



# UNED PAMPLONA


---

**UNED SENIOR 2024 - 2025**  
PROGRAMA FORMATIVO

---

57 asignaturas | Nunca es tarde para aprender

# UNED SENIOR 2024-2025




El programa formativo de **UNED SENIOR** está dirigido a personas mayores de 55 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 **57 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 **12 de junio de 2024 a partir de las 9:15 horas** y se prolongará hasta el 27 de septiembre de 2024. 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 2025.

# 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](mailto:senior@pamplona.uned.es) | [www.unedpamplona.es](http://www.unedpamplona.es)

 @unedpamplona

 [www.facebook.com/unedpamplona](http://www.facebook.com/unedpamplona)

 @unedpamplona



## PRIMER CUATRIMESTRE

▪ HISTORIA DE NAVARRA: Desde la Conquista al Fin del Reino I .....	12
▪ DISFRUTAR LAS VANGUARDIAS .....	13
▪ CULTIVANDO MANERAS DE VIVIR .....	14
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA I .....	15
▪ DERECHO EN NUESTRAS VIDAS .....	16
▪ ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (3ª Parte) .....	17
▪ TALLER DE ESCRITURA AUTOBIOGRÁFICA .....	18
▪ LA RUTA DE LA SEDA (4ª Parte) .....	19
▪ SOLUCIÓN DE CONFLICTOS .....	20
▪ MAESTROS DEL SABER, APRENDICES DEL VIVIR .....	21
▪ ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA (1ª Parte) .....	22
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA III .....	23
▪ HISTORIA DE LA ANTIGUA GRECIA (4ª Parte) .....	24
▪ FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA I .....	25
▪ CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS (1ª Parte) .....	27
▪ PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (1ª Parte) .....	28
▪ PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (3ª Parte) .....	29
▪ ESCUELA DE ESPECTADORES I. LAS MARAVILLAS DEL TEATRO .....	30
▪ HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA I (1788-1874) .....	32
▪ MIRANDO LAS PÉRDIDAS Y EL DUELO .....	33
▪ HISTORIA DE LA BELLE ÉPOQUE (1871-1914) .....	34
▪ CONOCE Y EDUCA TU VOZ .....	35
▪ ESCUELA DE ESPECTADORES III. LAS MARAVILLAS DEL TEATRO .....	36
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA V .....	38
▪ HISTORIA DE ENTREGUERRAS III (1929-1939) .....	39
▪ PERIODISTAS POR UN DÍA (1ª Parte) .....	40

## SEGUNDO CUATRIMESTRE

▪ HISTORIA DE NAVARRA. DESDE LA CONQUISTA AL FIN DEL REINO II.....	42
▪ LA Hª DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA I. De la Prehistoria a la Era Industrial.....	43
▪ ¡RECRÉATE! DALE VIDA A LOS AÑOS.....	44
▪ APROXIMACIÓN A LA ACTUALIDAD CIENTÍFICA.....	45
▪ EL ARTE DEL SIGLO XX.....	46
▪ FELICIDAD Y SALUD MENTAL.....	47
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA II.....	48
▪ ¿PARA QUÉ SIRVE LA POLÍTICA?.....	49
▪ LA Hª DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA II. La Arqueología de la Muerte en Navarra.....	50
▪ PERFILACIÓN CRIMINAL Y CRIMINALÍSTICA: Investigando en la escena del Crimen II.....	51
▪ ¿HACIENDA SOMOS TODOS... O YO UN POCO MÁS?.....	52
▪ LA RUTA DE LA SEDA (1ª Parte).....	53
▪ TALLER DE NOVELA.....	54
▪ FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA II.....	55
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA IV.....	56
▪ ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA ( 2ª Parte).....	57
▪ HISTORIA DE LA ANTIGUA ROMA (1ª Parte).....	58
▪ CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS (2ª Parte).....	59
▪ PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (2ª Parte).....	60
▪ EL PROCESO CREATIVO EN LA NOVELA NEGRA.....	61
▪ ESCUELA DE ESPECTADORES II. LAS MARAVILLAS DEL TEATRO.....	62
▪ CLAVES ACTUALES DE LA GLOBALIZACIÓN.....	64
▪ PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (4ª Parte).....	65
▪ HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA II (1875- 1923).....	66
▪ CON LOS OJOS PUESTOS EN LAS MUJERES ESCRITORAS.....	67
▪ DISFRUTAR Y ENTENDER EL JAZZ.....	68
▪ LA GRAN GUERRA (1914-1918).....	69
▪ INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA VI.....	70
▪ WINSTON CHURCHILL. SU VIDA Y ÉPOCA.....	71
▪ PERIODISTAS POR UN DÍA (2ª PARTE).....	72
▪ LA SALUD DESDE EL MOVIMIENTO. Más vale prevenir que curar.....	73



# HORARIOS

🕒	LUNES	MARTES
MAÑANAS	<p><b>HISTORIA DE NAVARRA: Desde la Conquista al fin del Reino I (Grupo 1)</b> de 09:30 a 10:30 h. Aula Magna. <b>Ana Ulargui.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>	
	<p><b>DISFRUTAR LAS VANGUARDIAS (Grupo 1)</b> de 10:45 a 11:45 h. Aula Magna. <b>Ana Ulargui.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>	<p><b>DERECHO EN NUESTRAS VIDAS</b> de 10:00 a 11:00 h. Aula 8. <b>Arancha Yuste.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p> <p><b>ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA III</b> de 10:00 a 11:30 h. Aula 7 <b>Ana Zabalegui.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p>
	<p><b>CULTIVANDO MANERAS DE VIVIR</b> de 11:00 a 12:00 h. Aula 13. <b>Pilmaiquén Mancini.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p>	<p><b>TALLER DE ESCRITURA AUTOBIOGRÁFICA</b> de 11:00 a 12:30 h. Aula 14. <b>Ignacio Lloret.</b> <i>Nº Plazas: 20.</i></p> <p><b>LA RUTA DE LA SEDA (4ª parte)</b> de 11:15 a 12:15 h. Aula Magna. <b>Eva Tobalina.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p> <p><b>SOLUCIÓN DE CONFLICTOS</b> de 11:30 a 12:30 h. Aula 8. <b>Elena Sarasa y Arancha Yuste.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p>
	<p><b>INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA I</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 12. <b>Juan Galarraga.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p>	<p><b>MAESTROS DEL SABER, APRENDICES DEL VIVIR</b> de 12:00 a 13:15 h. Aula 13. <b>Juan Carlos Ochoa.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p> <p><b>ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA I (Grupo 1)</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 7. <b>Ana Zabalegui.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p> <p><b>INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA III</b> de 12:00 a 13:30 h. Lugar: Aula 12. <b>Juan Galarraga.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p> <p><b>FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA I</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 2. <b>Luis Cortés.</b> <i>Nº Plazas: 25.</i></p> <p><b>HISTORIA DE LA ANTIGUA GRECIA (4ª parte)</b> de 12:30 a 13:30 h. Aula Magna. <b>Eva Tobalina.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>
TARDES		<p><b>CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS VII (1ª parte)</b> de 18:00 a 19:00 h. Aula 12. <b>Esther Mina.</b> <i>Nº Plazas: 30.</i></p>

# PRIMER CUATRIMESTRE

	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
MAÑANAS	<p><b>PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (1ª Parte) (Grupo 1)</b> de 09:45 a 10:45 h. Aula 12. <b>Cristina Val.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p>	<p><b>HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA I (1788-1874)</b> de 09:45 a 10:45 h. Aula Magna. <b>Gonzalo Fernández.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>	<p><b>PERIODISTAS POR UN DÍA (1ª Parte)</b> de 09:15 a 10:15 h. Aula 6 <b>Sonsoles Echavarren</b> <i>Nº Plazas: 30.</i></p>
	<p><b>ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA I (Grupo 2)</b> de 10:00 a 11:30 h. Aula 7. <b>Ana Zabalegui.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p>	<p><b>MIRANDO LAS PÉRDIDAS Y EL DUELO</b> de 10:00 a 11:00 h. Aula 8. <b>Asociación Goizargi.</b> <i>Nº Plazas: 30.</i></p>	
	<p><b>HISTORIA DE NAVARRA: Desde la Conquista al fin del Reino I (Grupo 2)</b> de 11:00 a 12:00 h. Aula Magna. <b>Ana Ulargui.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p> <p><b>PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (1ª Parte) (Grupo 2)</b> de 11:00 a 12:00 h. Aula 12. <b>Cristina Val.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p>	<p><b>HISTORIA DE LA BELLE ÉPOQUE (1871-1914)</b> de 11:00 a 12:00 h. Aula Magna. <b>Carlos Aitor Yuste</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p> <p><b>CONOCE Y EDUCA TU VOZ</b> de 11:00 a 12:30 h. Aula 7. <b>Eva Martínez.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p>	
	<p><b>DISFRUTAR LAS VANGUARDIAS (Grupo 2)</b> de 12:15 a 13:15 h. Aula Magna. <b>Ana Ulargui.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p> <p><b>PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (3ª Parte)</b> de 12:15 a 13:15 h. Aula 12. <b>Cristina Val.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p> <p><b>ESCUELA DE ESPECTADORES I. LAS MARAVILLAS DEL TEATRO.</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 2. <b>Víctor Iriarte.</b> <i>Nº Plazas: 30.</i></p>	<p><b>ESCUELA DE ESPECTADORES III. LAS MARAVILLAS DEL TEATRO.</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 2. <b>Víctor Iriarte.</b> <i>Nº Plazas: 30.</i></p> <p><b>INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA V</b> de 12:00 a 13:30 h. Lugar: Aula 12. <b>Juan Galarrraga.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p> <p><b>HISTORIA DE ENTREGUERRAS III (1929-1939)</b> de 12:15 a 13:15 h. Aula Magna. <b>Carlos Aitor Yuste</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>	
TARDES			

# HORARIOS

🕒	LUNES	MARTES	
MAÑANAS	<p><b>HISTORIA DE NAVARRA: Desde la Conquista al fin del Reino II (Grupo 1)</b> de 09:30 a 10:30 h. Aula Magna. <b>Ana Ulargui.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>		
	<p><b>LA HISTORIA DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA I: De la prehistoria a la Era Industrial</b> de 10:00 a 11:00 h. Aula 12. <b>Javier Armendáriz y José A. Faro.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p>	<p><b>PERFILACIÓN CRIMINAL: Investigando en la escena del Crimen II</b> de 10:00 a 11:00 h. Aula Magna. <b>Nahikari Sánchez.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p> <p><b>¿HACIENDA SOMOS TODOS...O YO, UN POCO MÁS?</b> de 10:00 a 11:00 h. Aula 8. <b>Arancha Yuste.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p>	
	<p><b>EL ARTE DEL SIGLO XX (Grupo 1)</b> de 10:45 a 11:45 h. Aula Magna. <b>Ana Ulargui.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p> <p><b>¡RECRÉATE! DALE VIDA A LOS AÑOS</b> de 11:00 a 12:00 h. Aula 13. <b>Pilmaiquén Mancini.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p> <p><b>APROXIMACIÓN A LA ACTUALIDAD CIENTÍFICA</b> de 11:00 a 12:00 h. Aula 7. <b>Luis Cortés.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p>	<p><b>LA RUTA DE LA SEDA (1ª parte)</b> de 11:15 a 12:15 h. Aula Magna. <b>Eva Tobalina.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p> <p><b>TALLER DE NOVELA</b> de 11:00 a 12:30 h. Aula 14. <b>Ignacio Lloret.</b> <i>Nº Plazas: 20.</i></p>	
	<p><b>FELICIDAD Y SALUD MENTAL</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula Magna. <b>Emilio Garrido.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p> <p><b>INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA II</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 12. <b>Juan Galarraga.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p> <p><b>¿PARA QUÉ SIRVE LA POLÍTICA?</b> de 12:30 a 14:00 h. Aula 7. <b>Ricardo Feliú, Carmen Innerarity, María Lasanta, Jorge Urdániz y Eliana Alemán.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p> <p><b>LA HISTORIA DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA II</b> de 12:30 a 13:30 h. Aula 13. <b>José Antonio Faro.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p>	<p><b>FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA II</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 2. <b>Luis Cortés.</b> <i>Nº Plazas: 25.</i></p> <p><b>INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA IV</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 12. <b>Juan Galarraga.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p> <p><b>ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA II (Grupo 1)</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 7. <b>Ana Zabalegui.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p> <p><b>HISTORIA DE LA ANTIGUA ROMA (1ª Parte)</b> de 12:30 a 13:30 h. Aula Magna. <b>Eva Tobalina.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>	
	TARDES		<p><b>CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS VII (2ª Parte)</b> de 18:00 a 19:00 h. Aula 12. <b>Esther Mina.</b> <i>Nº Plazas: 30.</i></p>



# SEGUNDO CUATRIMESTRE

	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
MAÑANAS	<p><b>PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (2ª Parte) (Grupo 1)</b> de 09:45 a 10:45 h. Aula 12. <b>Cristina Val.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p>	<p><b>HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA II (1875-1923)</b> de 09:45 a 10:45 h. Aula Magna. <b>Gonzalo Fernández.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>	<p><b>PERIODISTAS POR UN DÍA (2ª Parte)</b> de 09:15 a 10:15 h. Aula 6 <b>Sonsoles Echavarren</b> <i>Nº Plazas: 30.</i></p>
	<p><b>ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA II (Grupo 2)</b> de 10:00 a 11:30 h. Aula 7. <b>Ana Zabalegui.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p>	<p><b>CON LOS OJOS PUESTOS EN LAS MUJERES ESCRITORAS</b> de 10:00 a 11:30 h. Aula 2. <b>Covadonga Romero.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p>	
	<p><b>HISTORIA DE NAVARRA: Desde la Conquista al fin del Reino II (Grupo 2)</b> de 11:00 a 12:00 h. Aula Magna. <b>Ana Ulargui.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>	<p><b>DISFRUTAR Y ENTENDER EL JAZZ</b> de 11:00 a 12:30 h. Aula 7. <b>Eva Martínez.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p> <p><b>LA GRAN GUERRA (1914-1918)</b> de 11:00 a 12:15 h. Aula Magna. <b>Carlos Aitor Yuste.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>	<p><b>LA SALUD DESDE EL MOVIMIENTO: Más vale prevenir que curar</b> de 11:30 a 13:00 h. Aula 7 <b>Iñaki Domínguez</b> <i>Nº Plazas: 30.</i></p>
	<p><b>PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (2ª Parte) (Grupo 2)</b> de 11:00 a 12:00 h. Aula 12. <b>Cristina Val.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p> <p><b>EL PROCESO CREATIVO EN LA NOVELA NEGRA</b> de 11:00 a 12:00 h. Aula 9. <b>Carlos Bassas del Rey.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p>		
	<p><b>ESCUELA DE ESPECTADORES II. LAS MARAVILLAS DEL TEATRO.</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 2. <b>Víctor Iriarte.</b> <i>Nº Plazas: 30.</i></p> <p><b>CLAVES ACTUALES DE LA GLOBALIZACIÓN</b> de 12:00 a 13:00 h. Aula 7. <b>Jorge Urdánoz.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p> <p><b>EL ARTE DEL SIGLO XX (Grupo 2)</b> de 12:15 a 13:15 h. Aula Magna. <b>Ana Ulargui.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p> <p><b>PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (4ª Parte)</b> de 12:15 a 13:15 h. Aula 12. <b>Cristina Val.</b> <i>Nº Plazas: 35.</i></p>	<p><b>INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA VI</b> de 12:00 a 13:30 h. Aula 12. <b>Juan Galarraga.</b> <i>Nº Plazas: 40.</i></p> <p><b>WINSTON CHURCHILL. SU VIDA Y SU ÉPOCA</b> de 12:30 a 13:45 h. Aula Magna. <b>Carlos Aitor Yuste.</b> <i>Nº Plazas: 100.</i></p>	
TARDES			





*30 de septiembre 2024- 17 de enero 2025*

**cuatrimestre**

# HISTORIA DE NAVARRA: Desde la Conquista al Fin del Reino I

**Profesora:** Ana Ulargui.

**Fechas:** Lunes, de 09:30 a 10:30 h. (Grupo 1)

Miércoles, de 11:00 a 12:00 h. (Grupo 2)



## Contenidos:

### EL SIGLO XVI

- » Navarra tras la conquista
- » El nuevo panorama internacional: los conflictos religiosos
- » Carlos I y Enrique II de Navarra
- » Dos mujeres en el poder: Juana de Albret y Catalina de Medici
- » Felipe II y el refuerzo de las fronteras
- » Enrique III de Navarra y IV de Francia

### EL SIGLO XVII

- » Navarra, tierra de brujas
- » Las instituciones de Navarra
- » Valles y villas
- » Felipe IV y Navarra. La crisis de la Monarquía y Miguel de Iturbide
- » Navarros entre dos reinos. El caso de Pedro de Axular
- » Nuevas fortificaciones del reino
- » San Francisco Javier y San Fermín

# DISFRUTAR LAS VANGUARDIAS

**Profesora:** Ana Ulargui..

**Fechas:** Lunes, de 10:45 a 11:45 h. (Grupo 1)

Miércoles, de 12:15 a 13:15 h. (Grupo 2)



## Descripción:

Al inicio del siglo XX surgieron una serie de corrientes artísticas, las vanguardias, que destruyeron los conceptos más tradicionales referentes al mundo del arte, desarrollando un panorama innovador que no se parecía a nada de lo visto anteriormente. Estamos ante un siglo brillante y experimental, en el que no existen barreras que pongan límite a la creatividad del artista. El resultado es una sucesión vertiginosa de obras y estilos, de creaciones inauditas y a veces disparatadas, un torrente de lenguajes plásticos que forman parte de nuestro tiempo y nuestro entorno.

Como decían los jóvenes vieneses de la Secesión, “a cada tiempo su arte, y a cada arte su libertad”. Este es el arte de nuestro tiempo. Sólo tenemos que disfrutarlo.

## Contenidos:

- » Sorolla y Singer Sargent.
- » Matisse y el Fauvismo. La alegría de lo ingenuo.
- » La seducción de Modigliani. La escuela de París.
- » Picasso. Una trayectoria compleja.
- » Der Blaue Reiter.
- » Kandinski y la abstracción.
- » El orfismo y el matrimonio Delaunay.
- » Italia y el Futurismo.
- » La Avant-Garde rusa.
- » Arte y geometría: Neoplasticismo.
- » Malevich y Lenin. El arte de la Revolución Rusa.
- » Lo absurdo se apodera de la escena: Dadá y Marcel Duchamp.

# CULTIVANDO MANERAS DE VIVIR

**Profesora:** Pilmaiquén Mancini  
**Fechas:** Lunes, de 11:00 a 12:00 h.



## Descripción:

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

## Contenidos

Abonaremos y cuidaremos la tierra de nuestra etapa vital a través del conocimiento que posibilita, desde dentro, el cambio y la transformación de la persona.

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.

Compartiremos semillas de aprendizajes que esperamos echen raíz, broten, den fruto, aunque el suelo se reseque, la humedad se pierda, malas hierbas, abrojos y espinas aparezcan integradas en nuestra realidad nos mueven, espabilan, enseñan y despiertan.

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.

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



## Descripción:

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:

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.

# DERECHO EN NUESTRAS VIDAS

**Profesora:** Arancha Yuste.

**Fechas:** Martes, de 10:00 a 11:00 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).

## Contenido

**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.

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 *"Diálogos con Expertos:"*



# ESCUCHAR, PENSAR Y SENTIR LA MÚSICA CLÁSICA

**Profesora:** Ana Zabalegui.

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



## Contenido

### **ESTILOS MUSICALES Y GRANDES AUTORES—De 1850 a 1925**

- » La ópera romántica
- » Su majestad el piano y los genios aplaudidos.
- » Verdi, Shakespeare y el triunfo del amor trágico.
- » El gran gesto sinfónico.
- » Wagner, de la ópera al drama.
- » El grupo de los cinco y otros nacionalismos.
- » Una mirada a los ismos.
- » La música española brilla a comienzos del Siglo XX.
- » El verismo a escena. Puccini, la humanización del verismo.
- » En Viena, las convenciones saltan por los aires.
- » Otras músicas.
- » Miscelánea y abajo el telón.

# TALLER DE ESCRITURA AUTOBIOGRÁFICA

**Profesor:** Ignacio Lloret.

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



## Descripción

- » Adquirir técnicas de escritura creativa autobiográfica ejercitándolas en el contexto del taller.
- » Reflexionar por escrito sobre los propios recuerdos y la experiencia diaria adoptando distintas perspectivas.
- » Cada sesión se estructurará de la siguiente manera: exposición teórica de un subgénero de escritura autobiográfica, tarea a realizar por los participantes, puesta en común y debate.

## Contenidos

### Taller I

- » La autobiografía convencional
- » El relato autobiográfico
- » Los diarios
- » Las cartas
- » La perspectiva en 2ª persona
- » La perspectiva combinada, 2ª y 3ª persona
- » La perspectiva en 3ª persona
- » La 3ª persona con nombre propio
- » El testimonio de otros
- » La autoentrevista

### Taller II

1. **García Márquez.** *Vivir para contarla*
2. **Primo Levi.** *El sistema periódico*
3. **Pániker.** *El cuaderno amarillo*
4. **Rilke.** *Cartas a un joven poeta*
5. **Auster.** *Diario de invierno*
6. **Xingjian.** El libro de un hombre solo
7. **Coetzee.** Juventud
8. **Mailer.** Los ejércitos de la noche
9. **Coetzee.** Verano
10. **Capote.** Música para camaleones

# LA RUTA DE LA SEDA

## (4ª PARTE)

**Profesora:** Eva Tobalina.

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



### Descripción

A lo largo de este cuatrimestre se examinará el final de la Ruta de la Seda: su decadencia tras la conquista turca otomana de Constantinopla, y su práctica desaparición a lo largo de la Edad Moderna. Por otro lado, se abordarán las alternativas europeas a la Ruta, especialmente los caminos abiertos por portugueses y españoles, que, tratando de alcanzar la India y China, inauguraron la Era de los Descubrimientos. Por último, se repasará el redescubrimiento de la Ruta, ya en el siglo XIX, desde el punto de vista de la investigación arqueológica y artística. Los aventureros y arqueólogos que se atrevieron a recorrer Asia Central para sacar a la luz los monumentos de la Ruta de la Seda, enterrados por la arena y el tiempo, serán los últimos protagonistas del curso.

### Contenidos

- » La nueva ruta: la Era de los Descubrimientos.
- » El Galeón de Manila y la Nao do Trato.
- » La Ruta de la Seda en la Edad Contemporánea: el Gran Juego.
- » El redescubrimiento de la Ruta de la Seda.
- » ¿La nueva Ruta de la Seda?

# SOLUCIÓN DE CONFLICTOS

**Profesoras:** Elena Sarasa y Arancha Yuste

**Fechas:** Martes, 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.



## Descripción

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 10 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

- Realización de técnicas vivenciales y role play sobre el análisis del conflicto y elección del método adecuado de resolución.

# MAESTROS DEL SABER, APRENDICES DEL VIVIR

**Profesor:** Juan Carlos Ochoa.

**Fechas:** Martes, de 12:00 a 13:15 h.

## La función espiritual de los ritos

*"Los Ritos enaltecen los momentos importantes de nuestra vida. También activan el conocimiento de nuestro yo interior y nos ponen en conexión con el mundo espiritual; y además nos hacen más conscientes de la existencia, porque el pasado y el futuro se expresan en un presente ritualizado."*

## Descripción

Los rituales son acciones simbólicas que celebran la vida. Desde los inicios de la humanidad siempre han estado presentes en nuestras vidas como espacios sagrados; y lo siguen estando en la actualidad. En este curso veremos cómo el ser humano construye ritos que, convertidos en costumbres repetitivas, perduran hasta nuestros días. La gran mayoría de los rituales modernos son herencia de nuestro pasado cultural; sólo que adaptados al tiempo en el que nos toca vivir, para hacerlo más habitable y darle estabilidad. Entre los muchos ritos de la modernidad, se han elegido los que pueden resultar más representativos y actualizados, como puede verse en el programa.

Los contenidos del curso se inscriben en el campo de la Antropología y la Filosofía.

La metodología estará basada en la exposición del programa y en el análisis teórico y práctico de su contenido; en la proyección visual de documentales y en comentarios de textos. Y su método didáctico se enfoca, de forma especial, en lograr una finalidad práctica. El alumno podrá elaborar un cuaderno con sus notas, reflexiones, aportaciones y experiencias. Se trata de un curso ameno, sencillo y muy eficaz para la vida de cada uno de nosotros. Todo ello hace que sea de plena actualidad, vitalidad y popularidad para nuestro Siglo XXI.

## Contenidos

- » Los primeros rituales de la humanidad.
- » Costumbres y ritos de la prehistórica.
- » Mitos y ritos tradicionales que se perpetúan en el tiempo.
- » Rituales de la Grecia Antigua: adivinación, curación y renacimiento.
- » Costumbres populares y Ritos de Paso en Navarra: de norte a sur y de otoño a verano.
- » El Ritual Tântrico: la historia de Saraha.
- » El chamanismo en la prehistoria y su herencia como ritualidad espiritual.
- » Los cultos de Brujería en el norte de Navarra: los Aquelarres



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

**Profesora:** Ana Zabalegui.

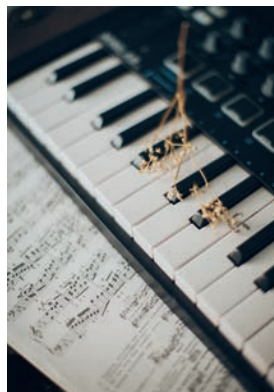
**Fechas:** Martes, de 12:00 a 13:30 h. (Grupo 1)

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

## Descripción

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.
- » Dando el do de pecho.
- » Haendel, de herr a sir.
- » Entre el barroco y el clasicismo.
- » Recopilación, miscelánea y fin de acto.

# INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA III

**Profesor:** Juan Galarraga.

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



## Descripción

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)

# HISTORIA DE LA ANTIGUA GRECIA

**Profesora:** Eva Tobalina.

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



## Descripción

A lo largo de esta última parte del curso se examinará la época helenística, uno de los períodos más fascinantes y menos conocidos de la Antigua Grecia. Se comenzará exponiendo la situación general de la Hélade en el siglo IV a.C. y el ascenso del reino de Macedonia durante el reinado de Filipo II. A continuación, nos detendremos en el reinado de Alejandro: su ascenso al poder, la conquista del Imperio Persa, y el establecimiento de una nueva forma de gobierno. Por último recorreremos la historia de los distintos reinos helenísticos fundados por los herederos de Alejandro hasta su conquista por Roma y el Imperio Parto.

## Contenidos

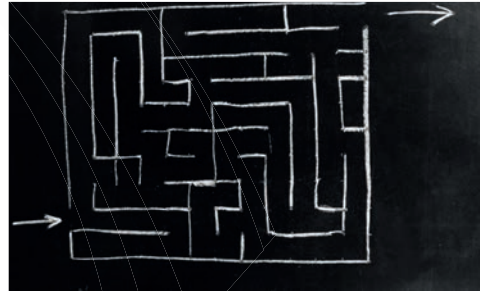
- » El siglo IV a.C.
- » Filipo II
- » Alejandro y la conquista del mundo.
- » Los reinos helenísticos.
- » La conquista romana



# FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA I

**Profesor:** Luis Cortés.

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



## Descripción

La filosofía nació preguntando. Y, aunque pueda parecer una disciplina muy alejada del mundo real, de poco valdría 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 y profunda de la realidad.

## Contenidos

- » ¿Todos somos filósofos? (Gramsci). En el primer tema nos cuestionaremos qué es la filosofía y caeremos en la cuenta de que todos la practicamos, queramos o no. El interés, por tanto, será ejercitarla mejor, refinar el sentido de las palabras.
- » ¿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? (John Rawls). 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? (William James). 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?

# CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS

**Profesora:** Esther Mina.

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



## Descripción

Este curso se dirige a personas que hayan cursado francés y tengan un nivel intermedio. La finalidad del mismo es consolidar un nivel intermedio de la lengua francesa que permita su utilización en situaciones reales por lo que tiene un enfoque eminentemente práctico y, por supuesto, profundizaremos en el conocimiento de la lengua a través de la realidad y cultura francesa.

Se trabajará en base a diálogos que escucharemos, se darán fotocopias y se adquirirá el vocabulario realizando actividades como simulaciones, juegos, trabajos en equipo, escribir mails, cartas, postales, etc. También nos acercaremos a la cultura francesa en cada uno de los temas, escucharemos canciones y realizaremos actividades en torno a ellas y además se darán direcciones de sitios de internet para ampliar el conocimiento de dicha cultura.

## Contenidos

- » Los lugares y las gentes.
- » Las regiones francesas.
- » Las instituciones francesas.
- » La canción francesa.

# PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL

## Encadre y desarrollo del bienestar

**Profesora:** Cristina Val.

**Fechas:** Miércoles, de 09:45 a 10:45 h.  
(Grupo 1)

Miércoles, de 11:00 a 12:00 h.  
(Grupo 2)



### Descripción

- » 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

#### Encadre 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.

# PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL

## Afrontar la adversidad y vivir mejor

**Profesora:** Cristina Val.

**Fechas:** Miércoles, de 12:15 a 13:15 h.



### Descripción

- 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. LAS MARAVILLAS DEL TEATRO

**Profesor:** Víctor Iriarte.

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



## Descripción

Un curso concebido para poder disfrutar mucho más como espectadores de teatro y de otras artes escénicas. Descubrir el teatro como arte que aglutina el resto de las artes: literatura, pintura, escultura, música, danza, interpretación... Comprender el teatro como escuela de diálogo y herramienta para conocer al ser humano. Conocer la evolución del arte teatral: su escritura, puesta en escena y formas de interpretación a lo largo de la historia. Aprender las distintas tipologías del edificio teatral y cómo influyen en la puesta en escena. Adquirir destrezas para poder juzgar un montaje con criterio. Incrementar la afición al teatro. Ver teatro.

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. Téspis 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 Medioevo.*
- » *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.*

### **Lecturas recomendadas:**

- » Sófocles: Antígona
- » William Shakespeare: El sueño de una noche de verano
- » Anton Chejov: Tío Vania
- » Bertolt Brecht: La ópera de cuatro cuartos

# HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA I (1788-1874)

**Profesor:** Gonzalo Fernández

**Fechas:** Jueves, de 09:45 a 10:45 h.



## Descripción

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

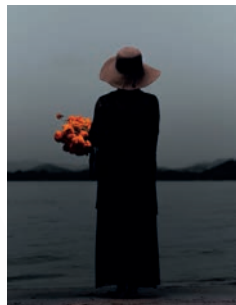
- » El reformismo borbónico y el despotismo ilustrado. El reinado de Carlos III y la Ilustración en España
- » La crisis del Antiguo Régimen. La revolución francesa y el reinado de Carlos IV. El gobierno de Godoy.
- » Guerra y revolución en la España Liberal: la Guerra de la Independencia y la Revolución 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.



# MIRANDO LAS PÉRDIDAS Y EL DUELO

**Profesores/as:** Profesionales de la Asociación Goizargi

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



## Descripción

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.

## Objetivos

1. Revisar nuestra propia historia de pérdidas y nuestro modo de «mirar» la muerte y el duelo.
2. La comprensión del proceso de duelo.
3. 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

# HISTORIA DE LA BELLE ÉPOQUE (1871-1914)

**Profesor:** Carlos Aitor Yuste.

**Fechas:** Jueves, de 11:00 a 12:00 h.



## Descripción

Este curso pretende ser una aproximación al periodo histórico conocido como “la Belle Époque”. Un momento de nuestra historia del que sus protagonistas nos han legado una imagen mayoritariamente positiva, en la que los avances tecnológicos y científicos parecían sucederse sin solución de continuidad. Pero también una 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.
- » La guerra, una amenaza muy presente.

# CONOCE Y EDUCA TU VOZ

**Profesora:** Eva Martínez.

**Fechas:** Jueves, de 11:00 a 12:30 h.

## Contenidos

- » Presentación. ¿Qué sabemos de la voz? El punto de partida.
- » Voz y emociones. La voz y la identidad personal. La voz y el pensamiento. Abordaremos la doble función de la laringe (proteger las vías respiratorias y la fonación). ¿Me identifico con el sonido de mi voz? ¿Cómo percibo mi voz?
- » La respiración vital y la respiración para cantar. ¿Qué diferencias hay? La presión subglótica, el control del aire. ¿Qué ideas tengo sobre la respiración? ¿En qué parte de mi cuerpo la siento?
- » Eutonía, vibración y resonancia. Presentaremos el ejercicio Lax-Vox para encontrar herramientas a la hora de entender el buen uso de la voz. Buscaremos equilibrar las presiones del aire que viene de los pulmones con la presión exterior, para generar una buena vibración de las cuerdas vocales.
- » El cuerpo y la voz. El cuerpo es una herramienta importante para generar una buena función vocal. El apoyo del sonido, la postura, la energía utilizada, etc. Entrenaremos con el cuerpo para buscar un sonido sano.
- » El volumen de mi voz. No todos los momentos de nuestra vida requieren un mismo volumen en nuestra voz. Pero no es sencillo elevar el volumen sin hacernos daño. Abordaremos las dificultades técnicas y emocionales de subir el volumen de nuestra voz.
- » Cantar, ¿me atrevo? Probaremos a cantar unas canciones, primero en grupo y quien se anime, en solitario. Además, entenderemos las diferencias entre voz hablada y cantada. Cambia el cuerpo, el apoyo, la presión, la respiración, la atención auditiva.
- » Los riesgos vocales. Entenderemos qué prácticas son peligrosas para nuestra voz. Cómo evitarlas y cómo emitir sonidos sanos.
- » Creatividad y voz. Buscaremos herramientas para crear melodías distintas con acordes musicales. Tocaremos secuencias armónicas y probaremos a desbloquear nuestras capacida-



des musicales creativas.

- » Emoción y voz (una vuelta más de tuerca). Hablaremos de la expresión vocal hablada y cantada. Cómo podemos interpretar emociones con nuestra voz y cómo las neuronas espejo de nuestros oyentes comprenderán las emociones y las transformarán en propias.
- » Los efectos vocales. Las diferentes escuelas de canto nombran de distinta manera a algunos sonidos producidos por la voz mediante la técnica vocal para modificar su timbre. Ejemplos de ello son el frito vocal, el rasgado, el sonido aireado, el metal, el vibrato, el twang, etc.
- » La higiene vocal. Trabajaremos sobre cómo tener una buena salud vocal. Consejos de hidratación, de protección. La voz es un producto de una parte de nuestro cuerpo que puede enfermar como el resto y necesita cuidados. Además, las emociones lo trastornan y es necesario un trabajo personal para liberar la voz.
- » Fisiología vocal. Cómo cada parte del tracto vocal modifica el sonido de manera distinta. Abordaremos la altura de la laringe, la voz nasal por caída del paladar móvil, el constrictor faríngeo, la movilidad de la lengua y labios y su articulación, etc.
- » Análisis de cantantes. ¿Qué recursos utilizan los distintos artistas del panorama musical? ¿Cuáles nos gustan? ¿Podemos imitarlos? Compararemos distintas voces: Isabel Pantoja, Zaz, Ella Fitzgerald, Haley Reinhart, María Callas...
- » ¡Cantemos! Nos despediremos del curso cantando, por supuesto sin que sea obligatorio cantar en solitario.

# ESCUELA DE ESPECTADORES III. LAS MARAVILLAS DEL TEATRO

**Profesor:** Víctor Iriarte.

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

## Descripción

Escuela de Espectadores III. Las maravillas del teatro es un curso que se propone como complementario para los alumnos que han cursado los dos anteriores, al poner el foco en grandes autores y en épocas que no fueron objeto de la atención específica que merecían, como Goldoni y Molière. Se analizará la historia del teatro navarro en el siglo XX con el fenómeno del grupo de teatro El Lebril Blanco y de dos autores norteamericanos que tuvieron una tenue conexión con Navarra, Tennessee Williams y Arthur Miller. Además de festejar el 150 aniversario del nacimiento y 50 de la muerte de la autora teatral española más representada de la historia, María Lejárraga, se analizará 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 Lebril Blanco en 1972, cuando todos los astros se conjugaron para una revolución... a la francesa.
- » El teatro navarro en el siglo XX. El Lebril, 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 vuelo 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 MOLIÈRE: EL TARTUFO.

- » La Zarzuela. Si esto es “género chico”... ¿cómo será el grande? Vindicación de un género muy maltratado.
- » María Lejárraga, una mujer irrepitible. El profoteminismo 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.

### Lecturas recomendadas:

- » El tartufo, de Molière.
- » Canción de cuna, de María Lejárraga.
- » La posadera, de Carlo Goldoni
- » Las brujas de Salem (El crisol, The crucible), de Arthur Miller

# INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA V

**Profesor:** Juan Galarraga.

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



## Descripción

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.

# HISTORIA DE ENTREGUERRAS III (1929-1939)

**Profesor:** Carlos Aitor Yuste.

**Fechas:** Jueves, de 12:15 a 13:15 h.



## Descripción

Este curso busca continuar con el curso dedicado al periodo de entreguerras, aproximándonos en esta ocasión a la década de los años 30, en la que repasaremos la historia de las grandes naciones que terminarán combatiendo en la Segunda Guerra Mundial, especialmente Alemania y la URSS. E igualmente la historia de España desde el final de la monarquía de Alfonso XIII hasta la guerra civil.

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

- » Armonía.
- » Vozhd.
- » Terror.
- » Erwache.
- » Volksgemeinschaft.
- » Abril.
- » República.
- » Apaciguamiento.
- » Duce.
- » Guerra.
- » Oriente.
- » Deal.
- » Verano.

# PERIODISTAS POR UN DÍA (1ª PARTE)

**Profesora:** Sonsoles Echavarren

**Fechas:** Viernes, de 09:15 a 10:15 h.



## Descripción

¿Eres de los que se lee el periódico de cabo a rabo? ¿Estás al tanto de la política local, nacional e internacional? ¿Te interesan los deportes o la cultura? ¿Te gusta comentar con tu familia o amigos las últimas noticias? Si has respondido que sí a alguna de estas preguntas, entonces este curso es para ti. Aprenderemos cuáles son los principales géneros periodísticos, cómo se redactan noticias, reportajes, entrevistas, qué diferencias existen entre la información y la opinión, qué pasa con los nuevos canales (boletines de noticias y podcast), cómo hay que documentarse para escribir una buena crónica o una entrevista de calidad... En definitiva, aprenderás las bases en las que se sustenta un buen periodismo.





**cuatrimestre**

*10 de febrero 2025 - 16 de mayo 2025*

# HISTORIA DE NAVARRA.

## Desde la Conquista al fin del Reino II

**Profesora:** Ana Ulargui.

**Fechas:** Lunes, de 09:30 a 10:30 h. (Grupo 1)

Miércoles, de 11:00 a 12:00 h. (Grupo 2)



### Contenidos

#### EL SIGLO XVIII

- » Navarra en la Guerra de Sucesión
- » La hora navarra. Personajes relevantes del reino
- » Los indianos
- » El conde de Gages y la Navarra ilustrada
- » La Revolución Francesa. La Baja Navarra se incorpora al departamento de los Bajos Pirineos
- » La guerra de la Convención

#### EL SIGLO XIX

- » La incorporación de Irún
- » La invasión francesa: la guerra de guerrillas en Navarra
- » El reinado de Fernando VII. Navarra ante la ley sálica
- » La primera guerra Carlista
- » La Ley Paccionada de 1841
- » La agitación fuerista

# LA HISTORIA DE NAVARRA A TRAVÉS DE LA ARQUEOLOGÍA I. De la Prehistoria a la Era Industrial

**Profesores:** José Antonio Faro y Javier Armendáriz.

**Fechas:** Lunes, de 10:00 a 11:00 h.



## Contenidos

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

## 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).

# ¡RECRÉATE! ¡DALE VIDA A LOS AÑOS!

**Profesora:** Pilmaiquén Mancini.

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



## Descripción

- » 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...

# APROXIMACIÓN A LA ACTUALIDAD CIENTÍFICA: Descubrimientos, bulos y retos del Siglo XXI

**Profesor:** Luis Cortés.

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



## Descripción

La ciencia actual está constantemente en desarrollo, con un grado de especialización nunca antes visto. Cada día se publica una abrumadora cantidad de noticias científicas. Ante semejante aluvión de información, no siempre fiable, es necesario poder orientarse. En ese sentido, este curso pretende acercar la ciencia a la población, de una forma sencilla y crítica, sabiendo reconocer tanto sus virtudes como sus limitaciones y retos del futuro. También se busca fomentar el pensamiento crítico, para aprender a protegerse de los engaños revestidos de ciencia.

El curso está dirigido a personas sin formación científica previa. En cada clase se leerán varios titulares de noticias científicas y se explicarán los conceptos fundamentales de cada tema, con la ayuda de imágenes y vídeos.

## Contenidos

### **MÓDULO 1: Navegando por un mar de noticias científicas**

- » Descubrir el mundo, de lo minúsculo a lo inmenso.
- » Titulares tramposos. Aprendiendo a distinguir la buena información científica.

### **MÓDULO 2: Bulos que campan a sus anchas**

- » “Las vacunas son malas.” Cómo se desarrolla una vacuna.
- » “El móvil da cáncer.” Ondas inofensivas y ondas dañinas.
- » “La energía nuclear es peligrosa.” La más desconocida de las energías verdes.
- » “A mí me funciona.” El auge de las pseudoterapias.
- » “La tierra es plana” y otros bulos espaciales.

### **MÓDULO 3: Retos del presente y del futuro**

- » Comprender el universo.
- » Luchar contra el cambio climático.
- » Modificar los genes, nuestra caja de herramientas.
- » Desvelar los secretos del cerebro.
- » Construir la inteligencia artificial.

# EL ARTE DEL SIGLO XX

**Profesora:** Ana Ulargui.

**Fechas:** Lunes, de 10:45 a 11:45 h. (Grupo 1)

Miércoles, de 12:15 a 13:15 h. (Grupo 2)



## Descripción

Enmarcados en un trepidante contexto histórico, que terminará abruptamente en la Segunda Guerra Mundial, los ecos de las vanguardias de comienzos de siglo avanzan en su búsqueda de nuevos lenguajes artísticos. La libertad creativa preside el carácter de estas tendencias que oscilarán entre la abstracción y el realismo fotográfico. Es el arte de nuestro tiempo.

## Contenidos

- » Los felices '20. Tamara de Lempicka
- » El fenómeno de la Bauhaus
- » Los surrealistas: Dalí
- » L'Esprit Nouveau y Le Corbusier
- » Frida Kahlo y Diego Rivera. Dos historias paralelas
- » Stalin y el realismo soviético
- » La II Guerra Mundial
- » El informalismo. Pollock
- » Los mitos del Pop
- » La nueva figuración
- » Hiperrealismo o realismo fotográfico
- » La fundación Guggenheim

# FELICIDAD Y SALUD MENTAL

**Profesor:** Emilio Garrido.

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



## Contenidos

- » ¿Por qué este título tan complejo y al mismo tiempo tan sugerente?
- » La Felicidad subjetiva y científica es una gran base neurocientífica para mejorar nuestra Salud Mental
- » Las emociones son una base de nuestra Salud Mental
- » El mapa de las emociones y su implicación en la Salud Mental
- » Felicidad y Ansiedad
- » Felicidad y Estrés
- » Felicidad y Depresión
- » Felicidad y Perfeccionismo
- » El Sistema regulador de nuestra salud: El optimismo y el sistema psiconeurológico

# INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA II

**Profesor:** Juan Galarraga.

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



## Descripción

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



# ¿PARA QUÉ SIRVE LA POLÍTICA?

**Profesorado:** Ricardo Feliú (UNED-UPNA), Carmen Innerarity (UNED-UPNA), María Lasanta (UPNA), Jorge Urdániz (UNED-UPNA) y Eliana Alemán (UPNA).

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



## Contenidos

- » ¿Qué instituciones tenemos?  
Separación de poderes, Autonomías, Monarquía... (Jorge Urdániz).
- » Estado, Nación, Independentismo, Federalismo, Autonomismo.  
¿Qué son? ¿Qué implicaciones tienen? ¿Es España una nación?  
¿Sirve para algo el Senado? (Jorge Urdániz).
- » ¿Por qué es tan difícil formar gobierno?  
Del bipartidismo a la fragmentación (Carmen Innerarity).
- » De la representación estadística a la representación sustantiva: la ciudadanía política de las mujeres (Eliana Alemán).
- » ¿Estamos correctamente representados?  
El sistema electoral español (Jorge Urdániz).
- » Partidos políticos y financiación. Sueldos de los políticos.  
¿Hay demasiados políticos en España? (Ricardo Feliú).
- » 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?  
(Ricardo Feliú).
- » ¿Justicia independiente y eficaz?  
La elección de los jueces. El papel de la fiscalía, (Jorge Urdániz).
- » ¿Por qué no ha habido en España una formación de ultraderecha?  
¿Por qué ahora sí? (María Lasanta).
- » ¿De qué hablamos cuando hablamos de populismo? ¿Cómo se manifiesta?  
¿Qué tipo de recursos y argumentaciones utiliza? (María Lasanta).
- » El discurso político y las herramientas para su estudio.  
Análisis cualitativo y cuantitativo del discurso (María Lasanta).
- » Propaganda política: estrategias discursivas, instrumentos lingüísticos y falacias.  
Bulos y fact-checking (María Lasanta).

# 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.

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



## 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)
- » Maqbaras islámicas
- » 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 guiada a la necrópolis y a la ciudad romana de Santa Criz
- » Visita al Museo de Castejón (Necrópolis de la Edad del Hierro de El Castillo)

# PERFILACIÓN CRIMINAL Y CRIMINALÍSTICA:

## Investigando en la escena del crimen II

**Profesora:** Nahikari Sánchez.

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



### Descripción

Podemos definir la criminalística como una disciplina que se encarga de demostrar y explicar un delito, determinar sus autores y la participación de estos, a través de un conjunto de procedimientos, técnicas y conocimientos científicos. El perfil criminológico (profiling) podría definirse como la técnica de investigación criminológica mediante la cual pueden llegar a identificarse y determinarse las principales y distintivas características personales, de personalidad, de relación social y de comportamiento de determinados delincuentes, basándonos en las evidencias observables en el crimen, o la serie de crímenes que se han cometido, en la forma en la que se han llevado a cabo, y/o en el estudio de los diferentes escenarios en los que ha tenido lugar.

Se comentarán casos reales y se analizarán los puntos esenciales de la investigación y análisis de la escena del crimen desde el punto de vista científico, social, psicológico y criminológico.

**Casos que podemos ver en este curso:** : Caso Asunta, Crimen de Pioz, Caso Lucía Vivar, Caso BTK, Caso Richard Kuklinski, Caso Julio Pérez Silva, Caso Irina Gaidamachuk, Caso Enriqueta Martí, Caso Tamara Samsonova...

### Contenidos

- » Introducción a la técnica del perfil criminológico
- » Introducción a la criminalística
- » Proceso de generación del perfil criminológico
- » Dactiloscopia, balística, documentos copia, y otras técnicas científicas
- » Información sobre la escena del delito
- » Métodos de perfilación criminológica: aproximación, ataque y control
- » La escena del crimen. Modificación de la escena del crimen
- » Victimología
- » Modus Operandi vs Firma
- » El perfil geográfico criminológico

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

**Profesora:** Arancha Yuste.

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



## Descripción

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? El IRPF o el paradigma de ¿este año a cuánto me sale?

# LA RUTA DE LA SEDA

## (1ª PARTE)

**Profesora:** Eva Tobalina.

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



### Descripción

La Ruta de la Seda describe un camino de miles de kilómetros desde China hasta los puertos de Constantinopla y Alejandría. Una vía tan antigua como la propia civilización, que atraviesa montañas, desiertos, ríos profundos, valles fragantes e inmensas estepas. Los mercaderes la recorrían llevando con ellos mercancías más preciosas que el oro: seda, papel, especias, perfumes, medicinas... pero también ideas, descubrimientos científicos y creencias. A lo largo de los caravasares que jalonaban el camino no sólo se intercambiaban productos, sino que se forjaban culturas y se construían naciones. La Ruta de la Seda, en consecuencia, no sólo ha servido para que Oriente y Occidente intercambien sus materias primas y sus conocimientos sino que, al poner en contacto mundos tan diferentes, ha transformado profundamente todos aquellos lugares por los que discurrían sus caravanas. Durante este curso, además de recorrer la Ruta de la Seda, repasaremos principales culturas que han surgido en los lindes del camino: la China de las dinastías Han, Tang, y Song. El señorío de Kushan, los reinos de Loulan y los Uighures, los califatos Omeya y Abbasí, y el terrorífico imperio mongol de Gengis Jan. También seguiremos la pista de los descubrimientos: la seda, el papel, la pólvora..., y de las creencias que han viajado a través del camino.

### Contenidos

- » La Ruta y las rutas de la Seda
- » Las mercancías
- » Los caminos y las paradas de posta
- » El nacimiento de la Ruta de la Seda

# TALLER DE NOVELA

**Profesor:** Ignacio Lloret.

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



## Descripción

Conocer los elementos y aspectos determinantes del género novelístico.

Adquirir técnicas de escritura creativa de novela ejercitándolas en el contexto del taller.

Cada sesión se estructurará de la siguiente manera: lectura de una parte de la novela, exposición teórica de un elemento novelístico, tarea a realizar por los participantes, puesta en común y debate.

## Contenidos

- » El principio
- » El formato.
- » La voz narradora.
- » La creación de personajes.
- » El planteamiento de la trama.
- » El lenguaje.
- » El uso de técnicas narrativas.
- » El desarrollo del conflicto.
- » El desenlace.
- » El final.
- » El nivel simbólico/el horizonte trascendental.

# FILOSOFÍA PARA PENSAR MEJOR LA VIDA COTIDIANA II

**Profesor:** Luis Cortés.

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

## Descripción

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

### EL MAPA MUNDI

- » Dime qué piensas y te diré qué filosofía ejercitas. Lo queramos o no, todos tenemos una filosofía. Trataremos de ver dónde nos sitúa en el mundo de las ideas y qué implicaciones tiene en nuestro día a día.
- » 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 incompatible ser creyente con ser un buen científico? ¿Es la filosofía una amiga de las religiones?

### EN LA PLAZA PÚBLICA

- » Eutanasia y suicidio asistido.
- » La discusión social sobre la muerte digna vive un momento de especial intensidad. Los conflictos éticos y morales que sufren los sanitarios y pacientes obligan a una consideración filosófica.
- » El problema del aborto.
- » 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.
- » 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.



# INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA IV

**Profesor:** Juan Galarraga.

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



## Descripción

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

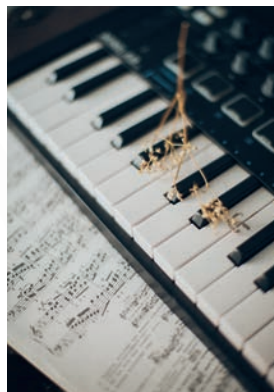
- » El tiempo futuro (hacer predicciones, planes...).
- » Expresar habilidades, posibilidades, dar o pedir permiso y el correcto uso de los verbos modales.
- » Deportes (hablar sobre experiencias, gustos, aficiones...).
- » El uso de comparativos para hablar sobre personas o cosas.
- » La moda (hablar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



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

**Profesora:** Ana Zabalegui.

**Fechas:** Martes, de 12:00 a 13:30 h. (Grupo 1)  
Miércoles, de 10:00 a 11:30 h. (Grupo 2)



## Descripción

### Estilos musicales y grandes autores:

Clasicismo y primer romanticismo – de 1875 a 1850

## Contenidos

- » Introducción al estilo clásico y sus formas.
- » Café, pan y Haydn, las tres delicias vienesas.
- » El cuarteto de cuerda, el género sofisticado.
- » Mozart, el extraterrestre.
- » Las claves de la dirección musical.
- » Las óperas de Mozart.
- » Mozart y otros Requiems.
- » El sonido, el gran regalo de Beethoven a la música.
- » Las últimas sonatas, los últimos cuartetos y la Oda a la alegría.
- » El Romanticismo, amor y dolor entre la bruma.
- » Los grandes románticos.
- » De la zarzuela barroca al género chico. 13.- Zarzuela, revista y opereta en el variado siglo XX.

# HISTORIA DE LA ANTIGUA ROMA (1ª PARTE)

**Profesora:** Eva Tobalina.

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

## Descripción

De cuantos imperios han dominado la tierra, solo uno ha sido capaz de dejar un grato recuerdo en la memoria de todos los pueblos que conquistó. Aunque los romanos sometieron a los habitantes de Europa y el Mediterráneo por la fuerza de las armas, sus descendientes recuerdan con orgullo que algún día pertenecieron al Imperio Romano, y muestran con satisfacción las ruinas que el paso de Roma dejó en sus tierras. ¿Cuál es el secreto de Roma? ¿Cómo pudo una pequeña ciudad del Lacio, fundada por vagabundos y maleantes, llegar a dominar el mundo conocido? ¿Cómo se las ingenieron esos fieros guerreros para diseñar un sistema de gobierno que satisfacía por igual a conquistados y a conquistadores? ¿Qué hizo al Imperio sobrevivir a las locuras de sus gobernantes y a los ataques de los bárbaros para perpetuarse en nuestra memoria como una época feliz de la Historia de la Humanidad? A lo largo de este curso repasaremos la apasionante aventura de los Romanos: comenzaremos por sus humildes orígenes, en el siglo VIII a.C., repasaremos la legendaria época de los reyes, asistiremos al nacimiento de la Roma republicana y explicaremos el inicio de su espectacular expansión por la cuenca del Mediterráneo.



## Contenidos

### La Roma de los Reyes

- » El marco geográfico.
- » El nacimiento de Roma, mito y realidad.
- » La época de los reyes. Los Tarquinius y la caída de la monarquía.

### La Roma Republicana

- » El nacimiento de la República. Las luchas entre patricios y plebeyos. Organización política y social.
- » Las primeras conquistas. Las Guerras Samnitas.
- » La lucha por el dominio del Mediterráneo Occidental: las Guerras Púnicas y la conquista de Hispania.

# CULTURA Y CONVERSACIÓN EN FRANCÉS (2ª PARTE)

**Profesora:** Esther Mina.

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



## Descripción

Este curso se dirige a personas que hayan cursado francés y tengan un nivel intermedio. La finalidad del mismo es consolidar un nivel intermedio de la lengua francesa que permita su utilización en situaciones reales por lo que tiene un enfoque eminentemente práctico y, por supuesto, profundizaremos en el conocimiento de la lengua a través de la realidad y cultura francesa.

Se trabajará en base a diálogos que escucharemos, se darán fotocopias y se adquirirá el vocabulario realizando actividades como simulaciones, juegos, trabajos en equipo, escribir mails, cartas, postales, etc. También nos acercaremos a la cultura francesa en cada uno de los temas, escucharemos canciones y realizaremos actividades en torno a ellas y además se darán direcciones de sitios de internet para ampliar el conocimiento de dicha cultura.

## Contenidos

- » Los lugares y las gentes.
- » Las regiones francesas.
- » Las instituciones francesas.
- » La canción francesa.

# PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (2ª PARTE).

## Afianzando caminos del bienestar

**Profesora:** Cristina Val.

**Fechas:** Miércoles, de 09:45 a 10:45 h.  
(Grupo 1)

Miércoles, de 11:00 a 12:00 h.  
(Grupo 2)



### Descripción

- » 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

#### 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.

# EL PROCESO CREATIVO EN LA NOVELA NEGRA

**Profesor:** Carlos Bassas del Rey.

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



## Descripción

Este curso es un recorrido por algunas de las claves -pasadas y presentes- más habituales y significativas de la novela negro-criminal, su relevancia a la hora de conformar lo que llamamos novela de género y cómo a partir de ellas surgen y se establecen los distintos subgéneros que pueblan el panorama noir actual.

## Contenidos

- » Personajes
- » Tramas
- » Temas
- » Estilo
- » Subgéneros.

# ESCUELA DE ESPECTADORES II. LAS MARAVILLAS DEL TEATRO

**Profesor:** Víctor Iriarte.

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



## Descripción

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.

### **Lecturas recomendadas:**

- » Pedro Calderón de la Barca: La vida es sueño.
- » José Zorrilla: Don Juan Tenorio.
- » Enrique Jardiel Poncela: Eloísa está debajo de un almendro.
- » José Sanchis Sinisterra: Terror y miseria en el primer franquismo.

# CLAVES ACTUALES DE LA GLOBALIZACIÓN

**Profesor:** Jorge Urdánoz.

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

## Descripción

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.



# PSICOLOGÍA POSITIVA EN NUESTRA EXPERIENCIA VITAL (4ª PARTE).

## Aprendizajes en mi historia desde la narrativa vital

**Profesora:** Cristina Val.

**Fechas:** Miércoles, de 12:15 a 13:15 h.

### Descripción

- » 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 en 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

#### 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.

# HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA II (1875-1923)

**Profesor:** Gonzalo Fernández

**Fechas:** Jueves, de 09:45 a 10:45 h.

## Descripción

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 pistolero.
- » La caída del sistema de la Restauración. El Desastre de Annual. El golpe de estado de Primo de Rivera.

# CON LOS OJOS PUESTOS EN LAS MUJERES ESCRITORAS

**Profesora:** Covadonga Romero.

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

## Descripción

Muchas son las mujeres que lograron hitos en la historia: fueron pioneras en investigación, dieron los primeros pasos en el mundo de los descubrimientos, en la física nuclear, hubo quien viajó a espacio, otras sintieron pasión por la pintura, otras fueron relevantes en los inicios del cine, también contamos con las ninguneadas en el campo de la escritura hasta sentirse obligadas a escribir bajo seudónimo, etc. Es más, muy pocas aparecen en los libros de texto de las materias con las que están relacionadas cuando estos libros son un instrumento básico en el proceso enseñanza/aprendizaje, mediador del conocimiento. No obstante algunas de ellas han conseguido sortear la brecha de género y marcar la historia universal.

En este curso proponemos como objetivo recoger, conocer, valorar y leer las obras de algunas mujeres que destacaron y en el presente están destacando en su ámbito de trabajo de la escritura.

**REQUISITOS PREVIOS:** ninguno, tan sólo tener ganas de disfrutar leyendo.

Durante las sesiones de clase nos apoyaremos en la lectura de breves textos literarios y también en materiales audiovisuales; ambos nos ayudarán a conocer a algunas escritoras del pasado y del presente

## Contenidos

- » Diez mujeres representantes de las muchas olvidadas en los libros de texto.
- » Algunas de las escritoras más influyentes de la historia universal.
- » Gracias a la escritura de las mujeres victorianas vivimos en un mundo diferente.
- » Las poetisas del Barroco buscaron su voz.
- » La pluma de las dramaturgas de ayer y de hoy.
- » Mujeres poetisas españolas que superan barreras.
- » La escritura de cuentos por autoras españolas y latinoamericanas.
- » Seis escritoras españolas de los siglos XX y XXI cuya obra es importante que conozcamos y valoremos.
- » Escritoras Premio Nobel de Literatura... ¡por ahora!
- » Brillante es la expresión de las mujeres en América Latina.
- » Desafiante es el papel de la mujer en la literatura persa contemporánea.
- » Tertulia literaria: cotejo guiado de las 4 novelas individuales leídas durante el curso.

## LECTURAS INDIVIDUALES – Irán seguidas de una TERTULIA LITERARIA:

También leeremos, cada tres semanas, una novela, con sus correspondientes tertulias guiadas por la profesora. En total serán 4 y sus procedencias son:

- » Novela húngara, Novela italiana, Novela moldava y Novela española



# DISFRUTAR Y ENTENDER EL JAZZ

**Profesora:** Eva Martínez.

**Fechas:** Jueves, de 11:00 a 12:30 h.

## Contenidos

- » **Presentación.** ¿Qué sabemos del jazz?
- » **El lenguaje jazzístico:** los componentes musicales del jazz. Hablaremos del lenguaje musical propio del jazz con la participación de un pianista que ejecutará las distintas técnicas.
- » **El swing.** Sentir el ritmo swing, entenderlo desde una perspectiva rítmica. Los ritmos binarios y ternarios. Los acentos. Clase activa y participativa para entender el ritmo del jazz.
- » **Los antecedentes del jazz:** El blues, el ragtime, el góspel, las worksongs, la música clásica europea, los ritmos africanos, la música popular criolla. Nos detendremos en el estilo blues para comprender su escala especial y los nuevos sonidos que aportó a la música.
- » **Los comienzos del jazz:** El estilo New Orleans, el Dixieland, las Big Bands. Louis Armstrong, Duke Ellington, Benny Goodman, Count Basie, Glenn Miller. La música para bailar.
- » **Los años 30.** Los músicos libres, la improvisación, la nueva forma de ver, sentir, tocar y entender la música. Comparación de partituras jazz con partituras clásicas.
- » **La improvisación.** Evolución, nacimiento, improvisación vocal. El scat. El miedo al error y la educación actual. ¿Qué se pacta entre músicos y qué se improvisa? Habrá un momento participativo para vivir la improvisación de manera sencilla.
- » **La armonía en el jazz.** Distintas sonoridades de acordes, progresiones y tensiones. Los colores del jazz.
- » **El bebop, el virtuosismo y la música culta, el cool jazz y la vuelta a los orígenes.** La transformación del jazz de manos de músicos virtuosos como Charlie Parker. Entender el cromatismo musical, las nuevas herramientas, la música veloz y los ritmos furiosos. La escala bebop. Un paseo por la historia del momento en el que el jazz se volvió "música culta".
- » **El jazz modal.** Entender de manera teórica y práctica, desde la audición la diferencia entre la música tonal y la música modal. Reconocer auditivamente sus diferencias.
- » **El free jazz y las fusiones.** Los nuevos y modernos sonidos del jazz. El free jazz y su complejidad, las fusiones con estilos distintos como el flamenco, la música brasileña, el rock, la música clásica...
- » **El jazz vocal.** Las grandes voces del jazz.
- » **El jazz en el cine.** Los distintos ejemplos de jazz en películas y las emociones que expresan.
- » **Despedida y cierre del curso.**



# LA GRAN GUERRA (1914-1918)

**Profesor:** Carlos Aitor Yuste.

**Fechas:** Jueves, de 11:00 a 12:15 h.



## Descripción

A lo largo de este curso pretendemos aproximarnos a las causas, desarrollo y consecuencias de la Primera Guerra Mundial, un conflicto que sin duda marcó un punto de inflexión en el devenir histórico europeo y mundial, atendiendo no solo a los acontecimientos bélicos en sus múltiples teatros de operaciones sino también a la vida en la retaguardia.

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 aquel conflicto, sino también reflexionar sobre el mismo.

## Contenidos

- » De Sarajevo al frente.
- » De las fronteras a las trincheras.
- » Una guerra mundial y santa.
- » La guerra de desgaste.
- » Las grandes ofensivas aliadas.
- » El frente interno.
- » 1917, el principio del final de un mundo.
- » EEUU, de la paz a la guerra.
- » La última gran esperanza de las Potencias Centrales.
- » Hundimiento y alto el fuego.

# INICIACIÓN A LA LENGUA INGLESA VI

**Profesor:** Juan Galarraga.

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



## Descripción

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.

# WINSTON CHURCHILL, SU VIDA Y SU ÉPOCA

**Profesor:** Carlos Aitor Yuste.

**Fechas:** Jueves, de 12:30 a 13:45 h.

## Descripción

Personaje admirado, ejemplo recurrente del político liberal capaz de plantar cara a cualquier forma de totalitarismo, los valores universales que defendió Winston Churchill hace décadas que superaron con creces los límites de la comunidad de habla inglesa que tanto amaba. Sin embargo, una parte no menor de su obra y pensamiento es también objeto de un análisis crítico apoyado en pruebas y testimonios de peso, cuyas conclusiones no pueden ser despreciadas por el simple

deseo de no ensuciar la imagen de un mito. Basándonos por tanto en ambas líneas, este curso pretende dar luz a la figura de Churchill en toda su gigantesca amplitud, atendiendo tanto a sus luces como a sus sombras, así como al momento histórico que le tocó vivir.

Apoyándonos en ilustraciones, mapas, textos y filmaciones contemporáneas que analizaremos en clase, trataremos no solo de conocer al personaje y su época, sino también reflexionar sobre ellos.



## Contenidos

- » **Ignorado.** Comenzaremos el curso hablando del mundo que vio nacer a Winston Churchill.
- » **Aventurero.** Antes de convertirse en el político que acaparaba titulares y cargos de responsabilidad, el joven Churchill fue uno de los miles de militares coloniales de su época,
- » **Rata.** Tal vez hubiera llevado una existencia mucho más tranquila si no hubiese decidido anteponer lo que consideraba sus principios y la herencia moral recibida de su padre a la disciplina de su partido, pero no fue así.
- » **Halcón.** En vísperas de la Gran Guerra fue uno de los políticos que antes y con más clarividencia supo prever los riesgos a los que se enfrentaba el continente.
- » **Penitente.** Todo arrepentimiento debe ir acompañado de una penitencia, aunque el arrepentimiento sea aparente.
- » **Salvaje.** Estos fueron años en los que protagonizó alguna de las polémicas más estériles de su carrera, afectando seriamente a su propia credibilidad.
- » **Estrella.** Churchill volvió primero a entrar en un ejecutivo y luego a dirigirlo, precisamente en uno de los momentos más complicados de la historia británica.
- » **Solo.** Entre el mes de mayo de 1940 y el mes de junio de 1941 a Winston Churchill le correspondió dirigir los designios de la única nación que en ese momento parecía capaz de resistir la embestida del nazismo.
- » **Líder.** Su momento de gloria fue, curiosamente, su momento de aparente decadencia.
- » **Mito.** Los últimos años de Churchill fueron los años de un venerado (aunque polémico) patriarca. Su voz tronó en el mundo de la Guerra Fría y sus ideas empaparon no pocos proyectos que aún hoy sobreviven.

# PERIODISTAS POR UN DÍA (2ª PARTE)

**Profesora:** Sonsoles Echavarren

**Fechas:** Viernes, de 09:15 a 10:15 h.



## Descripción

Si te ha gustado el curso anterior y te has quedado con las ganas de saber más, en esta segunda parte pondremos en práctica los conocimientos teóricos adquiridos en el primer cuatrimestre. Haremos un periódico de la UNED, en el que cada una de las personas asumirá un papel (redactor/a, redactor/a jefe, director/a, documentalista, fotógrafo/a...) y escribirá diferentes tipos de informaciones y opinión (editorial, artículo de opinión, reportaje, entrevistas.) Además, haremos un podcast en el que cada uno podrá elegir la temática y el formato (entrevista, reportaje...) que desee.



# LA SALUD DESDE EL MOVIMIENTO: Más vale prevenir que curar

**Profesor:** Iñaki Domínguez

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

## Descripción

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

### BIOQUE 4. Integración de metodología

- » Programación.
- » Organización de recursos Terapéuticos.





UNED

PAMPLONA

UNED PAMPLONA.

C/ Sadar s/n. 31006 Pamplona. Tlf. 948 243250  
senior@pamplona.uned.es [www.unedpamplona.es](http://www.unedpamplona.es)

 @unedpamplona

 [www.facebook.com/unedpamplona](http://www.facebook.com/unedpamplona)

 @unedpamplona