

PAMPLONA

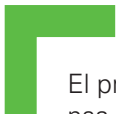
UNED

UNED PAMPLONA

UNED SENIOR 2025 - 2026
PROGRAMA FORMATIVO

65 asignaturas | Nunca es tarde para aprender

UNED SENIOR 2025-2026



El programa formativo de **UNED SENIOR** está dirigido a personas mayores de 50 años que, con independencia de su formación académica, estén interesadas en enriquecer sus conocimientos, sin necesidad de realizar exámenes.

El objetivo es ofrecer una modalidad abierta a personas que no desean matricularse en una titulación, pero que buscan una formación continua, mejorar su calidad de vida, ampliar sus conocimientos y fomentar las relaciones interpersonales.

El programa es abierto, las asignaturas ofertadas cambian en cada curso y **el estudiante podrá matricularse en el número de asignaturas que desee.**

¿QUÉ APORTA?

- » Un espacio universitario propio.
 - » Un lugar de encuentro donde intercambiar conocimientos y experiencias.
 - » Un itinerario flexible, adaptado a las necesidades de cada estudiante.
 - » Una orientación personalizada.
 - » Formación próxima a su lugar de residencia.
 - » Acceso a las tecnologías de la Información y Comunicación.
- 

PROGRAMA

Se impartirán **65 asignaturas** divididas en dos cuatrimestres.

Las clases se impartirán de forma presencial en el centro de UNED Pamplona.

MATRÍCULA

El **plazo de matrícula** para este curso se abrirá el **11 de junio de 2025 a partir de las 9:15 horas** y se prolongará hasta el 26 de septiembre de 2025. La matriculación será ON LINE y por riguroso orden de inscripción. El alumnado podrá matricularse en los cursos de ambos cuatrimestres. El coste por asignatura es de 60 euros. La devolución del importe de la matrícula únicamente se realizará en caso de no celebrarse el curso o por causas justificadas.

Es conveniente en las asignaturas con continuidad que el alumnado haya cursado las primeras partes de la materia para poder continuar con las segundas partes y sucesivas. En el caso de que queden plazas libres, se abriría un segundo plazo de matrícula en enero de 2026.

METODOLOGÍA

Los participantes dispondrán de:

- » Una clase semanal por asignatura.
- » Acceso a la biblioteca, Aulas de informática y demás recursos del Centro.
- » Carné universitario.

TITULACIÓN

Cada año se otorgará un certificado de participación. Al cursar diez asignaturas, se concederá al alumnado el diploma correspondiente

MÁS INFORMACIÓN

UNED PAMPLONA.

C/ Sadar s/n. 31006 Pamplona.

Tlf. 948 243250 | senior@pamplona.uned.es | www.unedpamplona.es

 [@unedpamplona](https://twitter.com/unedpamplona)

 www.facebook.com/unedpamplona

 [@unedpamplona](https://www.instagram.com/unedpamplona)



PRIMER CUATRIMESTRE

▪ CULTIVANDO MANERAS DE VIVIR	12
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA I	13
▪ UN MUNDO EN DESEQUILIBRIO I	14
▪ FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA I	16
▪ GRANDES REYES Y REINAS DEL ANTIGUO EGIPTO	18
▪ DERECHO EN NUESTRAS VIDAS	20
▪ MINDFULLNESS O CONCIENCIA PLENA. Técnicas de salud y bienestar	21
▪ ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (3ª PARTE)	22
▪ ARGUMENTOS DE ESCRITORA. Taller literario de narrativa	23
▪ CON MI DINERO... ¿HAGO SIEMPRE LO QUE QUIERO?	24
▪ LA RUTA DE LA SEDA (2ª PARTE)	25
▪ ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (1ª PARTE)	27
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA III	28
▪ CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS (1ª PARTE)	29
▪ HISTORIA DE LA ANTIGUA ROMA (2ª PARTE)	30
▪ HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA I (1788-1874)	31
▪ PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (1ª PARTE)	32
▪ GRANDES MUSEOS DEL MUNDO Y SUS CIUDADES (1ª PARTE)	33
▪ PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (3ª PARTE)	34
▪ ESCUELA DE ESPECTADORES I. LA MARAVILLA DEL TEATRO	35
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA V	37
▪ TRES RELIGIONES, UN MAR. Una Historia medieval del mar Mediterráneo (1ª PARTE)	38
▪ DISFRUTAR Y ENTENDER EL JAZZ (1ª PARTE)	39
▪ ENTENDIENDO EL MUNDO USANDO ESTADÍSTICA	40
▪ RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS. (2ª PARTE)	42
▪ MIRANDO LAS PÉRDIDAS Y EL DUELO	43
▪ CONOCE Y EDUCA TU VOZ (1ª PARTE)	44
▪ RESOLUCION DE CONFLICTOS . (1ª PARTE)	45
▪ ESCUELA DE ESPECTADORES III. LA MARAVILLA DEL TEATRO	46
▪ HISTORIA DE LA BELLE ÉPOQUE (1871-1914)	48
▪ LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL EN OCCIDENTE I (1939-1942)	49

SEGUNDO CUATRIMESTRE

▪ ¡RECREÁTE! DALE VIDA A LOS AÑOS.....	52
▪ LA HISTORIA DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA I De la Prehistoria a la Era Industrial.....	53
▪ FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA II.....	54
▪ LA HISTORIA DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA II. La arqueología de la muerte en Navarra. Excavando entre tumbas, creencias y ajuares.....	55
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA II.....	56
▪ UN MUNDO EN DESEQUILIBRIO II.....	57
▪ ¿PARA QUÉ SIRVE LA POLÍTICA?.....	58
▪ ¿HACIENDA SOMOS TODOS...O YO UN POCO MÁS?.....	59
▪ ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (4ª PARTE).....	60
▪ ESCENA DEL CRIMEN Y CONDUCTA DELICTIVA. Estudio forense y perfilación de agresores.....	61
▪ ENVEJECIMIENTO SALUDABLE. Claves del cerebro para una vida plena y con propósito....	62
▪ CUESTIÓN DE GÉNERO. Taller literario de narrativa.....	63
▪ LA RUTA DE LA SEDA 3ª PARTE.....	64
▪ ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (2ª PARTE).....	65
▪ CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS (2ª PARTE).....	66
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA IV.....	67
▪ HISTORIA DE LA ANTIGUA ROMA (3ª PARTE).....	68
▪ HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA II (1875-1931).....	69
▪ PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (2ª PARTE).....	70
▪ REPENSANDO LOS EEUU DESDE SU HISTORIA Y SU LITERATURA.....	71
▪ PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (4ª PARTE).....	72
▪ GRANDES MUSEOS DEL MUNDO Y SUS CIUDADES (2ª PARTE).....	73
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA VI.....	74
▪ ESCUELA DE ESPECTADORES II. LA MARAVILLA DEL TEATRO.....	75
▪ CLAVES ACTUALES DE LA GLOBALIZACIÓN.....	77
▪ TRES RELIGIONES, UN MAR. Una Historia medieval del mar Mediterráneo. (2ª PARTE)...	78
▪ DISFRUTAR Y ENTENDER EL JAZZ (2ª PARTE).....	79
▪ GRANDES ESCRITORAS DE LA LITERATURA HISPANOAMERICANA.....	80
▪ CONOCE Y EDUCA TU VOZ (2ª PARTE).....	81
▪ ESCUELA DE ESPECTADORES IV. LA MARAVILLA DEL TEATRO.....	82
▪ LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL EN ORIENTE (1937-1945).....	83
▪ LA SALUD DESDE EL MOVIMIENTO.....	84
▪ LA PRÁCTICA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA POTENCIAR UNA VIDA SALUDABLE.....	85
▪ LA SEGUNDA GUERRA MUNDIA EN OCCIDENTEL II (1942-1945).....	86



HORARIOS PRIMER CUATRIMESTRE

	 LUNES	MARTES	
MAÑANAS		DERECHO EN NUESTRAS VIDAS de 09:30 a 10:30 h. Aula 8. Arancha Yuste. MINDFULNESS O CONCIENCIA PLENA de 09:30 a 11:30 h. Aula Multiusos. Benigna Sanz.	
	CULTIVANDO MANERAS DE VIVIR de 10:30 a 12:00. Aula 13. Pilmaiquén Mancini.	ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA III de 10:00 a 11:30 h. Aula 7. Ana Zabalegui.	
		ARGUMENTOS DE ESCRITORA. TALLER LITERARIO DE NARRATIVA de 11:00 a 12:30 h. Aula 14. Ignacio Lloret. ¿CON MI DINERO, HAGO SIEMPRE LO QUE QUIERO? de 11:00 a 12:00 h. Aula 8. Arancha Yuste. LA RUTA DE LA SEDA (2ª PARTE) 11:15-12:15 h. Aula Magna. Eva Tobalina. de 11:45 a 13:15 h. Aula13.	
	INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA I de 12:00a 13:30 h. Aula 12. Juan Galarraga. UN MUNDO EN DESEQUILIBRIO I ¿CÓMO HEMOS LLEGADO HASTA AQUÍ? de 12:00 a 13:30 h. Aula 8. Víctor Iriarte.	ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA I (GRUPO 1) de 12:00 a 13:30 h. Aula 7. Ana Zabalegui. INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA III de 12:00 a 13:30 h. Aula 12 Juan Galarraga. Hª DE LA ANTIGUA ROMA (2ª PARTE) de 12:30 a 13:30 h. Aula Magna. Eva Tobalina.	
TARDES	FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA I de 17:00 a 18:30 h. Aula 26. Luis Cortés. GRANDES REYES Y REINAS DEL ANTIGUO EGIPTO de 18:00 a 19:00 h. Aula 12. Belén del Barrio.	CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS (1ª PARTE) de 18:00 a 19:00 h. Aula 26.	

29 de septiembre 2025 - 16 de enero de 2026

	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
MAÑANAS		DISFRUTAR Y ENTENDER EL JAZZ (1ª PARTE) de 09:30 a 11:00 h. Aula 7. Eva Martínez. ENTENDIENDO EL MUNDO USANDO ESTADÍSTICA de 09:00 a 10:00 h. Aula 9 Fco Javier Faulín y Adrian Serrano.	
	HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA I (1788-1874) de 10:00 a 11:00 h. Aula Magna. Gonzalo Fernández. PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (1ª PARTE) de 10:00 a 11:00. Aula 12. Cristina Val. ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA I (GRUPO 2) de 10:00 a 11:30. Aula 7. Ana Zabalegui.	RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS (2ª PARTE) de 10:00 a 11:00 h. Aula 8. Elena Sarasa. MIRANDO LAS PÉRDIDAS Y EL DUELO de 10:00 a 11:00 h. Aula 12. Asociación Goizargi.	
	GRANDES MUSEOS DEL MUNDO Y SUS CIUDADES (1ª PARTE) de 11:15 a 12:15 h. Aula Magna. Ana Ulargui. PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (3ª PARTE) de 11:15 a 12:15 h. Aula 12. Cristina Val.	CONOCE Y EDUCA TU VOZ (1ª PARTE) de 11:30 a 13:00 h. Aula 7. Eva Martínez. RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS (1ª PARTE) de 11:30 a 12:30 h. Aula 8. Elena Sarasa.	HISTORIA DE LA BELLE ÉPOQUE (1871-1914) de 11:00 a 12:00 h. Aula Magna. Aitor Yuste.
TARDES	TRES RELIGIONES, UN MAR. UNA HISTORIA MEDIEVAL DEL MAR MEDITERRÁNEO (1ª PARTE) de 12:30 a 13:30 h. Aula Magna. Ana Ulargui. ESCUELA DE ESPECTADORES I. LA MARAVILLA DEL TEATRO de 12:00 a 13:30 h. Aula 8. Víctor Iriarte y Ana Zabalegui. INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA V de 12:00 a 13:30 h. Aula 7. Juan Galarraga.	ESCUELA DE ESPECTADORES III. LA MARAVILLA DEL TEATRO de 12:00 a 13:30 h. Aula 8. Víctor Iriarte y Ana Zabalegui.	LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL EN OCCIDENTE I (1939-1942) de 12:15 a 13:15 h. Aula Magna. Aitor Yuste.

HORARIOS SEGUNDO CUATRIMESTRE



MARTES

MAÑANAS

	¿HACIENDA SOMOS TODOS O YO... UN POCO MÁS? de 09:30 a 10:30 h. Aula 8. Arancha Yuste.
	ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA IV de 10:00 a 11:00 h. Aula 7. Ana Zabalegui . ESCENA DEL CRIMEN Y CONDUCTA DELICTIVA de 10:00 a 11:00 h. Aula Magna. D. Koldo Fernández. ENVEJECIMIENTO SALUDABLE: CLAVES DEL CEREBRO PARA UNA VIDA PLENA de 10:00 a 11:30 h. Aula12. Nuria Carcavilla.
¡RECREÁTE! DALE VIDA A LOS AÑOS de 11:00 a 12:00 h. Aula 13. Pilmaiquén Mancini.	LA RUTA DE LA SEDA (3ª PARTE) de 11:15 a 12:15 h. Aula Magna. Eva Tobalina. CUESTIÓN DE GÉNERO. TALLER LITERARIO DE NARRATIVA de 11:00 a 12:30 h. Aula 14. Ignacio Lloret.
INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA II de 12:00 a 13:30 h. Aula 12. Juan Galarraga. UN MUNDO EN DESEQUILIBRIO II ¿CÓMO HEMOS LLEGADO HASTA AQUÍ? de 12:00 a 13:30 h. Aula 8. Víctor Iriarte Ruiz. ¿PARA QUÉ SIRVE LA POLÍTICA? de 12:30 a 14:00 h. Aula 7. Varios.	INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA IV de 12:00 a 13:30 h. Aula 12. Juan Galarraga. ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA II (GRUPO 1) de 12:00 a 13:30 h. Aula 7. Ana Zabalegui. HISTORIA DE LA ANTIGUA ROMA (3ª PARTE) de 12:30 a 13:30 h. Aula Magna. Eva Tobalina.

TARDES

LA Hª DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA I de 17:00 a 18:00 h. Aula 25. Javier Armendariz y José Antonio Faro. FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA II de 17:00 a 18:30 h. Aula 26. Luis Cortés. LA HISTORIA DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA II de 19:00 a 20:00 h. Aula 13. José Antonio Faro.	CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS VII (2ª PARTE) de 18:00 a 19:00 h. Aula 26.
---	---

9 de febrero 2026 - 22 de mayo de 2026

	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
MAÑANAS		DISFRUTAR Y ENTENDER EL JAZZ (2ª PARTE) de 09:30 a 11:00 h. Aula 7. Eva Martínez.	
	ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA II (GRUPO 2) de 10:00 a 11:30 h. Aula 7. Ana Zabalegui. HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA II (1875-1923) de 10:00 a 11:00 h. Aula Magna. Gonzalo Fernández. PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (2ª PARTE) de 10:00 a 11:00 h. Aula 12. Cristina Val.	GRANDES ESCRITORAS DE LA LITERATURA HISPANOAMERICANA de 10:00 a 11:30 h. Aula 2. Covadonga Romero.	LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL EN ORIENTE (1937-1945) de 11:00 a 12:15 h. Aula Magna. Aitor Yuste. LA SALUD DESDE EL MOVIMIENTO: MÁS VALE PREVENIR QUE CURAR de 11:30 a 13:00 h. Aula Multiusos. Iñaki Domínguez.
	REPENSANDO LOS EEUU DESDE SU HISTORIA Y SU LITERATURA de 11:00 a 12:00 h. Aula 26. Aitziber Aldabe. PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (4ª PARTE) 11:15-12:15 h. Aula 12. Cristina Val. GRANDES MUSEOS DEL MUNDO Y SUS CIUDADES (2ª PARTE) 11:15-12:15 h. Aula Magna. Ana Ulargui.	CONOCE Y EDUCA TU VOZ (2ª PARTE) de 11:30 a 13:00 h. Aula 7. Eva Martínez.	
	INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA VI de 12:00 a 13:30 h. Aula 13 Juan Galarraga. ESCUELA DE ESPECTADORES II de 12:00 a 13:30 h. Aula 8. Víctor Iriarte Ruiz. CLAVES ACTUALES DE LA GLOBALIZACIÓN de 12:00 a 13:30 h. Aula 7. Jorge Urdánóz. TRES RELIGIONES, UN MAR. UNA HISTORIA MEDIEVAL DEL MAR MEDITERRÁNEO (2ª PARTE) de 12:30 a 13:30 h. Aula Magna. Ana Ulargui.	ESCUELA DE ESPECTADORES IV de 12:00 a 13:30 h. Aula 8. Víctor Iriarte Ruiz y Ana Zabalegui.	LA PRÁCTICA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA POTENCIAR UNA VIDA SALUDABLE de 12:00 a 13:30 h. Aula 26. Silvia Zabalza. LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL EN OCCIDENTE II (1942-1945) de 12:30 a 13:45 h. Aula Magna. Aitor Yuste.
TARDES			



cuatrimestre

29 de septiembre 2025 - 16 de enero 2026

CULTIVANDO MANERAS DE VIVIR

Profesora: Pilmaiquén Mancini Paz.

Fechas: Lunes, de 10:30 a 12:00 h.



Abonaremos y cuidaremos la tierra de nuestra etapa vital a través del diálogo con la naturaleza, un mensaje de cuidado tanto medioambiental como humano.

¡Sé parte del cambio que el mundo necesita!

Lenguaje sencillo y vivencial. Metáforas, dinámicas, imágenes, lecturas y ejercicios contemplativos que invitan a reflexión-acción.

- » Dar valor a la experiencia y profundizar en el conocimiento propio.
- » Afrontar la vida con sentido y esperanza a través de aprendizajes significativos.
- » Disfrutar el tiempo compartido con otras personas.

Contenidos

Empieza por lo que tienes. Acompasándonos con el calendario nos asomaremos al paisaje de las estaciones y los secretos de la naturaleza que nos revelan algo que necesitamos aprender sobre nuestro vivir y el mundo que habitamos.

Pequeños pasos. Compartiremos semillas de aprendizajes que llevar a la práctica demostrando que incluso las pequeñas acciones cuentan e inspiran esperanza y nos comprometen a cuidar y hacer crecer lo que es posible.

Cultivando el campo de los encuentros daremos cabida a miradas y puntos de vista que enriquezcan la experiencia individual y grupal que la animen y sostengan.

Contemplaremos la belleza. Quien busque ensanchar su experiencia en lo cotidiano y, muchas veces, en lo no esperado, encontrará una sabiduría nueva.

INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA I

Profesor: Juan Galarraga Irujo.

Fechas: Lunes, de 12:00 a 13:30 h.



Este curso va dirigido a aquellas personas interesadas en aprender inglés que no tengan conocimientos previos o bien sean mínimos.

Se trabajará principalmente a través de juegos, hojas de trabajo, etc. junto con audios, juegos con el uso del móvil que harán las clases muy dinámicas y fáciles de recordar. El material utilizado está basado en un enfoque comunicativo que ayudará al alumnado a hablar y entender el inglés del mundo real y cotidiano.

El objetivo principal de dicho curso es capacitar al alumnado para comprender y utilizar expresiones cotidianas de uso muy frecuente así como frases sencillas destinadas a satisfacer necesidades de tipo inmediato. Ayudándoles a adquirir y mejorar sus capacidades de comprensión y expresión oral y escrita a través de la gramática, el vocabulario y los elementos socioculturales de la lengua.

El curso será muy práctico y se necesitará la participación activa del alumnado.

Contenidos

Entre las áreas temáticas presentes en este curso están:

- » Saludos (presentaciones)
- » Hablar de sí mismos (gustos, preferencias, etc.)
- » Descripción física y personalidad
- » Relaciones con otras familias (la familia)
- » Vida cotidiana (hábitos y costumbres)
- » Educación

UN MUNDO EN DESEQUILIBRIO I ¿CÓMO HEMOS LLEGADO HASTA AQUÍ?

Profesor: Víctor Iriarte Ruiz.

Fechas: Lunes, de 12:00 a 13:30 h.



El curso nace en un momento en que los consensos mundiales establecidos en el mundo tras la Segunda Guerra Mundial están en trance de derrumbarse y desaparecer. Están llegando al poder por medios democráticos políticos populistas y excéntricos dispuestos a transformar las reglas del juego durante los últimos 80 años. ¿Cómo ha sido posible un cambio de paradigma de tal magnitud que genera no poca incertidumbre? Ante la catarata de acontecimientos que se suceden en días y casi en horas, los historiadores necesitan un reposo del que carecen para analizar con suficiente perspectiva lo que está pasando. Es, por tanto, desde el periodismo donde podemos atisbar algunas claves para entender nuestro día a día y los cambios vertiginosos que se están produciendo.

El curso se enfoca en la evolución desde el final de la Segunda Guerra Mundial de los países que hoy día ocupan las portadas de los medios. En concreto, los últimos 80 años de Estados Unidos, Israel y Alemania. Se analizan sus sistemas políticos, su estructura jurídico-administrativa, las peculiaridades de su sistema electoral, cómo son sus partidos políticos y qué ideas y preocupaciones subyacen en sus ciudadanos a la hora de escoger a sus dirigentes. Viendo sus inercias y lastres, y los acontecimientos que han marcado su devenir, y analizando las películas, novelas y ensayos que mejor les definen, podremos entenderlos mejor.

Explicación de los temas. Comparación de los sistemas políticos de estos países con España. Proyecciones de vídeos. Lecturas y películas recomendadas. Debates.

Contenidos

- » **Los sistemas políticos.** ¿Cómo se organiza cada país? El sistema político de los Estados Unidos de América: Dios bendiga a mi país y a mi Colt. Las elecciones presidenciales, un sistema donde muy pocos votos lo deciden todo.
- » **Estados Unidos tras la Segunda Guerra Mundial.** La superpotencia sale al mundo. Las presidencias de Roosevelt, Truman y Eisenhower. La guerra, el método de los americanos para aprender geografía.

- » **Kennedy, Johnson y un sueño americano que nunca llegó.** Mucho Woodstock pero ojito con Nixon. Los conservadores también hacen la revolución: Reagan y Bush padre.
- » **Dos pasos adelante y uno atrás: Bill Clinton y George Bush.** Es la economía, estúpido. Y el 11-S. De Obama a Trump. La ruptura de todos los esquemas y consensos. ¿A dónde nos lleva la nueva oligarquía?
- » **Israel, un estado joven y en expansión.** Los judíos, un pueblo peregrino cansado de viajar. Un solar atormentado que todos anhelan. La partición.
- » **El nacimiento del país, el espíritu combativo,** cuatro guerras en cuarenta años. El predominio socialista-sionista durante medio siglo. El sueño de Rabin acaba en sangre.
- » **El sistema unicameral israelí,** un parlamento donde cunde el matiz. La nueva emigración y el giro a la derecha extrema. Netanyahu y su huida hacia adelante.
- » **Delenda es Gaza.** Los judíos tomaron buena nota de la Shoah. ¿Qué futuro le espera a Palestina?
- » **Alemania, donde se sabe el número de diputados al concluir el recuento.** La vergüenza preside una reconstrucción acelerada. De Adenauer a Willy Brandt. El milagro económico de “San Marko”. El gigante industrial y el enano político.
- » **La reunificación trae de vuelta a las instituciones a comunistas y ultraderecha.** Dos países divididos por la “Ostalgie”: Del Good bye Lenin a La vida de los otros. Si Alemania estornuda, Europa se toma el paracetamol.
- » **Merkel o la estabilidad.** La guerra en Ucrania rompe 60 años de política exterior coherente. La gran coalición como espejo: una derecha democrática que sí ha estudiado historia y una socialdemocracia patriota.

FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA I

Profesor: Luis Cortés Briñol.

Fechas: Lunes, de 17:00 a 18:30 h.



La filosofía nació preguntando. Y, aunque pueda parecer una disciplina muy alejada del mundo real, de poco valdrá si no nos ayuda a pensar el presente. El objetivo de este curso es extraer las enseñanzas y reflexiones de la tradición filosófica y aplicarlas a los problemas del día a día. Cada clase plantearemos una pregunta inicial y la lectura de un breve texto filosófico, de un autor distinto cada día, que servirá de punto de partida. Al estilo platónico, iniciaremos una conversación en la que irán surgiendo matices, debates y argumentos que se conectarán con las experiencias vitales de cada estudiante.

El curso está dirigido a cualquier persona, con curiosidad por las ideas, que quiera introducirse en la filosofía y sus grandes temas. Al finalizar el programa, el alumnado habrá adquirido una mochila conceptual que le equipará para continuar su camino de aprendizaje con una visión más rica profunda de la realidad

Contenidos

- » **¿Todos somos filósofos? (Gramsci)** En la primera clase descubriremos por qué la filosofía es algo muy extraño. A poco que reflexionemos, caeremos en la cuenta de que todos la practicamos, queramos o no. Nuestro interés, por tanto, será ejercitarla mejor.
- » **¿Existe la verdad o es todo relativo? (Platón)** Una de las cuestiones más importantes de la filosofía es cómo podemos distinguir entre lo objetivo y lo subjetivo. ¿Es todo opinable?
- » **¿Cómo saber qué es lo justo? (Aristóteles)** La idea de justicia es clave en filosofía. Cada día nos topamos con situaciones de las que cabe preguntarse si son justas o son injustas y, lo más importante, por qué.
- » **¿Somos buenos o malos por naturaleza? (Rousseau)** La pregunta que se esconde detrás del falso dilema es la que se cuestiona qué nos hace humanos y en qué medida la sociedad nos transforma.
- » **¿Por qué actuar bien? (Kant)** Nos han enseñado que actuar correctamente es bueno, pero, ¿qué fundamentos hay detrás? ¿Qué pasa si uno elige la maldad como guía de su vida?

- » **¿Decidimos con razones o con emociones? (Hume)** Razón y emoción aparecen enfrentadas en casi todos los tratados de nuestra tradición filosófica. Descubriremos que ambas se necesitan para formar los juicios y decidir.
- » **¿Hasta qué punto somos libres? (Spinoza)** El gran tema de la libertad ha traído de cabeza a los filósofos de todas las épocas. ¿Está todo determinado, hay libre albedrío? Veremos, con ejemplos concretos del día a día, qué clase de libertad se está ejerciendo.
- » **¿Por qué sigue siendo importante el feminismo? (Martha Nussbaum)** El feminismo no es una sola cosa. Hay muchas corrientes, a veces enfrentadas, que ponen el énfasis en aspectos distintos. Se hace imprescindible plantearse sus propuestas y reivindicaciones.
- » **¿Qué sentido tiene la vida humana? (Albert Camus)** La cuestión de la felicidad nos permitirá preguntarnos cómo podemos vivir una vida buena y qué sentido darle a nuestra existencia.
- » **¿Filosofar es aprender a morir? (Epicuro)** La muerte es la última parada de nuestra vida. Como tal, ha sido objeto de innumerables reflexiones. ¿Qué nos puede enseñar la filosofía sobre la muerte?

GRANDES REYES Y REINAS DEL ANTIGUO EGIPTO

Profesora: Belén Del Barrio Madruga.

Fechas: Lunes, de 18:00 a 19:00 h.

El Antiguo Egipto constituye una de las civilizaciones más fascinantes y duraderas de la historia. Desde la unificación del Alto y Bajo Egipto bajo el mando de Narmer, hasta el reinado de Cleopatra VII y la incorporación de Egipto al Imperio Romano, el poder faraónico se consolidó como una institución política, religiosa y simbólica de carácter único.



Este curso propone un estudio sistemático de las figuras reales que marcaron los distintos períodos históricos del Egipto faraónico, desde la Dinastía I hasta la dinastía ptolemaica. Lejos de una mera sucesión cronológica, el análisis se centrará en las transformaciones ideológicas, sociales y políticas que conformaron la figura del monarca egipcio, así como en los mecanismos de legitimación del poder, el simbolismo del trono, el culto a la realeza y su representación en las fuentes textuales y arqueológicas. Todo ello sin olvidar a las grandes reinas egipcias, desde la reina Hetepheres y la enigmática Nitocris en el Reino Antiguo, pasando por Neferusobek y Ahhotep en el Reino Medio, hasta la gran Hatshepsut, la célebre Nefertiti y la icónica Cleopatra VII.

A través del estudio de estos casos paradigmáticos, abordaremos la evolución del rol del faraón como intermediario entre los dioses y los hombres, comandante militar, legislador, administrador y símbolo de unidad territorial.

El curso, por tanto, no se limita a una historia de reyes y reinas, sino que examina el fenómeno de la monarquía sagrada egipcia en su complejidad cultural e histórica, así como el papel determinante de algunas reinas que consiguieron gobernar por sí solas en una sociedad en la que las mujeres tenían los mismos derechos que los hombres, pero el acceso al poder estaba limitado a los miembros varones de la realeza.

Se desarrollará mediante una metodología integradora y crítica, que combinará la exposición teórica con el análisis de fuentes primarias y secundarias.

Las estrategias didácticas incluirán:

- Clases presenciales con soporte audiovisual, centradas en el análisis histórico y temático de cada periodo y sus principales monarcas.
- Exposición acorde a bibliográfica especializada, incluyendo investigaciones egiptológicas contemporáneas.
- Estudios de caso, dedicados a figuras de la realeza que encarnan rupturas o continuidades en la historia política egipcia.
- Análisis iconográfico y arqueológico, en relación con la representación del poder real en monumentos, estatuaria y objetos funerarios.
- Revisión crítica de fuentes primarias, tales como inscripciones jeroglíficas, textos religiosos, correspondencia diplomática (como las Cartas de Amarna), y relatos clásicos greco-romanos.
- Debates temáticos orientados a fomentar la discusión académica y el pensamiento crítico.

Contenidos

Módulo I: Fundamentos del Poder Faraónico

- » El periodo predinástico y la unificación de Egipto: Narmer y el nacimiento del Estado dinástico.
- » Dinastías I-III: centralización, rituales y expansión territorial.
- » El faraón Zoser y la pirámide escalonada.

Módulo II: El Reino Antiguo y la Consolidación del Poder

- » Los primeros faraones de la Dinastía IV: Snefru y la reina Hetheperes.
- » Los grandes constructores de las pirámides: Keops, Kefrén y Micerinos.
- » La dinastía V, de Userkaf a Unas.
- » La dinastía VI: Teti, el fundador, y Nitocris, la última monarca.
- » La crisis del poder central en el Primer Periodo Intermedio.

Módulo III: El Reino Medio y la Reconfiguración del Estado

- » La dinastía XI y Mentuhotep II
- » La dinastía XII: Amenemhat I y Sesostri III
- » Neferusobek, la reina-faraón última gobernante de la dinastía XII

Módulo IV: Reino Nuevo: Apogeo imperial y reformas

- » Expulsión de los hicsos y refundación del Estado: Seqenenre Tao II y la reina Ahhotep.
- » Ahmose I, fundador de la dinastía XVIII y la reina Ahmosis Nefertari.
- » La época tutmósida y la llegada al poder de la reina Hatshepsut como faraón.
- » Amenhotep III y la reina Tiye: el esplendor de Egipto.
- » Akhenaton: la revolución religiosa y conflicto ideológico con la supremacía del dios Aton.
- » Nefertiti: la bella ha llegado... ¿al trono de Egipto?
- » Tutankhamon, Ay y Horemheb: la restauración de la ortodoxia.
- » Dinastía XIX: Seti I, Ramsés II y la proyección imperial de Egipto.
- » Dinastía XX y el inicio de la fragmentación política.

Módulo V: Periodos tardíos y monarquías multiculturales

- » Tercer periodo intermedio: pluralidad de poderes y sacerdocio de Amón.
- » Dinastía XXV (kushita) y XXVI (saíta): retorno a la tradición y arte arcaizante.
- » Conquista persa: monarquía extranjera y administración imperial.

Módulo VI: Dinastía Ptolemaica y fin de la realeza egipcia

- » Alejandro Magno y la fundación de Alejandría.
- » La dinastía Ptolemaica: sincretismo religioso, propaganda y conflicto dinástico.
- » Cleopatra VII, una reina-faraón en un mundo masculino: diplomacia, imagen pública y transición al dominio romano.

DERECHO EN NUESTRAS VIDAS

Profesora: Arancha Yuste Jordán.

Fechas: Martes, de 09:30 a 10:30 h.



El curso se dirige a todos los alumnos jurídicamente curiosos que quieran descubrir los efectos del Derecho en nuestra vida y quieran compartir el camino de este aprendizaje. Desde nuestro nacimiento hasta la muerte, el ordenamiento jurídico acompaña de manera silenciosa nuestras vidas. Todo es Derecho, desde que nacemos hasta el final del camino y el Código Civil así nos lo recuerda. Nos dice en su artículo 29, que el nacimiento determina la personalidad y que ésta se extingue por la muerte de las personas (artículo 32 CC).

Breve exposición técnica de las cuestiones, que debe ir acompañada de la intervención de los asistentes al objeto de estimular el debate sobre las experiencias propias del alumnado.

Cuando sea preciso, se entregará material de sencillo manejo sobre el contenido del curso como medio para reforzar las materias impartidas y sean un medio para favorecer y enriquecer el diálogo y la participación en clase.

Asimismo, se contará con la participación de profesionales de reconocido prestigio en *“Diálogos con Expertos.”*

Contenidos

En este camino nos surgen de la mano del Derecho un sinfín de cuestiones que juntos iremos desgranando:

- » ¿Qué es el Derecho? ¿El por qué de las disposiciones jurídicas, quiénes son los creadores del Derecho y con qué valor normativo?
- » Mis primeros pasos.
- » Toda una vida y relaciones en clave jurídica: ya tengo 18 años.
- » Expertos en Derecho a lo largo de la vida: mi primer contrato (de trabajo, de alquiler, compraventa de casa, de préstamo, de suministros, etc...) y luego se sucedieron otros.
- » Del valor de la palabra dada a *“todo por escrito.”*
- » El buenismo del carácter español: qué no haría yo por mis hijos.
- » Poderoso caballero es don dinero: ¿por qué pago impuestos? ¿Hacienda somos todos?
- » El valor del silencio.
- » Precaución: puedo ser vulnerable y sujeto de engaño. ¿Qué hacer, cómo actuar?
- » Mis últimas voluntades.

MINDFULNESS O CONCIENCIA PLENA

Técnicas de salud y bienestar

Profesora: Benigna Sanz Azcona.

Fechas: Martes, de 09:30 a 11:30 h.

Mindfulness o Conciencia Plena, se refiere a técnicas de salud y bienestar, desde la teoría sobre neurociencia social y psicoterapia. Influye en la actitud ante la vida, en la gestión emocional y las relaciones con uno/a mismo/a y con el mundo.



En los ejercicios prácticos se incluyen meditaciones de mindfulness, heartfulness, self-compassion y playfulness, conceptos que nos llevan a trabajar con la conciencia, el corazón, la compasión y el juego, como aspectos necesarios para la felicidad.

El objetivo es conocer diferentes prácticas de Mindfulness, aprender a aplicarlas a la vida cotidiana para fomentar la conciencia y la compasión, y entrenar la gestión emocional. Todo esto puede llevar a sentirse mejor en la vida, a la aceptación, satisfacción personal, mejora relacional, y al desarrollo espiritual, dependiendo de las situaciones individuales. Entrenamiento para vivir el presente, con atención, con intención y sin juzgar.

Contenidos

Introducciones teóricas y ejercicios prácticos de meditación en todas las sesiones. Algunas serán de práctica formal y otras de práctica informal. Las que se puedan, que se grabarán en audio y se compartirán con el alumnado.

Nos entrenaremos en la indagación sobre sensaciones corporales, emociones y pensamientos después de cada ejercicio, imprescindible para la toma de conciencia.

Tareas semanales para casa. Excepcionalmente power point o vídeos.

- » Introducción, definición, diferenciación conceptual.
- » Breve historia.
- » Autores y referencias bibliográficas.
- » Conceptos básicos de neurociencia social.
- » Emociones, creencias, estrés, ansiedad, depresión, dolor físico y dolor emocional, alimentación...
- » En este curso lo principal son los ejercicios prácticos con la indagación del efecto en el cuerpo, en la mente y en las emociones. Y los aspectos teóricos nos sirven de conocimiento de lo que podemos conseguir, para qué, y cómo realizar el entrenamiento, además de motivación.
- » Los ejercicios serán de práctica formal de meditación, desde la observación de la respiración en el aquí y ahora, incluyendo en ocasiones temas de situaciones emocionales y visualizaciones, y otras prácticas informales que se podrán aplicar en el día a día como por ejemplo en la alimentación, las relaciones, etc.

ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (3ª PARTE)

Profesora: Ana Zabalegui Reclusa.

Fechas: Martes, de 10:00 a 11:30 h.

Exploraremos el fascinante periodo comprendido entre 1850 y 1920, una era de intensos cambios y evolución en la música. El postromanticismo, con autores como Liszt, Brahms, Dvorák y Chaikovsky, llega a su apogeo con Mahler, mientras que se desarrollan nuevas tendencias que reflejan la diversidad cultural de la época, como el nacionalismo musical. Este periodo también es testigo de los innovadores movimientos de vanguardia, desde el impresionismo de Debussy hasta el modernismo de Stravinsky, culminando en el rupturismo de la Segunda Escuela de Viena con el dodecafonismo y el atonalismo de Schoenberg y Berg. A lo largo de este módulo, analizaremos cómo estos cambios revolucionaron el lenguaje musical y cómo la tecnología de la grabación de música marcó un antes y un después en la forma en que vivimos la música.

El principal objetivo de esta sección es ofrecer un entendimiento profundo de las principales corrientes musicales del periodo entre 1850 y 1920, centrándonos en los desarrollos del postromanticismo, el nacionalismo musical y las primeras vanguardias. Los estudiantes aprenderán a identificar las características estilísticas de compositores como Liszt, Brahms, Dvorák, Chaikovsky y Mahler, y a analizar cómo su música reflejó tanto los avances emocionales del romanticismo tardío como las búsquedas de nuevas sonoridades. Además, se estudiará el nacimiento de los movimientos nacionales que influenciaron a compositores en diferentes países y el impacto del impresionismo de Debussy, el modernismo de Stravinsky y la revolución rupturista de Schoenberg y Berg. Otro objetivo clave será comprender la influencia de la tecnología, particularmente la invención de la grabación de la música, y cómo esta transformó la forma en que la música llegó a su audiencia.

Contenidos

ESTILOS MUSICALES Y GRANDES AUTORES–De 1850 a 1925

- » **El poema sinfónico.** Los significantes musicales y el lenguaje del sonido: Berlioz. Belleza sensual y cálida coloración.
- » **Su majestad el piano y los genios aplaudidos.** Liszt y Chopin. El virtuosismo y el más difícil todavía.
- » **El gran gesto sinfónico.** Orquestas y salas de concierto más grandes. De Brahms a Mahler. Cada vez más colores en el arco iris.
- » **Verdi versus Wagner.** Shakespeare y el triunfo del amor trágico. De la ópera al drama y a la obra de arte total. Sumergiéndonos en las aguas del Rin.
- » **Música de raíces populares, el nacionalismo musical.** Todos los países tienen voz: Finlandia, Noruega, Chequia, España, Rusia, Estados Unidos. Dvorak y el nuevo mundo
- » **Las claves de la dirección musical,** ¿El mito del maestro? Sigue mi ritmo.
- » **Un puñado de rusos.** De los ritmos caucási-



cos, danzas cosacas y cantos ortodoxos a la gran música para bailar de Chaikovsky.

- » **Gran música española a comienzos del Siglo XX:** Albéniz, Granados, Falla. El estreno del Amor Brujo.
- » **Una mirada a los ismos.** El impresionismo en dos palabras: im-presionante. Piezas en forma de peras. Mirando a oriente. Debussy
- » **Llega la modernidad.** Stravinsky, el Picaso de la música. Sonidos recién inventados. Nuevas melodías y armonías para orquesta y coro, y piezas para los fantasiosos ballets de Diaghilev
- » **La Viena fin de siglo.** Mahler, la música que contiene el mundo. Atonalidad, dodecafonismo, serialismo, las convenciones saltan por los aires.
- » **Puccini, la humanización del verismo.** Tres heroínas maravillosamente musicales, con muy mala suerte en la vida: Mimi, Tosca y Butterfly.
- » **La era de los inventos populares.** La música se graba y se reproduce. El jazz y la música popular son los reyes. El cine, ese gran aliado.

ARGUMENTOS DE ESCRITORA

Taller literario de narrativa

Profesor: Ignacio Lloret.

Fechas: Martes, de 11:00 a 12:30 h.



Conocer las técnicas narrativas empleadas por las autoras en sus textos.
Adquirir conocimientos de escritura creativa ejercitándolos en el contexto del taller.

A lo largo de las 12 sesiones previstas para este taller literario de narrativa, se leerán y comentarán 12 textos de distintos géneros dentro de la prosa, escritos por autoras de diferente origen y condición.

Una parte de cada sesión estará dedicada a la redacción de breves ejercicios voluntarios de escritura creativa relacionados con el texto correspondiente.

- » Lectura y comentario de los textos a partir de criterios literarios.
- » Breves ejercicios de escritura creativa a realizar y compartir en cada sesión.
- » Debate sobre los asuntos de fondo.

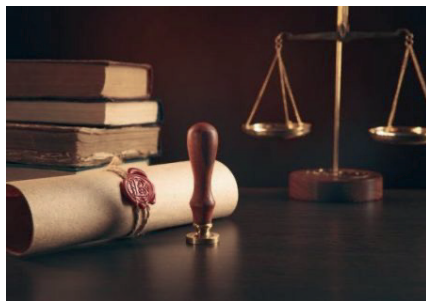
Contenidos

- » Nérida Piñón
- » Anne Patchett
- » Leila Guerriero
- » Joan Didion
- » Natalia Ginzburg
- » Janet Malcolm
- » Clarice Lispector
- » Tove Ditlevsen
- » Ammy Hempel
- » Leslie Jamison
- » Vivian Gornick
- » Catherine Mansfield

CON MI DINERO, ¿HAGO SIEMPRE LO QUE QUIERO?

Profesora: Arancha Yuste Jordán.

Fechas: Martes, de 11:00 a 12:00 h.



Conocer los aspectos más importantes sobre las transmisiones lucrativas, inter vivos y mortis causa: donaciones y sucesiones.

Breve exposición técnica de las cuestiones, que debe ir acompañada de la intervención de los asistentes al objeto de estimular el debate sobre las experiencias propias de los alumnos.

Cuando sea preciso, se entregará material de sencillo manejo sobre el contenido del curso como medio para reforzar las materias impartidas y sean un medio para favorecer y enriquecer el diálogo y la participación en clase.

Asimismo se contará con la participación de profesionales de reconocido prestigio en nuestros “Diálogos con Expertos”.

Contenidos

Desde una perspectiva civil y tributaria abordaremos algunos de los interrogantes que se nos plantean en determinado momento de nuestra vida y sobre los que hay que tomar decisiones:

- » El contrato de donación: aspectos civiles y tributarios.
- » Sucesión “mortis causa”
- » ¿Cuál es la composición de la herencia?
- » ¿Quién es quién: causante, heredero, heredero de confianza y legatario? ¿Cómo afecta la condición civil del causante?
- » ¿Qué es la sucesión testada e intestada?
- » La libertad de testar en Navarra y las legítimas en el Derecho Civil Común.
- » El testamento de hermandad.
- » Bienes sujetos a reserva.
- » Las mandas y legados.
- » Aceptación y partición de la herencia.
- » Las consecuencias jurídico-tributarias de las transmisiones mortis causa.

LA RUTA DE LA SEDA

(2ª PARTE)

Profesora: Eva Tobalina Oraá.

Fechas: Martes, de 11:15 a 12:15 h.



A lo largo de este curso se detallarán las transformaciones que experimentó la Ruta de la Seda durante la Edad Media. Se examinará la fulminante conquista musulmana de los siglos VII-VIII, que consiguió incorporar una buena parte del camino bajo la misma construcción política, y dotó a la Ruta de una de sus paradas más reconocibles, la ciudad de Bagdad. Se expondrán los cambios del nuevo período, como la expansión del islam, la mejora de las condiciones del comercio y las nuevas características del recorrido marítimo. De igual manera, se señalará el nacimiento de nuevas construcciones políticas, como el Imperio Jorasmio. El curso terminará con la llegada de un nuevo actor al mundo de la Ruta de la Seda: los mongoles de Gengis Jan, que se apoderarán de todos los territorios del califato abasí, pondrán fin a la Era de los Califatos e inaugurarán una nueva etapa, considerada por los expertos como la más brillante de todo el recorrido.

Contenidos

- » La invasión musulmana.
- » La Era de los Califatos: las transformaciones de la Ruta de la Seda.
- » El Imperio Jorasmio
- » Gengis Jan.
- » La Era de los Mongoles y la edad de oro de la Ruta de la Seda

ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (1ª PARTE)

Profesora: Ana Zabalegui Reclusa.

Fechas: Martes, de 12:00 a 13:30 h. (Grupo 1)

Miércoles, de 10:00 a 11:30 h. (Grupo 2)

El objetivo de este curso es tratar de comprender el misterio y la belleza de la música, analizar cómo se produce y cuáles son los elementos que la forman y conocer en profundidad algunas de las mejores composiciones musicales de la cultura occidental. Comenzaremos con un primer módulo para estudiar los elementos de la música: ritmo, melodía, armonía, color, textura y forma. Repasaremos los instrumentos que hemos creado a lo largo de la historia y veremos cómo influyen en la composición y la producción de sonidos. A continuación, procedemos al estudio de los estilos musicales que se han desarrollado a lo largo del tiempo, comenzando con la Edad Media y el Renacimiento, para mostrar cómo la música occidental se desarrolló de manera única, y seguiremos con los estilos musicales: barroco, clasicismo, romanticismo y escucharemos y analizaremos obras maestras de Bach, Mozart, Beethoven... y otros tantos autores.

A lo largo del curso se propondrá la asistencia a diversos conciertos que se ofrezcan en la ciudad.

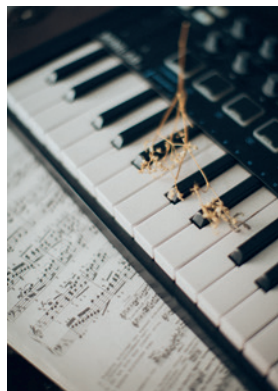
Contenidos

MÓDULO 1 - LA MÚSICA

- » El poder de la música. La emoción.
- » Ritmo, melodía y armonía.
- » Color, textura, forma y estilo.
- » Instrumentos musicales, familias bien avenidas.

MÓDULO 2 – ESTILOS MUSICALES Y GRANDES COMPOSICIONES: EDAD MEDIA, RENACIMIENTO Y BARROCO

- » La Edad Media gana enteros.
- » El Renacimiento: nada de lo humano le es ajeno.
- » Nace la ópera.
- » Barroco sí, pero retorcido para nada.
- » Bach, el más grande.
- » El Top-ten de los compositores navarros.
- » Haendel, de herr a sir.
- » Entre el barroco y el clasicismo.
- » El musical.



INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA III

Profesor: Juan Galarraga Irujo.

Fechas: Martes, de 12:00 a 13:30 h.



Curso dirigido a personas con conocimiento del idioma (Nivel A1), que ya hayan trabajado con él y cuyo objetivo es lograr que el alumnado sea capaz de expresarse en Inglés para mantener una conversación sencilla y tratar diversos temas cercanos. El alumnado trabajará temática relacionada con las actividades de ocio, viajar, expresar emociones, hablar sobre rutinas habituales y hechos pasados. Además de aprender a expresarse utilizando distintos tiempos verbales, las actividades estarán destinadas a mejorar sus habilidades previas de comprensión y expresión oral y escrita.

El curso será práctico y se necesitará la participación activa del alumnado.

Se trabajará a través de juegos, hojas de trabajo, etc. junto con audios, juegos con el uso del móvil que harán las clases muy dinámicas y fáciles de recordar. El material utilizado está basado en un enfoque comunicativo que facilitará que el alumnado pueda practicar la parte oral, tanto a nivel de expresión como de comprensión.

Contenidos

- » Repaso de lo trabajado en los niveles de Inglés I y II.
- » Ejercicios donde poner en practica la comunicación para obtener información personal.
- » Actividades de ocio (deportes, hobbies...)
- » Hablar sobre el pasado utilizando un vocabulario y tiempo verbal adecuado.
- » Las vacaciones (viajes y lugares visitados)

CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS (1ª PARTE)

Fechas: Martes, de 18:00 a 19:00 h.

Este curso se dirige a personas que hayan cursado francés y tengan un nivel intermedio.

Cada tema será tratado en dos sesiones. Se utilizarán materiales y recursos variados, tanto en formatos digitales como analógicos: vídeos, canciones, imágenes, textos adaptados...

Las actividades previstas se articularán asimismo en torno a necesidades comunicativas de la vida cotidiana. El enfoque está orientado a la acción, privilegiando la interacción en grupos, la participación individual activa, simulaciones, debates dinámicos, etc.



El curso se adaptará al grupo, a sus intereses y al ritmo de aprendizaje.

- Desarrollar las competencias de recepción y producción, en particular la oral
- Enriquecer el vocabulario en torno a temas culturales y sociales
- Producir documentos escritos de interés para la vida cotidiana
- Descubrir y debatir aspectos variados de la cultura francófona
- Favorecer el intercambio y la expresión tanto verbal como no verbal
- Desarrollar estrategias de comprensión y expresión

Contenidos

- » Presentarse y presentar a otros
- » Rutinas y costumbres
- » Estereotipos, tópicos y no verbal
- » Sociedad y tribus urbanas
- » La gastronomía francófona
- » Las regiones y productos locales
- » Turismo y patrimonio (monumentos, ciudades, barrios...)
- » Fiestas y tradiciones familiares
- » La música y la canción francófona
- » El cine y el teatro
- » Libros y revistas
- » Los medios de comunicación: televisión, radio, prensa
- » La moda y el estilo personal
- » Cuidar el planeta: ecología y hábitos sostenibles
- » La francofonía

HISTORIA DE LA ANTIGUA ROMA (2ª PARTE)

Profesora: Eva Tobalina Oraá.

Fechas: Martes, de 12:30 a 13:30 h.



A lo largo de este trimestre se abordarán las transformaciones de la República Romana durante el siglo II y el siglo I a.C. Se describirán con detalle las grandes conquistas de Roma, desde Hispania hasta Asia Menor, la caída de Cartago tras la 3ª Guerra Púnica y el sometimiento de las viejas polis griegas. Pero también se examinarán los conflictos internos que condujeron a la caída de la República: las divisiones entre optimates y populares, las guerras civiles, el ascenso de los dinastas: Mario, Sila, Craso, Pompeyo y Julio César... Y por último, se analizarán con detalle las circunstancias que propiciaron el ascenso de Augusto y el establecimiento del régimen imperial.

Contenidos

- » Las consecuencias de la 2ª Guerra Púnica
- » Las grandes conquistas del siglo II a.C.: Hispania, Macedonia y Asia
- » El final de Cartago
- » Conflictos sociales: de los Gracos a la Guerra de los Aliados
- » La era de los dinastas
- » El ascenso de Augusto

HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA I (1788-1874)

Profesor: Gonzalo Fernández Jarne.

Fechas: Miércoles, de 10:00 a 11:00 h.



España ha experimentado cambios radicales en todos los ámbitos de su vida pública y privada en los últimos doscientos años. Estas transformaciones políticas, sociales y económicas comienzan en el siglo XVIII con el florecimiento de la Ilustración durante el reinado de Carlos III y se aceleran tras el estallido de la Revolución Francesa en 1789. Desde entonces y hasta 1875, año en el que, con la proclamación como rey de Alfonso XII se restaura a los Borbones en el trono, España va a vivir uno de los siglos más convulsos de su historia: revoluciones, guerras de liberación, abdicaciones, destronamientos, guerras civiles, pronunciamientos, cambios de dinastía, monarquías, repúblicas...

En este curso viajaremos en el tiempo a nuestro pasado más reciente y analizaremos uno de los periodos más interesantes de nuestra historia que nos permitirá conocer las raíces más inmediatas de la España de hoy.

Contenidos

- » El reformismo borbónico y el despotismo ilustrado. El reinado de Carlos III y la Ilustración en España
- » La crisis del Antiguo Régimen. La revolución francesa y el reinado de Carlos IV. El gobierno de Godoy.
- » Guerra y revolución en la España Liberal: la Guerra de la Independencia y la Revolución Liberal. Las cortes de Cádiz y la Constitución de 1812. El reinado de José I.
- » La Restauración del Antiguo Régimen. El reinado de Fernando VII.
- » La Primera Guerra Carlista y la configuración del estado liberal. El reinado de Isabel II
- » La revolución de 1868 y el Sexenio Democrático. El reinado de Amadeo I. La 1ª República.

PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (1ª PARTE)

Profesora: Cristina Val Andrés.

Fechas: Miércoles, de 10:00 a 11:00 h.



- » Conocer los fundamentos de la psicología positiva y las aportaciones que realiza al bienestar personal.
- » Favorecer la toma de conciencia de los estados emocionales positivos que se experimentan, así como los recursos y las fortalezas psicológicas que se manifiestan y se pueden desarrollar.
- » Identificar y fomentar modelos de interacción satisfactorios en nuestra relación con otras personas.
- » Reforzar el deseo por sentirnos mejor y contribuir al bienestar de los demás.

En esta asignatura se potenciará la reflexión y la participación de las personas asistentes utilizando como base las aportaciones conceptuales generando a partir de ellas aprendizajes que enlacen con la propia experiencia vital.

Contenidos

Encuadre y desarrollo del bienestar

- » ¿Qué es estar bien? ¿Para qué sirve?
- » De la supervivencia al bienestar.
- » Aportaciones de la psicología positiva: revisando el ciclo vital.
- » Retos y oportunidades de hacerse mayor.
- » Al encuentro con la satisfacción personal.
 - Rasgos de personalidad adaptativos.
 - Fortalezas del carácter.
 - Autorregulación emocional.
- » Generar bienestar en nuestro día a día.

GRANDES MUSEOS DEL MUNDO Y SUS CIUDADES (1ª PARTE)

Profesora: Ana Ulargui Palacio.

Fechas: Miércoles, de 11:15 a 12:15 h.



Las grandes ciudades encierran historias fascinantes, que han ido conformando su fisonomía y su aspecto. El estudio de las mismas nos ofrece poliédricas visiones de poblaciones siempre en cambio, buscando el difícil equilibrio entre mantener su esencia y adaptarse a la modernidad. La aparición de relevantes museos y colecciones en las mismas ha supuesto, en numerosas ocasiones, un impacto que ha contribuido al prestigio y la fama de la población. A lo largo del curso se tratará de ofrecer una imagen de dicha simbiosis entre una serie de grandes ciudades y sus museos.

Contenidos

- » **París:** El museo del Louvre y el Museo de Orsay (3 sesiones)
- » **Nueva York:** El Metropolitan Museum of Art de Nueva York y la Hispanic Society (3 sesiones)
- » **Londres:** El British Museum de Londres, Apsley House y los baúles del rey José (3 sesiones)
- » **Roma:** Los Museos Vaticanos y la Galería Borghese (3 sesiones)

PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (3ª PARTE)

Profesora: Cristina Val Andrés.

Fechas: Miércoles, de 11:15 a 12:15 h.



- » Reforzar los recursos personales para afrontar la adversidad y los desafíos de la vida.
- » Adquirir herramientas que mejoren el cuidado personal y la relación con los demás.
- » Reflexionar sobre la influencia que la narrativa vital tiene en el bienestar psicológico.
- » Identificar las respuestas y las relaciones en nuestra historia de vida que nos han permitido evolucionar y crecer.
- » Afianzar el sentido de coherencia interna y la continuación del desarrollo personal.
- » Favorecer un enfoque integrador de las vivencias y conflictos experimentados a lo largo de la vida.

En el curso se continuará profundizando en el conocimiento de los recursos personales disponibles para afrontar lo que la vida nos va deparando y la importancia de las relaciones en la evolución personal y el cuidado emocional.

Se realizará un acercamiento a la influencia que el relato de lo que nos acontece en la vida ejerce sobre la experiencia misma, tanto en su versión interna como social.

Tras la exposición didáctica y la reflexión compartida, se proporcionarán unas pautas y ejercicios que guíen la atención hacia los procesos de desarrollo y superación personal en nuestra historia de vida. De este modo, nuestra narrativa vital se beneficiará de un enfoque conciliador con nosotros/as mismos/as favoreciendo el equilibrio y la proyección personal.

Contenidos

1. Aprendizajes para afrontar los desafíos:

- » Los recursos personales disponibles
- » ¿Qué se puede adquirir del optimismo?
- » Estimular la resiliencia
- » Amortiguar el dolor emocional

2. Ampliar la capacidad de interacción con los demás:

- » La escucha
- » Sustener una vinculación consciente
- » Fortalecer las relaciones de apoyo
- » Cultivar habilidades de comunicación conciliadoras

ESCUELA DE ESPECTADORES I. LA MARAVILLA DEL TEATRO

Profesores: Víctor Iriarte Ruiz y Ana-Zabalegui Reclusa.

Fechas: Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.



Escuela de Espectadores I está concebido para que las personas aficionadas al teatro y otras artes escénicas (como el ballet o la danza) puedan adquirir conocimientos básicos que les permitan entender mejor los espectáculos de cualquier época, estilo y país, adquirir destrezas para poder juzgar un montaje con más criterio, disfrutar todavía más de la experiencia e incrementar su afición.

Explicación de los temas. Proyecciones de vídeos. Ejercicios participativos de dramatización. Visita guiada a un espacio escénico. Asistencia organizada y voluntaria a representaciones teatrales, con posibilidad de descuentos por grupo.

Contenidos

- » Ser o no ser, ¿es ese el dilema? El teatro, la suma de todas las artes. Tespis desordena el coro y nace el teatro occidental. La 'skene' griega, lugar de peregrinación. El teatro romano urbano. ¿Quem quaeritis?, los lugares del teatro en el Medievo.
- » El Globo, el Cisne y otros sitios de mala reputación en Londres. El corral de comedias español, la juerga continuada. Un invento genial: el teatro a la italiana. Wagner se enfada y construye su auditorio.
- » Los griegos, esas familias tan bien avenidas... a ratos. Las tragedias, o tiras para Tebas o tiras para Micenas. Ojo, que aquí va a arder Troya.
- » Sófocles, la primera vuelta de tuerca. Antígona, tan lejos y tan cerca. LECTURA TEATRO GRIEGO: ANTÍGONA

- » Nada más humano que contar historias. El culebrón evolutivo y la chispa creativa. Vuelos narrativos: creando el significado de la realidad. El ocre, las plumas y otros disfraces naturales.
- » La dramaturgia, la forma más cautivadora de contar historias. El protagonista, “don erre que erre”. El conflicto, el detonante y al lío. El clímax y el desenlace. El tema y la cuestión dramática. ¿Tenemos que aplaudir?.
- » Los intérpretes, el mal necesario. Shakespeare, Lope de Vega y otros terapeutas de la escena. La Comedia del Arte, que ahí sigue dando guerra bien camuflada y tan pancha.
- » Los intérpretes, qué pesados. Stanislavski, el “método” y el bombardeo de los ¿por qué? Y los que le salieron protestones: Meyerhold y Mijail Chejov. Títeres y marionetas, menos mal que los muñecos no se quejan.
- » Los géneros teatrales: un roto para cada descosido. La comedia, dar liebre por gato. Tragedias y comedias del gran Shakespeare. LECTURA TEATRO BARROCO INGLÉS: EL SUEÑO DE UNA NOCHE DE VERANO.
- » La partitura escénica: iluminación, escenografía, sonido y vestuario. Una larga marcha hacia una misma dirección. Aquí a los que curran de verdad no se les ve, como en casi todas partes.
- » Chejov, la vida misma. Vania, ¡menudo tío! LECTURA TEATRO REALISTA: TÍO VANIA
- » El musical, un fenómeno de masas. Actúa, canta, baila y que no te oigamos respirar. Del clásico al moderno gracias a los sobretítulos. Broadway traspasa el West End y se desparrama por el mundo.
- » Bertolt Brecht, lo que veo no me gusta nada y lo voy a cambiar. Makinavaja, el menor de los chorizos. LECTURA SIGLO XX: LA ÓPERA DE CUATRO CUARTOS.

INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA V

Profesor: Juan Galarraga Irujo.

Fechas: Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.



Curso dirigido a personas con un conocimiento del idioma (Nivel A2), que ya hayan trabajado con él, cuyo principal objetivo es que el alumnado se exprese en inglés para mantener una conversación. El alumnado trabajará temática relacionada con viajar, el hogar, la familia, hablar sobre rutinas habituales y hechos pasados y futuros. Además de aprender a expresarse utilizando distintos tiempos verbales, las actividades estarán destinadas a mejorar sus habilidades previas de comprensión y expresión oral y escrita.

El curso será práctico y se necesitará la participación activa del alumnado.

Se trabajará a través de juegos, hojas de trabajo, etc. junto con audios, juegos con el uso del móvil que harán las clases más dinámicas y fáciles de recordar. El material utilizado está basado en un enfoque comunicativo que facilitará que el alumnado pueda practicar la parte oral, tanto a nivel de expresión como de comprensión. Además, se trabajará para desarrollar la expresión escrita.

Contenidos

- » Repaso de lo trabajado en los niveles de Inglés III y IV.
- » Ejercicios donde poner en práctica la comunicación para mantener conversaciones sobre distintos temas. (Viajes, familia, hogar, aficiones, actualidad...).
- » Hablar sobre el presente, el pasado y el futuro utilizando un vocabulario y tiempo verbal adecuado.
- » Dominio de las estructuras básicas del idioma y puesta en práctica.

TRES RELIGIONES, UN MAR.

Una historia medieval del mar Mediterráneo (1ª PARTE)

Profesora: Ana Ulargui Palacio.

Fechas: Miércoles, de 12:30 a 13:30 h.



Las tres grandes religiones monoteístas surgirán en un contexto geográfico muy próximo, y se expandirán por el mar Mediterráneo entrando en conflicto en numerosas ocasiones. El curso pretende abordar el nacimiento de las tres religiones “del Libro”; la religión del antiguo pueblo de Israel y su diáspora, la aparición del cristianismo y, finalmente, la figura de Mahoma y el Islam, atendiendo a sus diferentes escuelas.

Un tema del pasado cuyas repercusiones llegan hasta el presente.

Contenidos

- » Oriente Próximo, donde todo comienza.
- » La religión del pueblo de Israel, primera religión monoteísta.
- » Historia del pueblo judío, desde los orígenes a la diáspora.
- » El cristianismo en oriente. El Concilio de Calcedonia.
- » Bizancio, historia, arte y religión en la Nueva Jerusalén.
- » El mundo mediterráneo en la Alta Edad Media.
- » La figura de Mahoma y el nacimiento del Islam.
- » La transformación de Oriente próximo y la expansión del Islam.
- » Califato Omeya. Mezquitas y palacios.
- » Tarik desembarca en Gibraltar
- » Al-Ándalus y los reinos cristianos
- » La grandeza del califato abasí y su desintegración

DISFRUTAR Y ENTENDER EL JAZZ (1ª PARTE)

Profesora: Eva Martínez Sola (con la colaboración de Javier Olabarrieta).

Fechas: Jueves, de 09:30 a 11:00 h.



Una inmersión en los contenidos que nos ofrece el jazz y su contexto para entender y vivir la música moderna occidental. No es requisito saber música o leer partituras.

Se plantearán las clases en dos tipos de momento: uno para hablar de los mayores exponentes del estilo musical y su contexto (Louis Armstrong, Charlie Parker, Miles Davis, etc). Además, se crea otro espacio para, desde el mundo del jazz, entender y vivir contenidos musicales de una manera inmersiva con ejemplos en vivo, teóricos y enactivos: la tonalidad, el ritmo, los arreglos, la melodía, la armonía...

Los objetivos:

- Descubrir los músicos más importantes del jazz y su contexto y los estilos musicales más representativos.
- Comprender contenidos musicales de una manera inmersiva aprovechando los recursos del género jazz.

Contenidos

- » **Estilos musicales dentro del jazz:** antecedentes, swing, bebop, ...
- » **Músicos fundamentales de jazz:** Louis Armstrong, Ella Fitzgerald, Charlie Parker, Duke Ellington...
- » **Elementos musicales para NO músicos:** El swing, la escala de blues, la música tonal...

ENTENDIENDO EL MUNDO USANDO ESTADÍSTICA

Profesores: Francisco Javier Faulín Fajardo
y Adrián Serrano Hernández.

Fechas: Jueves, de 09:00 a 10:00 h.



El curso “Entendiendo el mundo usando Estadística” está diseñado para desmitificar y acercar la estadística a un público no experto, mostrando cómo el análisis de datos transforma la información en conocimiento útil. A través de una exploración de casos reales (desde la política y la justicia hasta la ciencia, la industria y el deporte) se demostrará el poder de la estadística para explicar fenómenos complejos y mejorar la toma de decisiones en múltiples ámbitos. Este enfoque práctico y multidisciplinario pretende motivar a los participantes a aplicar el pensamiento crítico y analítico en su vida cotidiana, reconociendo la importancia de los datos en un mundo cada vez más interconectado.

El curso tiene como objetivo principal familiarizar a los participantes con los fundamentos de la estadística y su aplicación en la vida diaria, promoviendo una comprensión crítica y reflexiva del análisis de datos como herramienta para la toma de decisiones informadas en distintos ámbitos.

El curso combinará exposiciones teóricas con el análisis de casos prácticos, promoviendo una participación activa a través de debates y ejercicios grupales.

Contenidos

Sesión inicial

- » ¿Qué es la estadística y por qué es sorprendente? Introducción al curso. Discusión sobre cómo la estadística transforma datos en conocimiento, con ejemplos cotidianos como encuestas de opinión y predicciones meteorológicas.

Política y ciencias sociales

- » Estadística en la justicia: el caso Kristen Gilbert. Análisis del uso de la estadística en el juicio de Kristen Gilbert, una enfermera acusada de homicidio, y el papel de los datos en la resolución de casos judiciales.
- » ¿Cómo nos representan las encuestas electorales en España? Discusión sobre el CIS (Centro de Investigaciones Sociológicas), su metodología, y casos donde las encuestas se equivocaron o acertaron.
- » Los servicios urbanos y su planificación en ciudades y municipios. ¿Cómo gestionar de la mejor manera posible los repartos urbanos y la recogida de basuras?

- » Decisión pública y competición: Una aproximación a los juegos en la vida pública y en la empresa.

Ciencia

- » ¿Cuántos tigres hay en el bosque? Métodos de estimación de poblaciones animales en peligro de extinción, usando el caso de los tigres de Siberia.
- » La estadística en la medicina: el caso del radón y la salud. Cómo se usan los datos para evaluar riesgos ambientales y su impacto en la salud.
- » Predecir lo impredecible: el caso de los huracanes. Métodos estadísticos detrás de los pronósticos del tiempo y cómo ayudan a salvar vidas.
- » Tamaño, forma y proporción en la naturaleza. ¿Por qué no existen seres vivos de ciertos tamaños y proporciones?
- » Genética estadística: ¿cuántos genes necesitas? Introducción a cómo se usa la estadística en la genética para relacionar variaciones genéticas con características observables.

Empresa e industria

- » El misterio de los correos no deseados (spam). Cómo los algoritmos estadísticos identifican y filtran correos no deseados, aplicando técnicas de clasificación y probabilidad.
- » El impacto del azar en la bolsa de valores. Análisis estadístico del mercado financiero, explorando la relación entre el azar y las tendencias económicas.
- » El fútbol y los datos: ¿cómo se toman decisiones en la Liga? Análisis de la estadística aplicada al fútbol en España, desde el rendimiento de los jugadores hasta las tácticas de los entrenadores.
- » La estadística detrás del vino de Burdeos ¿Cómo se predicen los precios y la calidad de los vinos? Un vistazo al análisis estadístico aplicado al mundo de los vinos.
- » Sesión de cierre
- » El lado divertido de los datos: mitos y realidades. Sesión de cierre donde se desmontan mitos estadísticos y se reflexiona sobre la importancia del pensamiento crítico en un mundo lleno de datos.

Bibliografía

- Garfunkel, S. (2006): For All Practical Purposes. Mathematical Literacy in Today's World. W.H. Freeman and Company. New York.
- Peck, R., Casella, G., Cobb, G. W., Hoerl, R., Nolan, D., Starbuck, R., & Stern, H. (2006). Statistics: A guide to the unknown (4th ed.). Belmont, CA: Thomson Brooks/Cole.

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS. (2ª PARTE)

Profesora: Elena Sarasa Villaverde.

Fechas: Jueves, de 10:00 a 11:00 h.



Ya conoces las bases del conflicto para encontrar soluciones ahora vamos a practicar.

El curso se dirige a todas aquellas personas que realizaron el curso pasado la formación en “Cómo transformar un conflicto en una madeja de lana para ir deshaciendo sus nudos. Conoce el conflicto para encontrar soluciones y conocen las estrategias para afrontar los conflictos.

Este curso busca practicar los conocimientos y habilidades adquiridas en el manejo de los conflictos.

Esta formación posibilita poner en práctica lo aprendido y avanzar en el mundo de la conflictología poniendo la mirada en técnicas y herramientas que nos permitan ejercitar nuestras habilidades en la resolución de conflictos a través de la vía del interés.

Se capacitará a los asistentes, con una metodología presencial dinámica y eminentemente práctica, con ejemplos reales, con la finalidad de que puedan aplicar las herramientas y técnicas que se trabajarán en el curso de la forma más inmediata posible.

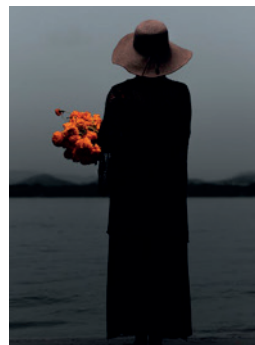
Contenidos

- 1.1.- Herramientas y técnicas para el análisis del conflicto.
- 1.2.- Casos prácticos de análisis de conflictos.
- 1.3.- Trabajo de campo.

MIRANDO LAS PÉRDIDAS Y EL DUELO

Profesores/as: Asociación Goizargi.

Fechas: Jueves, de 10:00 a 11:00 h.



La muerte, las pérdidas y el dolor siempre han sido difíciles de mirar y atender. Nos cuesta reconocernos en ellos, no solo como personas sino como sociedad. Sin embargo, es esencial poder darles un espacio y ver cuáles son nuestros miedos, nuestros bloqueos y dificultades cuando nos enfrentamos a nuestras pérdidas vitales o estamos delante de personas en duelo.

El presente curso pretende atender nuestra forma de «mirar» el duelo y el dolor, así como comprender a nivel teórico los diferentes duelos vitales y disponer de herramientas tanto para la vivencia propia como para el acompañamiento.

- Revisar nuestra propia historia de pérdidas y nuestro modo de «mirar» la muerte y el duelo.
- La comprensión del proceso de duelo.
- Obtener herramientas para el acompañamiento.

Contenidos

- » ¿Cómo vivo y me siento ante el duelo?
- » Entendiendo el proceso de duelo
- » Duelos en diferentes momentos vitales
- » Herramientas para el acompañamiento en duelo

CONOCE Y EDUCA TU VOZ (1ª PARTE)

Profesora: Eva Martínez (con la colaboración de Javier Olabarrieta).

Fechas: Jueves, de 11:30 a 13:00 h.

Curso de voz dividido en dos partes complementarias. El curso completo explicará algo de anatomía vocal, y trabajará la comprensión propioceptiva de los mecanismos que nos ayudan a generar una voz más sana, tanto hablada como cantada.



Para entender los contenidos de la asignatura, se explicarán conceptos de anatomía, biomecánica vocal, y otras ideas de manera teórica. Además, se practicará con ejercicios grupales (y en ocasiones puntuales, individuales) cada contenido, con la idea de generar la mejor propiocepción posible de los mecanismos implicados en la fonación. Se primará la búsqueda de la comprensión desde la sensación personal de qué es una voz sana y cómo producirla.

- » Entender el funcionamiento de los sistemas de producción de la voz, de una manera teórica y práctica.
- » Aplicar los contenidos a la voz hablada y cantada.
- » Crear propiocepción de los mecanismos vocales.
- » Conocer la anatomía de las estructuras que producen la voz.

Contenidos

- » La laringe, su funcionamiento, los mecanismos vocales.
- » Las cuerdas vocales, la masa o pliegue corral.
- » El Lax Vox.
- » La voz mixta.
- » La eutonía.
- » La respiración y la voz.
- » El cuerpo y el apoyo.
- » La resonancia de la voz.
- » La articulación.
- » El tracto vocal, la nasalidad, el engolamiento.
- » El twang y el metal.
- » Los constrictores vocales.

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.

(1ª PARTE)

Profesora: Elena Sarasa Villaverde.

Fechas: Jueves, de 11:30 a 12:30 h.



Cómo transformar un conflicto en una madeja de lana para ir deshaciendo sus nudos. Conoce el conflicto para encontrar soluciones.

El curso se dirige a todas aquellas personas que se enfrentan a conflictos unos los resuelven, pero otros se quedan enquistados y no saben qué hacer.

Para poder resolver un conflicto, debemos conocer sus dinámicas y cómo diagnosticarlo, así seremos capaces de hacer una buena gestión de este y encontrar la solución adecuada.

Una semilla, enterrada en la oscuridad, decide brotar desde el fango y salir a la luz para convertirse en una planta. La semilla establece como prioridad hacerlo deprisa, economizar los recursos de los que dispone. La naturaleza conoce la distancia más corta entre dos puntos: si la semilla quiere tener éxito, ha de crecer en línea recta. Pero ¿qué sucedería si en su camino se interpusiera una piedra?

La semilla que conforme a su naturaleza crece derecho para salir lo antes posible a la luz, puede seguir insistiendo, tratar de perforar la piedra empujando hacia arriba. PERO para ser eficaz, comprenderá que la verticalidad era solo un medio para salir a la luz: ¡Brotar es lo importante! Solo después de haber tomado conciencia de ello, el brote será capaz de cambiar su trayectoria y rodear la PIEDRA.

Contenidos

Se propone la realización de 12 horas de formación, teórico-práctica, con el siguiente contenido

1.1.- Análisis del conflicto

- Aproximación a la teoría del conflicto, definición, tipos.
- Personas y personalidades. Conocer y aceptar nuestras diferencias.

1.2.- Habilidades mediadoras: Estrategias de cambio.

1.3.- Caso práctico de análisis de conflictos.

- Elección del método adecuado de resolución.

ESCUELA DE ESPECTADORES III. LA MARAVILLA DEL TEATRO

Profesores/as: Víctor Iriarte Ruiz y Ana Zabalegui Reclusa.

Fechas: Jueves, de 12:00 a 13:30 h.



Escuela de Espectadores III. Las maravillas del teatro es un curso complementario para los alumnos que han cursado los dos anteriores. Aunque es recomendable haber asistido a los otros niveles, pueden inscribirse quienes no los hayan cursado, puesto que los temas se abordan de forma independiente en cada sesión.

El curso III pone el foco en grandes autores y en épocas que merecen una atención específica, como Goldoni y Molière. Se analizará la historia del teatro navarro en el siglo XX con el fenómeno del grupo de teatro El Lebrél Blanco y de dos autores norteamericanos que tuvieron conexión con Navarra, como Tennessee Williams y Arthur Miller. Además, pone el foco en María Lejárraga, la autora teatral española más representada de la historia, y se analizarán la ópera, la zarzuela, el ballet y la danza.

Explicación de los temas. Proyecciones de vídeos. Ejercicios participativos de dramatización. Visita guiada a un espacio escénico. Asistencia organizada y voluntaria a representaciones teatrales, con posibilidad de descuentos por grupo.

Contenidos

- » El teatro navarro en el siglo XX. La marejada republicana y la guerra. Los chicos con los chicos y las chicas con las chicas. Mucha sotana y religiosidad.
- » El teatro navarro en el siglo XX. El nacimiento de El Lebrél Blanco en 1972, cuando todos los astros se conjugaron para una revolución... a la francesa.
- » El teatro navarro en el siglo XX. El Lebrél, el primer ejemplo de teatro documental en España. Navarra sola, con leche o descafeinada o con hielo. Los grandes éxitos y el largo adiós.
- » La ópera, el género que sigue arrebatando. De Venecia para el mundo, un recorrido a vuela pájaro.

- » Molière, el genio de la comedia, s'il vous plaît. Hipocondríacos, tartufos y avaros bajo el prisma del gran retratista de los defectos humanos. Ojo con venir hoy a clase de amarillo. LECTURA MOLIERE: EL TARTUFO.
- » La Zarzuela. Si esto es "género chico"... ¿cómo será el grande? Vindicación de un género muy maltratado.
- » María Lejárraga, una mujer irrepetible. El protofeminismo español se camufla en el teatro. El éxito repetido en París, Londres y Nueva York. Y luego el exilio, el olvido y el pirata Walt Disney. LECTURA LEJÁRRAGA: CANCIÓN DE CUNA
- » María Lejárraga se cruza con Manuel de Falla y nace un amor embrujado. Dos genios fusionan teatro, danza y música. Representación de Falla-Lejárraga 1915. El hechizo de El amor brujo.
- » Goldoni, un gondoliero para navegar en un clima prerrevolucionario. Los personajes de la Comedia del Arte se aprenden el libreto. Ojo con esa posadera respondona. LECTURA GOLDONI: LA POSADERA
- » Hablar con el cuerpo: la danza. El ballet, la belleza en estado puro. Marius Petipa, el genio comprendido. El canon.
- » La danza contemporánea. Por tierra, mar y aire. Una vanguardia tras otra. El cuerpo habla y tiene una dicción preciosa.
- » El teatro realista norteamericano. Tennessee Williams, el patricio que presumía de navarro y javeriano. Arthur Miller, el coraje frente al macartismo. LECTURA MILLER: LAS BRUJAS DE SALEM
- » Tendencias de la cartelera de hoy. Mucho, bueno y variado. El teatro posdramático, la fisicidad frente a la poética presentacional.

HISTORIA DE LA BELLE ÉPOQUE (1871-1914)

Profesor: Carlos Aitor Yuste Arija.

Fechas: Viernes, de 11:00 a 12:00 h.

Este curso pretende ser una aproximación al periodo histórico conocido como “la Belle Époque.” Un momento de nuestra historia en la que los avances sociales, tecnológicos y científicos parecían sucederse sin solución de continuidad. Pero también la época en la que se gestaron todos los demonios que tan cruelmente marcaron el siglo XX. ¿Cómo es posible?



Trataremos de dar respuesta a esta pregunta atendiendo a sus más diversos aspectos definitorios: sociedad, economía, ciencia y tecnología, ideologías, expresiones artísticas u ocio. Pero también a lo que las más modernas investigaciones nos han descubierto sobre el papel de la mujer o las sociedades no occidentales de aquel periodo, tradicionalmente poco estudiadas.

Apoyándonos en materiales audiovisuales (principalmente ilustraciones, mapas, esquemas y fotografías, pero también breves filmaciones de época) y textos contemporáneos que analizaremos en clase, trataremos no solo de conocer aquella época, sino también reflexionar sobre ella.

Contenidos

- » Cambios revolucionarios
- » Orden y progreso
- » La sociedad de la Belle Époque
- » Consumo y tiempo libre
- » Las ideologías, nuevas respuestas, viejas recetas
- » Una mujer cada vez más consciente: el feminismo de final de siglo
- » El arte, del capricho a la masa
- » Naciones vivas y naciones moribundas
- » ¡Revolución! Las grietas del sistema
- » Minorías, los marginados de la Belle Époque
- » Un planeta cada vez más pequeño
- » El expolio del mundo
- » Pacifistas, el tesón de unos pocos
- » La guerra, una amenaza muy presente

LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL EN OCCIDENTE I (1939-1942)

Profesor: Carlos Aitor Yuste Arija.

Fechas: Viernes, de 12:15 a 13:15 h.

La Segunda Guerra Mundial fue un único conflicto bélico global que afectó de forma directa o indirecta al conjunto de la humanidad. Pero también fue el escenario en el que se desarrollaron dos grandes guerras apenas relacionadas entre sí, una en Europa y África y otra en Asia y el Pacífico. Y aún dentro de ambas, no podemos obviar que se produjeron una larga serie de guerras locales de motivación política, étnica o religiosa.



Pretendemos acercarnos con el mayor detalle posible a un marco geográfico concreto, Occidente, y una época determinada, el periodo que va desde el inicio de la guerra, 1939, hasta el momento en el que las fuerzas del Eje empezaron a perder su empuje inicial a finales de 1942. Y esto, prestando atención no solo a los escenarios bien conocidos de Francia, el Reino Unido, el norte de África o la Unión Soviética, sino también a los de Escandinavia o los Balcanes.

Apoyándonos en materiales audiovisuales (principalmente ilustraciones, mapas, esquemas y fotografías, pero también breves filmaciones de época) y textos contemporáneos que analizaremos en clase, trataremos no solo de conocer aquella época, sino también reflexionar sobre ella.

Contenidos

- » Apaciguamiento
- » Polonia
- » Norte
- » Oeste
- » Inglaterra
- » Balcanes
- » Este
- » Tifón
- » Sur
- » Colaboración
- » Resistencia
- » Inflexión
- » Stalingrado
- » Cáucaso



cuatrimestre

9 de febrero 2026 - 22 de mayo 2026

¡RECRÉATE!

DALE VIDA A LOS AÑOS

Profesora: Pilmaiquén Mancini Paz.

Fechas: Lunes, de 11:00 a 12:00 h.



- » Aprender de manera creativa a dar valor a esta etapa de la vida.
- » Facilitar un espacio de encuentro que promueva actitudes prosociales.
- » Disfrutar y celebrar el camino con otras personas.

Cada sesión está enfocada desde una metodología que fomenta la implicación, la participación, la creatividad y la acción del alumnado.

Las dinámicas de grupo se viven y se reflexionan extrayendo aprendizajes prácticos para la vida cotidiana.

Se repartirá material para las sesiones y las dinámicas que sea necesario.

Contenidos

¡Nos embarcamos en una aventura apasionante!

Encontrarás invitaciones sugerentes y algunas preguntas, todas ofrecerán la posibilidad de hacer descubrimientos, abrir puertas y ventanas a aprendizajes vitales.

No se necesitan conocimientos previos. Si te animas, si quieres seguir aprendiendo a vivir... ¡Te esperamos!

- » ¡Es tiempo de crear!
- » ¿Cuándo fue la última vez que...?
- » Desaprender la guerra, realimentar la risa, deshilar los miedos
- » El arte de los encuentros
- » Lenguajes para decirnos
- » Palabras vitales
- » Tiempo de aperturas y aperturas, saberes y sabores, pesos y pasos
- » Cambios que nos cambian
- » Rehabilitar los sueños
- » En la vida aprendes...

LA HISTORIA DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA I.

De la Prehistoria a la Era Industrial

Profesores: Javier Armendáriz Martija
y José Antonio Faro Carballa.

Fechas: Lunes, de 17:00 a 18:00 h.



Contenidos

- » El hombre en la Edad de los Hielos. *J. Armendáriz*
- » Las primeras comunidades campesinas, ganaderas y metalúrgicas. *J. Armendáriz*
- » El megalitismo navarro: la monumentalización de la muerte. *J. Armendáriz*
- » El hipogeo de Longar (Viana): última morada de una comunidad neolítica belicosa. *J. Armendáriz*
- » La vida en comunidad. Aldeas y ciudades prerromanas. *J. Armendáriz*
- » El fuego eterno. Rituales funerarios de la Edad del Hierro en Navarra. *J. A. Faro*
- » ¿Quo vadis? Vascones y celtíberos ante la llegada de Roma. *J. A. Faro*
- » Pompelo, ciudad romana. *J. A. Faro*
- » Andelo, Cara y Santa Criz. Vestigios del tejido urbano de época romana en Navarra. *J. A. Faro*
- » La vida en el campo. Villas y otros asentamientos rurales en época romana. *J. A. Faro*
- » El legado de la ingeniería romana. Las obras públicas. *J. Armendáriz*
- » Cristianos, musulmanes y judíos. Vivir, creer y morir en la Edad Media. *J. A. Faro*
- » Arqueología y Patrimonio Histórico. El Palacio del Condestable de Pamplona (s. XVI). *J. A. Faro*
- » El patrimonio industrial en Navarra. *J. Armendáriz*

Salidas culturales

- » Visita guiada a las salas de Prehistoria y Romanización del Museo de Navarra.
- » Visita guiada al Poblado y Museo de la Edad del Hierro de Las Eretas (Berbinzana) y a la ciudad de Andelo (Mendigorría).

FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA II

Profesor: Luis Cortés Briñol.

Fechas: Lunes, de 17:00 a 18:30 h.

Orientarnos en un mundo de ideas mezcladas, identificar las trampas del pensamiento y buscar una buena vida en comunidad son tareas filosóficas. En esta segunda asignatura continuaremos pensando juntos. Casi nunca obtendremos una respuesta simple ni definitiva, pero haremos un ejercicio triple: plantearnos las preguntas adecuadas, descubrir dónde están los errores de razonamiento y dejar de dar las cosas por sentadas. No es poco.

El curso está dirigido a cualquier persona, con curiosidad por las ideas, que quiera introducirse en la filosofía y sus grandes temas. Aunque son asignaturas independientes, es un complemento perfecto para quienes hayan cursado antes 'Filosofía para pensar mejor la vida cotidiana I', que busca aproximarse a varios conceptos básicos. Como en aquella ocasión, la experiencia vital de los estudiantes será parte de nuestro encuentro con el pensamiento cotidiano. También nos serviremos de breves textos de autores de todos los tiempos, que iluminarán un atractivo camino de aprendizaje.



Contenidos

FUERA DE LA CAVERNA

- » **No toda opinión es respetable.** Opiniones hay muchas, tantas como personas, aunque no todas están igual de bien fundamentadas. Como aprendices de filósofos, procuraremos colocar las opiniones en el lugar que les corresponde.

TRAMPAS DE LA VIDA COTIDIANA

- » **La trampa de la felicidad.** La palabra 'felicidad' es una de las más usadas y "abusadas" de nuestro tiempo. Detrás de ella se esconden conceptos confusos y ciertos intereses que la filosofía puede desenmascarar.
- » **La trampa de ser de derechas o de izquierdas.** La distinción entre derecha e izquierda política nos permite clasificar rápidamente a los demás. A la luz de la filosofía política examinaremos los problemas de usar tales etiquetas.
- » **La trampa de la inteligencia artificial.** Uno de los malentendidos más comunes es creer que las inteligencias artificiales están pensando. Para comprender cómo funcionan hemos de preguntarnos qué significa ser inteligente.

PENSAR LOS LÍMITES

- » **Al principio... fue el principio. Dios y el origen del universo.** La filosofía se ha preocupado desde hace milenios por el origen del mundo, por una causa primera. Una respuesta posible es que Dios creó el universo, pero no es la única.
- » **Filosofía, ciencia y religión.** El conflicto entre ciencia y religión recorre la historia de la vieja Europa. ¿Es la filosofía amiga de las religiones? ¿Es incompatible ser creyente con ser un buen científico?

EN LA PLAZA PÚBLICA

- » **En busca del mejor sistema político.** Desde la Antigüedad hemos perseguido la mejor forma de gobierno. No podemos escapar de la política, pero debemos pensarla bien, ya que afecta a cada elemento de nuestra vida en comunidad.
- » **Eutanasia, suicidio asistido y aborto.** La discusión social sobre la muerte digna vive un momento de especial intensidad. El aborto voluntario plantea problemas éticos y morales de primer orden. Una reflexión pausada, a la luz de la bioética, puede orientarnos sobre los valores que están en juego al respecto.

BUSCAR LA VIRTUD

- » **Epicureísmo y estoicismo: del placer más elevado a persistir y renunciar.** El epicureísmo, con el placer como guía para vivir bien, y el estoicismo, como arte de la autosuficiencia, están de moda. Pero las recetas actuales han distorsionado el mensaje original de ambas tradiciones filosóficas.
- » **Colofón: ¿para qué sirve la filosofía?** Terminaremos el curso rescatando la pregunta que tantas veces se ha formulado. ¿Podremos decir, siguiendo a Sócrates, que hemos logrado problematizarnos y problematizar a los demás? Nos va mucho en ello.

LA HISTORIA DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA II: La arqueología de la muerte en Navarra. Excavando entre tumbas, creencias y ajuares

Profesor: José Antonio Faro Carballa.

Fechas: Lunes, de 19:00 a 20:00 h.



La Arqueología de la Muerte es una disciplina que estudia las sociedades del pasado a través de sus rituales funerarios. El análisis de los diferentes tipos de enterramientos y de los ajuares asociados a ellos aportan una información extensa y muy valiosa sobre modos de vida, relaciones sociales, ideologías y creencias, contactos comerciales, demografía, dietas y nutrición, patologías, etc.

Contenidos

- » Primeras manifestaciones funerarias en Navarra
- » Sepulturas en fosa durante el Neolítico y el Calcolítico
- » El megalitismo, una concepción colectiva de la muerte
- » La presencia de una ausencia. La muerte en la Edad del Bronce
- » Tierra, aire, agua y fuego. La muerte en la Edad del Hierro (I)
- » Tierra, aire, agua y fuego. La muerte en la Edad del Hierro (II)
- » Mores maiorum. Ritos funerarios en época romana (s. I-III d. C.)
- » Mores maiorum. Ritos funerarios en época romana (s. III-V d. C.)
- » Necrópolis altomedievales cristianas (s. VI-VIII)
- » La Maqbara islámica I
- » La Maqbara islámica II
- » Cementerios parroquiales cristianos (s. IX-XIII)
- » Cementerios parroquiales cristianos (s. XIV-XVII)

Salidas culturales

- » Visita guiada a la Catedral de Pamplona (necrópolis principal de la ciudad en la Edad Media y en época moderna)
- » Visita al Museo de Castejón (Necrópolis de la Edad del Hierro de El Castillo)

INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA II

Profesor: Juan Galarraga Irujo.

Fechas: Lunes, de 12:00 a 13:30 h.



Este curso va dirigido a aquellas personas interesadas en aprender inglés que no tengan conocimientos previos o bien sean mínimos.

El objetivo principal de dicho curso es capacitar al alumnado para comprender y utilizar expresiones cotidianas de uso muy frecuente así como frases sencillas destinadas a satisfacer necesidades de tipo inmediato ayudándoles a adquirir y mejorar sus capacidades de comprensión y expresión oral y escrita a través de la gramática, el vocabulario y los elementos socioculturales de la lengua.

El curso será muy práctico y se necesitará la participación activa del alumnado.

Se trabajará principalmente a través de juegos, hojas de trabajo, etc. junto con audios, juegos con el uso del móvil que harán las clases muy dinámicas y fáciles de recordar. El material utilizado está basado en un enfoque comunicativo que ayudará al alumnado a hablar y entender el inglés del mundo real y cotidiano.

Contenidos

- » Vivienda, hogar y entorno (descripción de la casa, dar direcciones,...)
- » Tiempo libre y ocio (planes...)
- » Compras.
- » Comidas y bebidas (restaurantes y hoteles).
- » Vacaciones.

UN MUNDO EN DESEQUILIBRIO II

¿CÓMO HEMOS LLEGADO HASTA AQUÍ?

Profesor: Víctor Iriarte Ruiz.

Fechas: Lunes, de 12:00 a 13:30 h.

Un mundo en desequilibrio II complementa el curso I analizando el devenir de cuatro nuevos países desde el final de la Segunda Guerra Mundial hasta nuestros días. En concreto, en este cuatrimestre se analizan los últimos 80 años de Rusia, el Reino Unido, Francia e Italia. Se analizan sus sistemas políticos, su estructura jurídico-administrativa, las peculiaridades de su sistema electoral, cómo son sus partidos políticos y qué ideas y preocupaciones subyacen en sus ciudadanos a la hora de escoger a sus dirigentes. Viendo sus inercias y lastres, y los acontecimientos que han marcado su devenir, y analizando las películas, novelas y ensayos que mejor les definen, podremos entenderlos mejor.



Contenidos

- » La Unión Soviética gana la II Guerra Mundial, que Stalin nos coja confesados. Jruchev y la desestalinización. ¿Qué harías tú en un ataque preventivo de la URSS? Breznev (y van dos ucranianos) se echa a dormir. Afganistán, el Vietnam rojo.
- » Gorbachov, un estadista incomprendido... por no saber de economía. Muere la URSS, emerge Rusia. El descontrol. El desastre. El deseo inconsciente de una mano dura.
- » Putin, la mano que mece la cuna. Poner orden en casa es la prioridad. La perenne sensación de amenaza. El golpe de Estado en Kiev, la secesión y la intervención rusa en Ucrania.
- » El Reino Unido de la Gran Bretaña. Dios salve a la Reina, Dios salve al Rey. Comunes y lores tan contentos.
- » El imperio gana la guerra y pierde una a una sus colonias sin mover el riñón. La difícil postguerra no impide la revolución social de Clement Attlee.
- » Los swinging sixties, la beatlemania y a verlas venir. Llega Margaret Thatcher y su revolución conservadora. Un complejo Brexit: el continente, aislado. El desmadre actual. El adiós a la Reina.
- » La Francia humillada se mira en De Gaulle para recuperar la grandeur. La Cuarta República falla en lo político y brilla en lo económico. La genialidad de unir a Europa.
- » Vietnam y Argelia, dos Vietnam en uno. Regresa De Gaulle con una V República bajo el brazo. Un sistema semipresidencialista: Pompidou, Giscard, Mitterrand... reyes Sol por 7 años.
- » El pret-a-porter de las siglas y el gusto por cambiar de nombre a los partidos. La "collaboration" nunca se fue del todo. Francia hoy: el crecimiento desprejuiciado de la ultraderecha moviliza a los demócratas.
- » Italia: un país que vive una guerra civil dentro de una guerra mundial. Un país en ebullición. Democristianos y comunistas, Don Camilo y Peppone, se miden en un caótico sistema político que el genio creativo italiano equilibra.
- » Un sistema del que todos sacan tajada. El país más fuerte del mundo: soporta años de plomo, mafias, corrupción, a la Padania y a Berlusconi pero gana mundiales de fútbol.
- » Los años complejos: la izquierda despistada, la amenaza de ruina, presidentes a los que nadie ha votado y la pseudosorpresita Meloni. En busca de la estabilidad imposible.
- » Europa hoy. La UE como casilla refugio seguro de un mundo cada día más loco.

¿PARA QUÉ SIRVE LA POLÍTICA?

Profesorado: Carmen Innerarity, María Lasanta, Eliana Alemán, Jorge Urdániz, Ricardo Feliú y Sergio García Magariño.

Fechas: Lunes, de 12:30 a 14:00 h.



Entender la política es entender el mundo que nos rodea. Nos da el poder de tomar decisiones informadas, defender nuestros derechos y exigir un cambio real. Además, nos ayuda a cuestionar discursos, exigir responsabilidad a sus gobernantes y participar activamente en la construcción de una sociedad más justa.

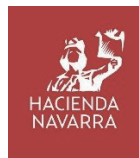
Contenidos

- » ¿Qué instituciones tenemos? Separación de poderes, Autonomías, Monarquía.
- » Estado, Nación, Independentismo, Federalismo, Autonomismo. ¿Qué son? ¿Qué implicaciones tienen? ¿Es España una nación? ¿Sirve para algo el Senado?
- » ¿Estamos correctamente representados? El sistema electoral español.
- » De la representación estadística a la representación sustantiva: la ciudadanía política de las mujeres.
- » Partidos políticos y financiación. Sueldos de los políticos. ¿Hay demasiados políticos en España?
- » Los Lobbies. Grupos de presión que acaban sustituyendo al legislador. ¿Cuántos son? ¿Qué poder tienen? ¿A quién representan?
- » Corrupción. ¿Institucional o cultural? ¿Somos un país especialmente corrupto?
- » ¿Justicia independiente y eficaz? La elección de los jueces. El papel de la fiscalía.
- » ¿Por qué no ha habido en España una formación de ultraderecha? ¿Por qué ahora sí?
- » ¿De qué hablamos cuando hablamos de populismo? ¿Cómo se manifiesta?
- » Estrategias para analizar el discurso político. Propaganda política: estrategias y falacias. Bulos y fact-checking.
- » ¿Son lo mismo el islam, el islamismo y el yihadismo? Claves conceptuales para entender los conflictos de Oriente Medio.
- » Radicalización violenta de individuos y organizaciones. ¿Por qué se produce? ¿Se puede prevenir?

¿HACIENDA SOMOS TODOS ... O YO, UN POCO MÁS?

Profesora: Arancha Yuste Jordán.

Fechas: Martes, de 09:30 a 10:30 h.



El curso se dirige a todo el alumnado que cada año al comenzar el mes de abril se preguntan si ¿Hacienda somos todos ... o yo, un poco más? y quieren saber por qué.

Los principios constitucionales que debe impregnar nuestro sistema tributario se encuentran regulados en el artículo 31 de la Constitución, que dice así:

"1. Todos contribuirán al sostenimiento de los gastos públicos de acuerdo con su capacidad económica mediante un sistema tributario justo inspirado en los principios de igualdad y progresividad que, en ningún caso, tendrá alcance confiscatorio.

2. El gasto público realizará una asignación equitativa de los recursos públicos, y su programación y ejecución responderán a los criterios de eficiencia y economía.

3. Sólo podrán establecerse prestaciones personales o patrimoniales de carácter público con arreglo a la ley."

Exposición técnica de las cuestiones, que debe ir acompañada de la intervención de los y las asistentes al objeto de estimular el debate sobre las experiencias y el conocimiento propio del alumnado.

Se entregará material de sencillo manejo sobre el contenido del curso como medio para reforzar las materias impartidas y ser un medio para favorecer y enriquecer el diálogo y la participación en clase.

Asimismo se contará con la participación de profesionales de reconocido prestigio en *"Diálogos con Expertos:"*

Contenidos

A pesar de la complejidad de la materia, nuestro objetivo es entender y comprender:

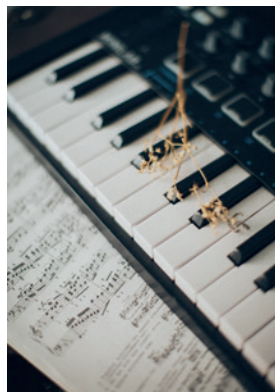
- » La distribución del poder tributario en España: Estado, CC.AA., entes locales.
- » ¿Qué es el régimen LOFCA?: todas las CC.AA., a excepción de Navarra y País Vasco.
- » El régimen de Convenio Económico: ¿sabrías explicarlo?
- » Breve historia de los Convenios Económicos desde 1841 y su contenido.
- » Sistema tributario de Navarra: impuestos más importantes.
- » Pero entiendo ¿qué es el hecho imponible, la base imponible o imposible (sic), el tipo de gravamen, la cuota íntegra, el interés de demora, los recargos extemporáneos y tantos conceptos que nos parecen inabarcables?

ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (4ª PARTE)

Profesora: Ana Zabalegui Reclusa.

Fechas: Martes, de 10:00 a 11:30 h.

En este cuarto curso, nos embarcaremos en un fascinante repaso a la historia de la música, desde el barroco hasta el modernismo, pasando por el clasicismo, el romanticismo y el postromanticismo. En cada sesión exploraremos una obra de un gran compositor, comenzando con Monteverdi y acabando con Mahler. Las obras que abordaremos estarán inspiradas en narraciones y personajes mitológicos en el primer módulo, y en obras de música sacra en el segundo módulo. Analizaremos no solo la música, sino también los contextos literarios y artísticos que dieron forma a estas composiciones, comprendiendo cómo se integraron en su época y cómo fueron recibidas por el público en su estreno.



Contenidos

MÓDULO 1 – MÚSICA Y MITOLOGÍA

- » Monteverdi, El retorno de Ulises (1640). El de los mil recursos.
- » Purcell, Dido y Eneas (1688). El mandato de los dioses vence al amor.
- » Gluck, Ifigenia en Tauride (1778). La tragedia de un conflicto irresoluble.
- » Mozart, La flauta Mágica (1791). El viaje de la oscuridad a la sabiduría y la trascendencia.
- » Beethoven, Schubert, Liszt, Prometeo (1801, 1819, 1850). El pecado de la desobediencia.
- » Offenbach, La bella Helena (1864). Tan insoportablemente bella como las diosas.
- » Stravinsky, Edipo Rey, (1927). Atrapado por su propio destino.

MÓDULO 2 – MÚSICA Y RELIGIÓN. GOZO, DOLOR Y GLORIA: LOS MISTERIOS CRISTIANOS

- » Vivaldi, Pergolesi, Stabat Mater (1727, 1736)
- » Bach, Oratorio de Navidad, (1734)
- » Haydn, Remacha, Siete últimas palabras de Cristo en la Cruz (1787), Jesucrito en la Cruz (1964)
- » Beethoven, Misa Solemne (1823)
- » Fauré, Requiem (1888)
- » Mahler, Resurrección (1894)

ESCENA DEL CRIMEN Y CONDUCTA DELICTIVA

Estudio forense y perfilación de agresores

Profesor: Koldo Fernández Martínez.

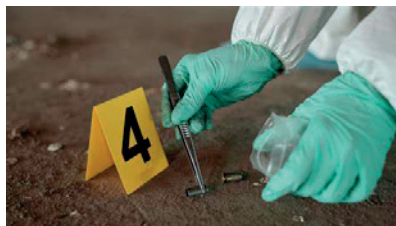
Fechas: Martes, de 10:00 a 11:00 h.

Esta asignatura está pensada para acercar al alumnado al fascinante mundo de la investigación criminal desde una perspectiva divulgativa y accesible. A través de una mirada teórico-práctica, se explorarán los principios básicos de la criminalística, el análisis de la escena del crimen y las técnicas empleadas para comprender la conducta de los delincuentes. Se introducirá al estudiante en el concepto de perfilación criminal, mostrando cómo se construyen perfiles psicológicos a partir de los indicios y el comportamiento del agresor

A lo largo de la asignatura, se analizarán casos reales, se explicarán los métodos utilizados por diferentes escuelas de perfilación (como el FBI, la psicología investigativa, método BEA, BIA, etc). No se requiere formación previa, solo curiosidad e interés por el ámbito criminológico.

Contenidos

- » **¿Qué es la criminalística?** Introducción sencilla a los conceptos básicos: cómo se investiga un crimen desde la ciencia. Diferencia entre criminalística y criminología.
- » **La escena del crimen bajo la lupa.** Cómo trabaja la policía científica en el lugar de los hechos. Métodos básicos de observación, recolección y análisis de indicios.
- » **Criminalística de campo y de laboratorio.** ¿Qué se hace en el lugar del delito y qué se analiza después en los laboratorios? Ejemplos reales de casos resueltos gracias a la evidencia.
- » **Psicología y conducta criminal.** ¿Qué pistas deja el comportamiento del agresor? Introducción a la evidencia conductual y su interpretación psicológica.
- » **¿Qué es un perfil criminal?** Cómo se elabora un retrato psicológico del delincuente. Métodos más conocidos y escuelas importantes (FBI, psicología investigativa, BEA, BIA, VERA, SEPC).
- » **El comportamiento delictivo.** Qué es el modus operandi, los rituales del agresor y cómo algunos crímenes están “puestos en escena.” Lo que el comportamiento revela sobre la personalidad.
- » **Asesinos múltiples: un fenómeno complejo.** Qué los diferencia de otros criminales, tipos existentes, qué los motiva y cómo se clasifican.
- » **Agresores sexuales en serie.** Cómo actúan, qué patrones repiten, y qué puede decirnos su forma de atacar sobre ellos.
- » **Victimología: la otra cara del delito.** Quiénes son las víctimas, por qué pueden ser elegidas, y cómo se analizan sus características.
- » **¿Dónde vive el agresor?** Introducción al perfil geográfico. Cómo el lugar donde se cometen los crímenes puede ayudarnos a localizar al autor. Mapas, distancias y lógica del desplazamiento criminal.



ENVEJECIMIENTO SALUDABLE:

Claves del cerebro para una vida plena y con propósito

Profesora: Nuria Carcavilla González.

Fechas: Martes, de 10:00 a 11:30 h.

El curso “Envejecimiento saludable: claves del cerebro para una vida plena y con propósito” se basa en la evidencia científica que hoy nos permite entender el envejecimiento como una etapa de desarrollo, aprendizaje y adaptación. En lugar de centrarse solo en la pérdida o el declive, este enfoque -promovido por la Organización Mundial de la Salud- reconoce las oportunidades que ofrece esta etapa para cuidar el cuerpo, el cerebro y las relaciones personales.



Sabemos que el cerebro puede seguir aprendiendo y cambiando durante toda la vida gracias a su capacidad de neuroplasticidad. También que la memoria, la atención y el juicio se pueden fortalecer con hábitos saludables, estimulación cognitiva, vida social activa y una buena gestión emocional.

Además, hoy contamos con herramientas tecnológicas accesibles para entrenar nuestra mente, mantenernos conectados y participar en actividades que nos hacen sentir parte de algo. Y, tan importante como todo esto, es cultivar un propósito de vida, reconocer el valor de nuestras experiencias y cuidar nuestras emociones frente a desafíos como la soledad o el estrés.

Este curso ofrece conocimientos aplicables y estrategias prácticas para fomentar la salud cerebral y emocional, tomando como guía tanto los avances científicos más recientes como las vivencias y reflexiones compartidas en grupo. La propuesta es clara: seguir esculpiendo nuestros cerebros, nuestras relaciones y nuestras historias con presencia, autonomía y sentido.

Contenidos

- » Envejecimiento activo y salud cerebral
- » Cómo funcionan la memoria y la atención
- » Estimular la agilidad mental y mejorar la percepción
- » Hábitos saludables para la prevención del deterioro cognitivo
- » Emociones y cerebro: inteligencia emocional aplicada
- » Resiliencia y estrategias frente al estrés
- » Tecnología, redes sociales y entrenamiento cognitivo
- » Toma de decisiones, juicio y pensamiento crítico en la madurez
- » Soledad, identidad y propósito de vida

CUESTIÓN DE GÉNERO.

Taller literario de narrativa

Profesor: Ignacio Lloret.

Fechas: Martes, de 11:00 a 12:30 h.



A lo largo de las 12 sesiones previstas para este taller literario de narrativa, se leerán y comentarán 12 textos de distintos géneros.

Una parte de cada sesión estará dedicada a la redacción de breves ejercicios voluntarios de escritura creativa relacionados con el texto correspondiente

- Lectura y comentario de los textos a partir de criterios literarios.
- Breves ejercicios de escritura creativa a realizar y compartir en cada sesión.
- Debate sobre los asuntos de fondo.

Contenidos

Géneros a tratar:

- » El relato de ficción
- » El relato autobiográfico
- » La reseña literaria
- » La entrevista ficticia
- » El artículo de opinión
- » El ensayo
- » La carta
- » El relato híbrido
- » Los cuatro registros
- » La falsa biografía
- » El falso documental
- » La falsa guía de viaje

LA RUTA DE LA SEDA

(3ª PARTE)

Profesora: Eva Tobalina Oraá.

Fechas: Martes, de 11:15 a 12:15 h.



A lo largo de este trimestre se examinará la cuarta y última de las grandes etapas de la Ruta de la Seda: el período timúrida. En primer lugar, se detallarán las circunstancias de la descomposición del gigantesco Imperio Mongol y la aparición de nuevos estados en sus antiguos territorios, como la China de la dinastía Ming. En segundo lugar, se repasará el ascenso de Tamerlán y los principales hitos de su reinado, haciendo un especial hincapié en la transformación monumental de la nueva capital imperial: Samarcanda. De igual modo, se abordará con cierto detalle el viaje de un embajador castellano: Ruy González de Clavijo, a la corte de Tamerlán, una de las mejores fuentes con las que cuentan los historiadores para conocer el reinado del emir Timur. Por último, se describirán los reinados de los sucesores de Tamerlán, el ocaso y la desaparición del Imperio timúrida y el final de la última de las grandes eras de la Ruta de la Seda.

Contenidos

- » La descomposición del Imperio Mongol
- » La nueva China de la dinastía Ming
- » Tamerlán
- » La embajada de Ruy González de Clavijo
- » El ocaso de los timúridas

ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (2ª PARTE)

Profesora: Ana Zabalegui Reclusa.

Fechas: Martes, de 12:00 a 13:30 h. (Grupo 1)

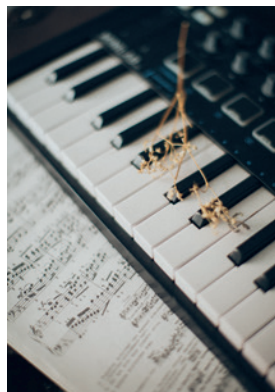
Miércoles, de 10:00 a 11:30 h. (Grupo 2)

En este segundo curso, nos adentraremos en las formas musicales más representativas del clasicismo y el primer romanticismo, períodos clave en la historia de la música occidental. Estudiaremos las principales estructuras musicales de estos períodos, como el concierto, la sinfonía y el cuarteto de cuerdas, la sonata y la ópera, así como los compositores que definieron estas formas, como Haydn, Mozart, Beethoven, Schubert, Mendelssohn y Schumann. A través de sus obras, comprenderemos cómo la música evoluciona en su complejidad y expresividad, marcando un hito en la historia de la música clásica.

Contenidos

ESTILOS MUSICALES Y GRANDES AUTORES: CLASICISMO Y PRIMER PERÍODO ROMÁNTICO – De 1875 a 1850

- » **Café, pan y Haydn, las tres delicias vienesas.** En la corte de Sterházy: música a destajo. Una extensa creación de piezas, desde sinfonías y música de cámara, a música vocal.
- » **El cuarteto de cuerda, el género sofisticado.** Una conversación entre cuatro personas inteligentes.
- » **Mozart, el extraterrestre.** Expresión y orden en el periodo clásico. El concierto para piano y las sinfonías.
- » **Las óperas de Mozart.** La complejidad humana convertida en música.
- » **Mozart y otros Requiems.** Confutatis, Lacrimosa, Emoción sin límites. Un recorrido por los Requiems más aplaudidos.
- » **La voz, un fenómeno complejo.**
- » **El sonido, el gran regalo de Beethoven a la música.** Las tres etapas de Beethoven. Nuevos y más instrumentos para sus sinfonías.



- » **Las últimas sonatas, los últimos cuartetos y la Oda a la alegría.** ¿Afectó su sordera a la composición de su música?
- » **El Romanticismo, amor y dolor entre la bruma.** El buen perfume en frasco pequeño. Schubert y los lieder en los salones de la clase alta. De sus maravillosas sonatas de piano a su sinfonía inacabada
- » **Los grandes románticos.** Feliz Mendelssohn y su segundo concierto de violín, uno de los más agraciados del repertorio. Robert y Clara Schumann.
- » **La ópera romántica,** de los dramas giocosos de Rossini y Donizetti a la pérdida de la razón y el sonambulismo.
- » **De la zarzuela barroca al género chico.** Palacio de reyes. Los siete magníficos y la creación del Teatro de La Zarzuela. La gran crisis abre la puerta al teatro por horas.
- » **Zarzuela, revista y opereta en el variado siglo XX.** De la arrevistada Corte del Faraón, al orientalismo de Luna y a la elegancia de la opereta. Doña Francisquita, la cumbre del género.

CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS (2ª PARTE)

Fechas: Martes, de 18:00 a 19:00 h.



Este curso se dirige a personas con un nivel intermedio de conocimiento del idioma.

Cada tema será tratado en dos sesiones. Se utilizarán materiales y recursos variados, tanto en formatos digitales como analógicos: vídeos, canciones, imágenes, textos adaptados...

Las actividades previstas se articularán asimismo en torno a necesidades comunicativas de la vida cotidiana. El enfoque está orientado a la acción, privilegiando la interacción en grupos, la participación individual activa, simulaciones, debates dinámicos, etc.

El curso se adaptará al grupo, a sus intereses y al ritmo de aprendizaje.

Contenidos

- » La salud y el bienestar
- » El sistema educativo
- » La política y la vida ciudadana
- » Visitar museos y hablar de arte cotidiano
- » Hacer compras y hablar de consumo
- » Practicar deportes o actividades físicas comunes
- » La tecnología
- » La diversidad cultural
- » Planear viajes o salidas locales
- » Vivienda y entorno cotidiano
- » Vivir en el campo o en la ciudad
- » Relaciones familiares y amistad
- » El mundo laboral
- » Participar en asociaciones o voluntariado
- » El humor

INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA IV

Profesor: Juan Galarraga Irujo.

Fechas: Martes, de 12:00 a 13:30 h.



Curso dirigido a personas con un cierto conocimiento del idioma (Nivel A1), que ya hayan trabajado con él y cuyo principal objetivo es lograr que el alumnado sea capaz de expresarse en inglés para mantener una conversación sencilla y tratar diversos temas cercanos. El alumnado trabajará temática relacionada con las actividades de ocio, viajar, expresar emociones, hablar sobre rutinas habituales y hechos pasados. Además de aprender a expresarse utilizando distintos tiempos verbales, las actividades estarán destinadas a mejorar sus habilidades previas de comprensión y expresión oral y escrita.

El curso será práctico y se necesitará la participación activa del alumnado.

Se trabajará a través de juegos, hojas de trabajo, etc. junto con audios, juegos con el uso del móvil que harán las clases muy ligeras y completas. El material está basado en un enfoque más comunicativo que en cursos anteriores y se facilitará que el alumnado pueda practicar la parte oral, tanto a nivel de expresión como de comprensión, con compañeros/as y el profesor.

Contenidos

- » El tiempo futuro (hacer predicciones, planes...).
- » Expresar habilidades, posibilidades, dar o pedir permiso y el correcto uso de los verbos modales.
- » Deportes (hablar sobre experiencias, gustos, aficiones...).
- » El uso de comparativos para hablar sobre personas o cosas.
- » La moda (hablar sobre diseño, describir distintos tipos de ropa...).

HISTORIA DE LA ANTIGUA ROMA (3ª PARTE)

Profesora: Eva Tobalina Oraá.

Fechas: Martes, de 12:30 a 13:30 h.



A lo largo de este trimestre se abordará la historia del Imperio Romano durante los dos primeros siglos de nuestra era, desde el reinado de Augusto hasta los emperadores del siglo II d.C. Se relatarán los acontecimientos relacionados con las principales dinastías: los Julio-Claudios, los Flavios, los Antoninos... y las transformaciones más importantes -sociales, políticas, militares, religiosas, económicas...- que experimentó el Imperio Romano a lo largo de este período.

Contenidos

- » El reinado de Augusto y el nacimiento del Imperio
- » Luces y sombras de los emperadores julio-claudios
- » La guerra civil del año 69 d.C.
- » Las transformaciones de la dinastía Flava
- » Trajano: un hispano en el trono imperial
- » Los emperadores del siglo II d.C.

HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA II (1875-1931)

Profesor: Gonzalo Fernández Jarne.

Fechas: Miércoles, de 10:00 a 11:00 h.



Después de la proclamación de Alfonso XII como rey en 1875, España va a vivir uno de los periodos más estables de su historia durante casi veinticinco años, hasta que se desencadene el conocido Desastre de Cuba de 1898. A partir de ahí, las crisis, revueltas, asesinatos, pronunciamientos, casos de corrupción política... se sucederán vertiginosamente hasta el golpe de estado protagonizado por el general Primo de Rivera en 1923 que pondrá fin a este sistema seudodemocrático de casi cincuenta años conocido como la Restauración.

En este curso continuaremos con ese viaje en el tiempo a nuestro pasado más reciente iniciado en el primer cuatrimestre, analizando uno de los periodos más intensos de nuestra historia que nos permitirá conocer las raíces más inmediatas de la España de hoy.

Contenidos

- » La Restauración Borbónica y el sistema canovista. El reinado de Alfonso XII. La regencia de María Cristina.
- » La política colonial española y la Guerra de Cuba. Las consecuencias del 98 y el surgimiento del Regeneracionismo. La llegada al trono de Alfonso XIII.
- » La crisis del sistema de la Restauración. La Guerra de Marruecos y la Semana Trágica. El auge del sindicalismo y de la oposición al régimen de la Restauración.
- » La descomposición del sistema de la Restauración. La crisis de 1917 y el aumento de la conflictividad obrera. El pistoleroismo.
- » La caída del sistema de la Restauración. El Desastre de Annual. El golpe de estado de Primo de Rivera.
- » La dictadura de Primo Rivera. Los gobiernos del general Berenguer y del almirante Aznar. La caída de la monarquía. La proclamación de la 2ª República.

PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (2ª PARTE)

Profesora: Cristina Val Andrés.

Fechas: Miércoles, de 10:00 a 11:00 h.



En este curso, partiendo del encuadre anterior, se presta atención al componente relacional de la supervivencia y el bienestar. Se define el papel de los vínculos afectivos y la naturaleza de las relaciones que establecemos como una de las principales fuentes de desarrollo y crecimiento, tanto personal como de las redes sociales de las que formamos parte

- » Conocer la relevancia de los vínculos afectivos en el desarrollo del ser humano y su evolución.
- » Ampliar la toma de conciencia de la relación que establecemos con nosotros/as mismos/as a través del diálogo interno.
- » Identificar y fomentar modelos de interacción satisfactorios en nuestra relación con otras personas.
- » Reforzar el deseo por sentirnos mejor y contribuir al bienestar de los demás.

En esta asignatura se potenciará la reflexión y la participación de las personas asistentes utilizando como base las aportaciones conceptuales, generando -a partir de ellas- aprendizajes que enlacen con la propia experiencia vital. Se realizarán propuestas de trabajo personal a través de cuestiones relacionadas con lo abordado en durante la clase.

Contenidos

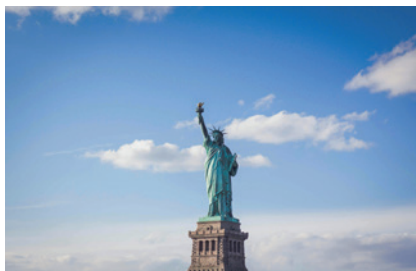
Afianzando caminos del bienestar

- » Vínculos afectivos a lo largo de la vida, mediadores y anclajes del bienestar.
- » Del diálogo interno al relato vital, el impacto emocional de influir en la forma y el fondo.
- » Factores que favorecen la comunicación interpersonal desde la psicología positiva:
 - validación emocional
 - empatía
 - respeto
 - indagación apreciativa
- » Enfoques constructivos en las relaciones: compasión, perdón y agradecimiento.

REPENSANDO LOS EEUU DESDE SU HISTORIA Y SU LITERATURA

Profesora: Aitziber Aldabe Moreno.

Fechas: Miércoles, de 11:00 a 12:00 h.



Curso orientado a examinar de manera crítica la historia y la cultura de Estados Unidos a través del análisis de obras literarias que cuestionan las narrativas dominantes y exploran las contradicciones y complejidades del país para comprender su realidad actual. Se utilizará una metodología activa combinando clases magistrales con debates enriquecedores, análisis profundo de textos y discusión crítica de artículos académicos.

Contenidos

» **Módulo 0: ¿Por qué EEUU? Expectativas e intereses en el Curso. (1 sesión)**

» **Módulo 1: Los mitos fundacionales (2 sesiones)**

Contexto colonial y fundacional: nativos americanos, el “excepcionalismo americano” y la Declaración de Independencia.

Autores: textos nativos americanos, Anne Bradstreet, John Smith y Nathaniel Hawthorne.

» **Módulo 2: Esclavitud, raza y resistencia (2 sesiones)**

Análisis de la esclavitud y su impacto en la sociedad estadounidense actual a través de movimientos de resistencia.

Autores: Frederick Douglass, Harriet Jacobs, Toni Morrison, Lalita Tademy.

» **Módulo 3: El sueño americano y sus desencantos (2 sesiones)**

Exploración de las promesas y contradicciones de “El sueño americano”, la desigualdad económica y social.

Autores: John Steinbeck, Amy Tan, F. Scott Fitzgerald, Barack Obama.

» **Módulo 4: Género, sexualidad e identidad (2 sesiones)**

Crítica de las construcciones de género y sexualidad.

Autores: Kate Chopin, James Baldwin, Alice Walker, Audre Lorde

» **Módulo 5: Imperialismo, guerra y memoria (2 sesiones)**

Repaso del papel de Estados Unidos en el mundo, guerras, intervenciones y la memoria colectiva.

Autores: Geraldine Brooks, Kurt Vonnegut, Julie Otsuka, Malcolm X

» **Módulo 6: Reflexión final** sobre el legado histórico-cultural de EEUU y su influencia en el presente. Debate sobre los retos y oportunidades del país en el siglo XXI a través de lo aprendido. (1 sesión).

PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (4ª PARTE)

Profesora: Cristina Val Andrés.

Fechas: Miércoles, de 11:15 a 12:15 h.



- » Reflexionar sobre la influencia que la narrativa vital tiene en el bienestar psicológico.
- » Identificar en nuestra historia de vida las respuestas y las relaciones que nos han permitido evolucionar y crecer.
- » Afianzar el sentido de coherencia interna y la continuidad del desarrollo personal.
- » Favorecer un enfoque integrador de las vivencias y los conflictos experimentados a lo largo de la vida.
- » Tomar conciencia del legado recibido y la aportación que podemos dejar en los demás.

En el curso se realizará un acercamiento a la influencia que el relato de lo que nos acontece en la vida ejerce sobre la experiencia misma, tanto en su versión interna como social.

Se llevará la atención a aquellas experiencias vividas que nos ayuden a consolidar la consciencia de los aprendizajes realizados y las relaciones significativas más relevantes dentro de nuestra historia vital.

Contenidos

Aprendizajes en mi historia desde la narrativa vital

- » Nunca hay una historia única de nosotros/as mismos/as.
- » El relato vital constructivo: conocerse y comprender.
- » Historia de vida, la interacción entre la persona, el entorno, los valores y las creencias
- » ¿Cómo construimos nuestro relato? Palabras, emociones, vínculos, decisiones, fracasos, sucesos, esperanzas y sueños.
 - Diálogos sobre la experiencia desde la emoción y la memoria.
 - Identidad personal, transformación y permanencia en mi trayectoria vital.
- » Interacciones transformadoras y aprendizajes.
- » Cuidándonos: estrategias para generar una narrativa vital conciliadora.
- » Narrar desde el momento presente, una oportunidad para la agencia personal.
- » Nuestro legado: qué recibimos, qué aprendemos y qué aportamos.

GRANDES MUSEOS DEL MUNDO Y SUS CIUDADES (2ª PARTE)

Profesora: Ana Ulargui Palacio.

Fechas: Miércoles, de 11:15 a 12:15 h.



Las grandes ciudades encierran historias fascinantes, que han ido conformando su fisonomía y su aspecto. El estudio de las mismas nos ofrece polidébricas visiones de poblaciones siempre en cambio, buscando el difícil equilibrio entre mantener su esencia y adaptarse a la modernidad. La aparición de relevantes museos y colecciones en las mismas ha supuesto, en numerosas ocasiones, un impacto que ha contribuido al prestigio y la fama de la población. A lo largo del curso se tratará de ofrecer una imagen de dicha simbiosis entre una serie de grandes ciudades y sus museos.

Contenidos

- » **Madrid:** El Museo del Prado y la Galería Thyssen (3 sesiones)
- » **San Petersburgo:** El Hermitage y Catalina la Grande (2 sesiones)
- » **Berlín:** La isla de los Museos (2 sesiones)
- » **Florencia:** La Galería de los Uffizi (2 sesiones)
- » **Viena:** El Museo de Historia del Arte (2 sesiones)
- » **Barcelona:** El MNAC (2 sesiones)

INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA VI

Profesor: Juan Galarraga Irujo.

Fechas: Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.



Curso dirigido a personas con un conocimiento del idioma (B1), que ya hayan trabajado con él y cuyo objetivo es lograr que el alumnado sea capaz de expresarse en inglés para mantener un nivel de conversación adecuado en situaciones cotidianas y para poder expresar opiniones personales e intercambiar información. El alumnado trabajará temática relacionada con las actividades de ocio, viajar, rutinas habituales y hechos pasados y futuros. Además de aprender a expresarse utilizando distintos tiempos verbales, las actividades estarán destinadas a mejorar sus habilidades previas de comprensión y expresión oral y escrita.

El curso será práctico y se necesitará la participación activa del alumnado.

Se trabajará a través de juegos, hojas de trabajo, etc. junto con audios, juegos con el uso del móvil que harán las clases muy ligeras y completas. El material está basado en un enfoque más comunicativo que en cursos anteriores y se facilitará que el alumnado pueda practicar la parte oral, tanto a nivel de expresión como de comprensión, con compañeros/as y el profesor.

Contenidos

- » Conversar sobre temas cotidianos y personales, así como describir imágenes y personas.
- » Mostrar acuerdo y desacuerdo y expresar opinión sobre temas concretos.
- » Comprender textos breves y largo y fragmentos de audio de longitud media.
- » Encontrar información específica en textos largos y escribir comunicaciones informales.

ESCUELA DE ESPECTADORES II. LA MARAVILLA DEL TEATRO

Profesores: Víctor Iriarte Ruiz y Ana Zabalegui Reclusa.

Fechas: Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.



Escuela de Espectadores II. La maravilla del teatro es un curso independiente pero complementario al desarrollado en el curso I, que pretende incrementar el conocimiento de aspectos de las artes escénicas como los géneros teatrales, la dirección de escena, la producción teatral y la danza contemporánea. Pone el foco en cuatro momentos estelares del teatro español: el Siglo de Oro, el Romanticismo, La Otra Generación del 27 y el teatro español actual mediante cuatro lecturas recomendadas. Además, ofrece un acercamiento a las vanguardias dramáticas del siglo XX para entender el teatro como herramienta para conocer al ser humano y los tiempos que vivimos. Finalmente, mediante una presentación lúdica y diferenciada para cada sesión, tiene la pretensión de ampliar la afición al teatro del alumnado y darles nuevas destrezas para poder juzgar un montaje con criterio.

Contenidos

- » El “lugar donde se mira” hoy. La “caja negra”. Aquí ya no muere ni el apuntador. El peine, lavar y marcar. Pintar ambientes: la iluminación como una de las bellas artes. Visita guiada a un espacio escénico.
- » El teatro clásico español. Lope, genio y figura. Tirso de Molina, el cura progre. Cervantes, un puñetero fracasado. El cambiante gusto por los clásicos. La Compañía Nacional de Teatro Clásico.
- » Calderón, un Shakespeare en bueno. La pesadilla que te desvelará. LECTURA SIGLO DE ORO: LA VIDA ES SUEÑO.
- » Las vanguardias I. Esto no hay dios que lo entienda. O sí. Según y cómo. Depende. Büchner, Jarry, Pirandello, Ionesco... Ismo, ismo, ismo... esto es vanguardismo.
- » Las vanguardias II. ¿Más lío todavía? Beckett, comienzo de partida.

- » La dirección de escena, la dictadura imperfecta. De policía de tráfico a creador. El autor bueno es el autor muerto. Un oficio joven para el más sabio de la tribu. Antoine, Stanislavski, Appia, Craig, Meyerhold, Reinhardt, Piscator, Artaud, Grotowski, Brook, Kantor, Ronconi...
- » Pasiones, pulsiones, desgarros interiores y una pata de cabra. Que vivan los efectos especiales y el teatro romántico. Noche de difuntos, vuelve el hombre. LECTURA ROMANTICISMO: DON JUAN TENORIO.
- » Las generaciones del 98 y del 27 en el revuelto panorama del teatro español al inicio del siglo XX. Dos premios Nobel hoy en el cajón: Echegaray y Benavente. Galdós, María Lejárraga y los Machado. Melodramáticos, vanguardistas y poéticos. Don Pedro Muñoz "Séneca", el menda y don Mendo.
- » Jardiel, Mihura y Tono, de la gracia al humor. Humor y poesía. Jardiel, el más grande. LECTURA SIGLO XX ESPAÑOL: ELOÍSA ESTÁ DEBAJO DE UN ALMENDRO.
- » A Tono con el humor del 27. Ochenta disparatados minutos para conocer el teatro de Tono.
- » Valle-Inclán, el gallego tremebundo. Lorca, aunque tarde, siempre a tiempo. El canon que el público del momento nunca imaginó.
- » En resumidas cuentas. Nueve rotos para nueve descosidos. LECTURA TEATRO ACTUAL: TERROR Y MISERIA EN EL PRIMER FRANQUISMO.
- » La cartelera hoy, de todo como en botica. Despedida y cierre. Ahora, las glorias.

CLAVES ACTUALES DE LA GLOBALIZACIÓN

Profesor: Jorge Urdánóz Ganuza.

Fechas: Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.



El curso pretende abordar las principales encrucijadas conceptuales que tiene abiertas a día de hoy la reflexión sobre la política en los tiempos de la globalización. A partir de 10 temas de actualidad se persigue profundizar en ciertos conceptos y marcos políticos y filosóficos. El objetivo es facilitar un acercamiento más completo al ofrecido habitualmente por los medios de comunicación. Se trata de entender algunas de las claves principales de lo que está sucediendo ahora mismo en nuestro planeta, más allá de la mirada únicamente nacional.

Clases participativas, con entrega y lectura de artículos y textos, power-points, vídeos, etc. Exposición clara y rigurosa y debate abierto. Se persigue la participación de los y las asistentes y la puesta en común de sus interrogantes y opiniones.

Contenidos

- » La globalización y sus desafíos
- » ¿Progresamos o retrocedemos?
- » La amenaza del cambio climático
- » Migraciones, Refugiados y Trata
- » El feminismo y la liberación de la mujer
- » Multiculturalismo y etnocentrismo
- » Laicismo y aconfesionalidad
- » ¿Cuándo es legítimo desobedecer la ley?
- » La cuestión del castigo
- » Las Teorías de la Justicia

TRES RELIGIONES, UN MAR.

Una historia medieval del mar Mediterráneo (2ª PARTE)

Profesora: Ana Ulargui Palacio.

Fechas: Miércoles, de 12:30 a 13:30 h.



Las tres grandes religiones monoteístas surgirán en un contexto geográfico muy próximo, y se expandirán por el mar Mediterráneo entrando en conflicto en numerosas ocasiones. El curso pretende abordar el nacimiento de las tres religiones “del Libro”, la religión del antiguo pueblo de Israel y su diáspora, la aparición del cristianismo y, finalmente, la figura de Mahoma y el islam, atendiendo a sus diferentes escuelas.

La segunda parte estará dedicada, fundamentalmente, a los enfrentamientos que tuvieron lugar en Tierra Santa, las conocidas Cruzadas, así como la historia de los estados cristianos que surgieron en Oriente Próximo y las órdenes de caballería destinadas a defenderlos.

Un tema del pasado cuyas repercusiones llegan hasta el presente.

Contenidos

- » El Egipto musulmán: sunnitas y fatimíes
- » El Cisma de Oriente
- » La aventura de las Cruzadas “Deus vult”
- » Las órdenes militares
- » Los territorios cristianos de Tierra Santa
- » Leonor de Aquitania y la Segunda Cruzada
- » El sultanato Ayubí y Saladino
- » Berenguela de Navarra y la Tercera Cruzada
- » Los venecianos y la Cuarta Cruzada.
- » Inocencio III y los cátaros
- » Otros enfrentamientos y la caída de los territorios cristianos en oriente
- » Situación del pueblo judío en Europa en la Baja Edad Media. Persecuciones, expulsiones y matanzas
- » Epílogo, el mar Mediterráneo en la Baja Edad Media

DISFRUTAR Y ENTENDER EL JAZZ (2ª PARTE)

Profesora: Eva Martínez Sola (con la colaboración de Javier Olabarrieta).

Fechas: Jueves, de 09:30 a 11:00 h.



Una inmersión en los contenidos que nos ofrece el jazz y su contexto para entender y vivir la música moderna occidental. No es requisito saber música o leer partituras.

Los objetivos:

- Descubrir los músicos más importantes del jazz y su contexto y los estilos musicales más representativos.
- Comprender contenidos musicales de una manera inmersiva aprovechando los recursos del género jazz.

Contenidos

- » Estilos musicales dentro del jazz: antecedentes, swing, bebop, ...
- » Músicos fundamentales de jazz: Louis Armstrong, Ella Fitzgerald, Charlie Parker, Duke Ellington...
- » Elementos musicales para NO músicos: El swing, la escala de blues, la música tonal...

GRANDES ESCRITORAS EN LA LITERATURA HISPANOAMERICANA

Profesora: Covadonga Romero Blázquez.

Fechas: Jueves, de 10:00 a 11:30 h.

Este curso proporciona al alumnado una visión del pasado del continente en Hispanoamérica y, de manera especial, le ayuda a comprenderlo. Esto mediante la lectura de libros escritos por mujeres, de varios momentos de la historia y de varios países de América Latina. Se trata de leer en clase sus textos escritos, interpretando sus silencios y aquello que critican e interrogan de la tradicional cultura de América Latina. En ellas el ejercicio de la escritura se convierte en un espacio de liberación, de reconocimiento de sí mismas y de redefinición.

En el curso me referiré a los momentos constitutivos de la literatura escrita por mujeres: la literatura fundacional ligada a la tradición oral; las que rompieron el silencio en el siglo XIX; la vanguardia literaria y artística de la década de 1920; las escritoras de los años '50 y '60; la liberación a través de la palabra; y el reto al futuro sobre la producción literaria de finales del siglo XX y el primer cuarto del XXI. A lo largo de esta escritura encontraremos ejes temáticos que aparecen de manera permanente en novelas, cuentos y poesía, que podríamos sintetizar en un solo afán como es la búsqueda de una voz propia.



Contenidos

- » Conozcamos la historia de las mujeres en Latinoamérica.
- » Historia de la mujer en la narrativa de América Latina.
- » La escritura fundacional ya con Sor Juana Inés de la Cruz en el XVII.
- » El siglo XIX. La mujer rompe el silencio en un clima de intolerancia y hegemonía del discurso masculino.
- » El siglo XX. La vanguardia artística y literaria de 1920 (I): ellas expresan un mundo interior pleno de intensidad lírica.
- » La vanguardia artística y literaria de 1920 (II): Gabriela Mistral y Alfonsina Storni.
- » La apertura del "boom" en 1964 (I): los años del dolor, liberación a través de la palabra.
- » La apertura del "boom" en 1964 (II): el tema de la violencia y el exilio en la uruguayista Cristina Peri Rossi.
- » La apertura del "boom" en 1964 (III): el reto del futuro en los años '90.
- » El siglo XXI.
 - La mujer latinoamericana ante el reto del siglo XXI (I)
 - La mujer latinoamericana ante el reto del siglo XXI (II)
- » Valoración de las 4 novelas leídas en el curso.

Las obras que se leerán en el curso son:

1. La mujer habitada (1988) de la nicaragüense Gioconda Belli (durante febrero)
2. Los recuerdos del porvenir (1963) de la mexicana Elena Garro (durante marzo)
3. Los abismos (2020) de la colombiana Pilar Quintana (durante abril)
4. Violeta (2022) de la chilena (peruana) Isabel Allende (durante mayo)
5. Si tuviera cabida, también El invencible verano de Liliana de la escritora mexicana Cristina Rivera Garza, ganadora del Premio Pulitzer el pasado 2024.

CONOCE Y EDUCA TU VOZ (2ª PARTE)

Profesora: Eva Martínez (con la colaboración de Javier Olabarrieta).

Fechas: Jueves, de 11:30 a 13:00 h.

Curso de voz dividido en dos partes complementarias. El curso completo explicará algo de anatomía vocal, y trabajará la comprensión propioceptiva de los mecanismos que nos ayudan a generar una voz más sana, tanto hablada como cantada.



Para entender los contenidos de la asignatura, se explicarán conceptos de anatomía, biomecánica vocal, y otras ideas de manera teórica. Además, se practicará con ejercicios grupales (y en ocasiones puntuales, individuales) cada contenido, con la idea de generar la mejor propiocepción posible de los mecanismos implicados en la fonación. Se primará la búsqueda de la comprensión desde la sensación personal de qué es una voz sana y cómo producirla.

- » Entender el funcionamiento de los sistemas de producción de la voz, de una manera teórica y práctica.
- » Aplicar los contenidos a la voz hablada y cantada.
- » Crear propiocepción de los mecanismos vocales.
- » Conocer la anatomía de las estructuras que producen la voz.

Contenidos

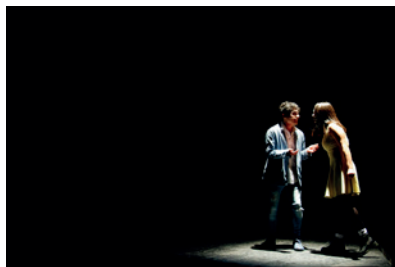
- » Repaso contenidos curso anterior
- » El calentamiento vocal
- » El volumen
- » Los riesgos vocales
- » El cuerpo y la expresión en la voz
- » La actitud, la puesta en escena
- » Algunos efectos vocales y sus riesgos
- » Análisis de otras voces interesantes
- » La voz, la identidad, las emociones
- » La creatividad

ESCUELA DE ESPECTADORES IV. LA MARAVILLA DEL TEATRO

Profesores/as: Víctor Iriarte Ruiz y Ana Zabalegui Reclusa.

Fechas: Jueves, de 12:00 a 13:30 h.

Escuela de Espectadores IV. La maravilla del teatro nace a petición de los alumnos que cursaron los tres anteriores niveles. Es un curso complementario a lo analizado en ediciones anteriores, por lo que pueden inscribirse quienes no los hayan cursado, ya que los temas se abordan de forma independiente en cada sesión.



Contenidos

- » Oscar Wilde, la ironía como una de las bellas artes. La importancia de llamarse Oscar. El teatro si lo es, o es judío o es irlandés.
- » La era dorada del circo. El mayor espectáculo del mundo, vaya que si lo era. Marceline, el payaso oscense en quien se inspiró Charlot.
- » El género ínfimo. Vamos a buscarnos la pulga con arte. Las faldas que pasaron de tobilleras a rodilleras, luego a musleras y, glups, llegó la psicalipsis. Del Paralelo a Manolita Chen.
- » La magia, vista y no vista. De complemento de teatro de variedades a espectáculo total. Un género en alza. Navarra, tierra de magos, llena de nuevos jalamandrukis.
- » Títeres y marionetas tienen cuerda para rato. Un arte milenario. Gorgorito y sus cachi-porrazos.
- » Eduardo de Filippo, el humor made in Italy. Nápoles millonaria gracias a Filumena.
- » Shakespeare hoy I. El genio está más presente que nunca.
- » Shakespeare hoy II. Parada y fonda.
- » Buero Vallejo y Alfonso Sastre, dos autores vigilados por la Dictadura. Siempre de frente a los amables con el "Régimen".
- » Teatro y ciencia, para echar de comer aparte. Lecciones dramatúrgicas de conceptos complejos.
- » Juan Mayorga, un cartógrafo en la última fila para llegar, en silencio o en shock, a Reikiavik.
- » Algo huele a exquisito en Quebec: Robert Lepage, Wajdi Mouawad, Circo du Soleil...

LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL EN ORIENTE (1937-1945)

Profesor: Carlos Aitor Yuste Arija.

Fechas: Viernes, de 11:00 a 12:15 h.



La Segunda Guerra Mundial fue un único conflicto bélico global que afectó de forma directa o indirecta al conjunto de la humanidad. Pero también fue el escenario en el que se desarrollaron dos grandes guerras apenas relacionadas entre sí, una en Europa y África y otra en Asia y el Pacífico. Y aún dentro de ambas, no podemos obviar que se produjeron una larga serie de guerras locales de motivación política, étnica o religiosa.

Pretendemos acercarnos con el mayor detalle posible a un marco geográfico concreto, Occidente, y una época determinada, el periodo que va desde el inicio de la guerra, 1939, hasta el momento en el que las fuerzas del Eje empezaron a perder su empuje inicial a finales de 1942. Y esto, prestando atención no solo a los escenarios bien conocidos de Francia, el Reino Unido, el norte de África o la Unión Soviética, sino también a los de Escandinavia o los Balcanes.

Apoyándonos en materiales audiovisuales (principalmente ilustraciones, mapas, esquemas, fotografías o breves filmaciones de época) y textos contemporáneos que analizaremos en clase, trataremos no solo de acercarnos a este conflicto, sino también reflexionar sobre el mismo.

Contenidos

- » Dragones
- » Incidente
- » Tensiones
- » Tsunami
- » Inflexión
- » Junglas
- » Islas
- » Ofensivas
- » Cerco
- » V.J.

LA SALUD DESDE EL MOVIMIENTO:

Más vale prevenir que curar

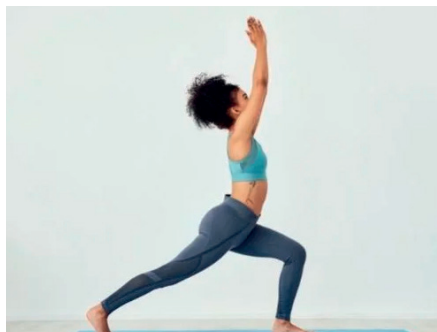
Profesor: Iñaki Domínguez Domínguez.

Fechas: Viernes, de 11:30 a 13:00 h.

El ser humano desde su origen se ha caracterizado como ser vivo preparado y adaptado al movimiento. La quietud, el sedentarismo y algunas actividades de la Era Moderna han llevado a la aparición de múltiples patologías músculo esqueléticas, metabólicas y de salud mental.

A través de la restitución del movimiento, la optimización de la postura y la conciencia corporal podemos evitar o atenuar estos procesos patológicos.

- » Se trata de un curso con sesiones prácticas donde abordar contenidos que mejoren la calidad de vida de los asistentes mediante el conocimiento de los procesos de movimiento del ser humano.
- » Movilidad, fuerza específica de los músculos de la columna vertebral, capacidad de fuerza general, respiración terapéutica, equilibrio y postura serán los ingredientes fundamentales.



Contenido

BLOQUE 1. El movimiento

- » La postura.
- » La marcha.
- » Calidad del movimiento.

BLOQUE 2. Capacidades físicas y Salud

- » Fuerza.
- » Flexibilidad.
- » Postura.

BLOQUE 3. Métodos terapéuticos

- » Métodos de Fuerza Central (CORE), Métodos de Fuerza General, Metodos de Stretching y Liberación miofascial. Cuidado del Suelo Pélvico

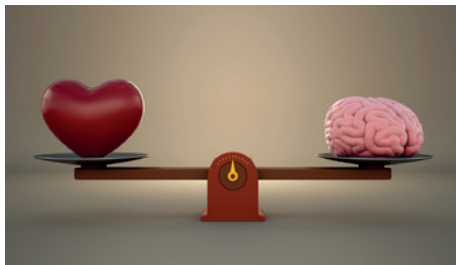
BLOQUE 4. Integración de metodología

- » Programación.
- » Organización de recursos Terapéuticos.

LA PRÁCTICA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA POTENCIAR UNA VIDA SALUDABLE

Profesora: Silvia Zabalza Medina.

Fechas: Viernes, de 12:00 a 13:30 h.



Desde que Mayer y Salovey acuñaron el término “inteligencia emocional”, este concepto ha evolucionado y ganado protagonismo como una herramienta esencial para el bienestar personal.

Su práctica, respaldada y popularizada en las últimas décadas por numerosas investigaciones y publicaciones, sigue siendo innovadora y profundamente transformadora, ya que tiene el potencial de beneficiar a las personas a nivel individual y a las relaciones que mantienen con otras personas.

Este curso te permitirá descubrir cómo desarrollar y aplicar la inteligencia emocional para mejorar la gestión de tus emociones, fortalecer tus relaciones y contribuir a un entorno personal más saludable y efectivo.

Contenido

- » La inteligencia emocional: definición, características y claves
- » Las emociones, en general
- » Las emociones positivas
- » La felicidad en particular
- » Las principales competencias emocionales:
 - Percepción y expresión emocional
 - Facilitación emocional
 - Comprensión emocional
 - Regulación emocional
- » Aplicaciones prácticas y técnicas para el desarrollo de la inteligencia emocional

LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL EN OCCIDENTE II (1942-1945)

Profesor: Carlos Aitor Yuste Arija.

Fechas: Viernes, de 12:30 a 13:45 h.



La Segunda Guerra Mundial fue un único conflicto bélico global que afectó de forma directa o indirecta al conjunto de la humanidad. Pero también fue el escenario en el que se desarrollaron dos grandes guerras apenas relacionadas entre sí, una en Europa y África y otra en Asia y el Pacífico. Y aún dentro de ambas, no podemos obviar que se produjeron una larga serie de guerras locales de motivación política, étnica o religiosa.

Pretendemos acercarnos con el mayor detalle posible a un marco geográfico concreto, Occidente, y una época determinada, el periodo que va desde el inicio de la guerra, 1939, hasta el momento en el que las fuerzas del Eje empezaron a perder su empuje inicial a finales de 1942. Y esto, prestando atención no solo a los escenarios bien conocidos de Francia, el Reino Unido, el norte de África o la Unión Soviética, sino también a los de Escandinavia o los Balcanes.

Apoyándonos en materiales audiovisuales (principalmente ilustraciones, mapas, esquemas, fotografías o breves filmaciones de época) y textos contemporáneos que analizaremos en clase, trataremos no solo de acercarnos a este conflicto, sino también reflexionar sobre el mismo.

Contenidos

- » Kursk
- » Leningrado
- » Túnez
- » Italia
- » Normandía
- » Ostland
- » Desbandada
- » Cerco
- » VE
- » Impensable





UNED PAMPLONA.
C/ Sadar s/n. 31006 Pamplona. Tlf. 948 243250
senior@pamplona.uned.es www.unedpamplona.es

 @unedpamplona

 www.facebook.com/unedpamplona

 @unedpamplona