

# Juegos de expresión corporal

Aquí tienes una serie de juegos para practicar la expresión de emociones y el lenguaje corporal.

## “El espejo”



Un juego donde se imitan los movimientos del otro.

- A partir de 4 años
- Juego de interior o exterior
- 4 o más participantes

### **Instrucciones:**

- Divide a los participantes en parejas y elige quién comienza a hacer movimientos.
- Un miembro de cada pareja realiza movimientos y el otro representa su imagen del espejo. Debe repetirlos e imitarlos en todo momento.
- Después de un tiempo, pide a las parejas que cambien de puesto, para que todos puedan representar ambos papeles.

### **Objetivo del juego:**

**"desarrollar la motricidad, la coordinación y la percepción corporal"**

# “Bailando en Nueva York”



Realizaremos una actividad en la que implica tanto el uso de la voz como el cuerpo

- A partir de 4 años
- Juego de interior o exterior
- 8 o más participantes

## **Instrucciones:**

- Los participantes se dividen en dos equipos.
- Un equipo se coloca en una fila en un lado de la sala y el otro equipo se coloca en el lado opuesto de la sala (a varios metros). Ambos equipos deben permanecer de pie con las caras enfrentadas.
- Un equipo comienza a caminar hacia el otro equipo mientras realiza un movimiento y grita una palabra. Por ejemplo: rascarse la nariz y decir “pica, pica” o levantar los brazos y decir “fuerte, fuerte”...
- Cuando el equipo ha llegado frente al otro equipo, un participante del equipo “que estaba quieto” debe realizar un nuevo movimiento y un sonido que el resto de su equipo debe imitar y entonces comenzar a avanzar.
- En ese momento el equipo que salió primero tendrá que ir dando marcha atrás.
- Así continúa el juego hasta que todos los participantes hayan tenido la oportunidad de elegir un movimiento y una palabra.

## **Sugerencias:**

- Decide de antemano qué participante comenzará con el movimiento y el sonido, luego irá corriendo el turno hacia la izquierda o hacia la derecha en la fila.

## **Objetivo del juego:**

**"desarrollar la motricidad, la coordinación y la percepción corporal"**

# “Me gusta”



Un ejercicio que abre el apetito y donde se utilizan la voz y el lenguaje corporal para mostrar si algo nos gusta o no

- A partir de 3 años
- Juego de interior o exterior
- 5 o más participantes

## **Instrucciones:**

- Los participantes forman un círculo.
- Se nombra un líder y se coloca en el medio.
- Los participantes caminan en círculo y en la misma dirección.
- Al mismo tiempo, el líder grita el nombre de una comida, p. ej. "albóndigas y patatas fritas"
- Los participantes del círculo se detienen. Y ahora los peques a los que les guste el plato de comida deben hablar en voz alta y usar su cuerpo levantando los brazos hacia el techo y gritando: ¡Bien!
- Luego están los participantes a los que no les gusta esa comida y que con su lenguaje corporal deberán mostrar el pulgar hacia abajo y decir: ¡Ese no!
- Se nombra un nuevo líder para anunciar una nueva comida y el juego continúa.

## **Sugerencias:**

- Para simplificar el juego, puedes excluir el paso dos donde los participantes deben mostrar que no les gusta el plato de comida.

## **Objetivo del juego:**

**"desarrollar la motricidad, la coordinación y la percepción corporal"**

# “Payasadas”



Un ejercicio teatral que se centra principalmente el lenguaje corporal

- A partir de 3 años
- Juego de interior o exterior
- 4 o más participantes

## **Instrucciones:**

- Pide a uno de los participantes que permanezca de pie y comience a dramatizar.
- El resto de peques pueden sentarse en el suelo a su alrededor en semicírculo.
- Ahora se debe idear algo (un concepto, un animal, una profesión, un objeto ...) para que el participante que está de pie imite pero sin usar la voz (con los niños más pequeños, se recomienda usar tarjetas con imágenes por ejemplo de animales).
- Los participantes deben intentar adivinar de qué se trata (pueden levantar la mano o hablar directamente).
- Cambia de participantes hasta que todos hayan realizado el ejercicio.

## **Sugerencias:**

- Siéntete libre de repasar las tarjetas con imágenes con los más pequeños antes de comenzar y mostrarles cómo se pueden imitar o representar.
- Los participantes también pueden realizar dramatizaciones en parejas para apoyarse mutuamente.

## **Objetivo del juego:**

**"desarrollar la motricidad, la coordinación y la percepción corporal"**

# “Atrapa esa emoción”



Un juego donde practicamos la expresión de diferentes emociones.

- A partir de 3 años
- Juego de interior o exterior
- 6 o más participantes

## **Instrucciones:**

- Elige un participante encargado de “atrapar” a los demás (como en un “pilla pilla”).
- Los demás deben tener cuidado de no ser agarrados.
- Si un participante es atrapado, debe pararse en ese lugar y expresar un sentimiento, por ejemplo: felicidad, tristeza, enfado, etc..
- Para ser liberado, otro compañero debe ponerse delante (cara a cara) y expresar el mismo sentimiento.
- Mientras se está liberando a un participante no pueden ser agarrados por el “atrapador”.

## **Sugerencias:**

- La educadora puede elegir y mostrar algunas emociones específicas para que los niños más jóvenes puedan practicar.

## **Objetivo del juego:**

**"desarrollar la motricidad, la coordinación, la expresión y la percepción corporal"**