evoca emociones y mejorará su conciencia del ritmo y el tiempo.
- La exposición a diferentes géneros y épocas ampliará su comprensión de los estilos musicales, los instrumentos y los conceptos musicales.

Source

SIF

Guía paso a paso

1. Prepara una lista de reproducción de 8-10 canciones que representen diferentes décadas. Céntrate en canciones conocidas y populares de cada época.
2. Comienza explicando la actividad: «Hoy vamos a escuchar música de diferentes décadas y os animo a pensar en los recuerdos o historias que estas canciones os traigan a la mente».
3. Introduce el concepto del «Sendero de los recuerdos», explicando que cada canción puede recordarles un momento o acontecimiento concreto de su vida.
4. Pon la primera canción durante 1-2 minutos. Anima a los mayores a que piensen en la canción y en si les trae algún recuerdo.
5. Cuando termine la canción, pregunta al grupo «¿Qué os recuerda esta canción? ¿Recuerdan dónde estaban o qué estaban haciendo cuando escucharon esta canción por primera vez?».
6. Conceda tiempo a cada participante para que lo cuente. Si es necesario, hazles preguntas como las siguientes: «¿Sonaba esta canción en algún acontecimiento familiar? ¿Formaba parte de alguna tradición o momento particular de tu vida?». También puede preguntarles: «¿Cómo te hace sentir escuchar esta música? ¿Te trae recuerdos felices?».

