

## UNA MATERIAL RECOPIADO DEL PORTAL

<http://www.xtec.es>

a través del blog <http://ayudaparaelmaestro.blogspot.com/>

### NUEVOS JUEGOS DE EXPRESIÓN CORPORAL. Sin material

#### JUEGOS de RELAJACIÓN INICIAL o FINAL.

Por PAREJAS

- 1- Nos "quitamos el polvo" con las manos. Se trata de quitar el polvo del compañero y después limpiarlo con delicadeza sin olvidarnos de ninguna parte de su cuerpo. Añadiremos jabón (imaginario), agua y después aclaramos, etc.
- 2- Hacemos masajes energéticos. A partir de masajes por el cuerpo del compañero intentamos sacar su energía i jugar con ella.
- 3- Jugamos con la cara del compañero haciendo muecas con las manos.
- 4- Nos descalzamos y jugamos con los masajes en los pies. Masajeamos entre cada dedo, planta del pie, etc..
- 5- Masajes con pelota. Con una pelota pequeña haremos masajes encontrando las formas del cuerpo del compañero. Recorreremos todo el cuerpo.
- 6- Vamos caminando por el espacio y nos saludamos, nos damos la mano y después nos despedimos.
- 7- Vamos caminando por el espacio y cuando nos encontramos con alguien hacemos como si nos hiciera mucha ilusión y nos abrazamos, hace muchos años que no nos veíamos.

#### CADENA de GESTOS y GRITOS

- 1- En un círculo un alumno empieza haciendo un gesto que el resto del grupo, por orden, repetirá. Después hará lo mismo la persona que les toque, así, al final cada uno habrá creado un gesto para todo el grupo.

- 2- Ahora pasaremos un gesto al de nuestro lado y este hará uno de diferente hasta que se dé la vuelta y cada uno haya inventado uno de nuevo. Se tienen que crear gestos con rapidez si queremos trabajar la improvisación.
- 3- Ahora lo haremos con sonido, se tiene que hacer gesto y sonido a la vez. Se tiene que exagerar el gesto y sonido para perder la vergüenza.

### **BOLA ENERGÉTICA.**

En círculo nos pasamos una bola imaginaria que pesa mucho. Se tienen que hacer gestos como si la bola pesara mucho.



### **La MÁQUINA.**

En círculo memorizaremos sonidos de máquinas. Después movimientos y gestos relacionados con sonidos. A partir de aquí cada uno imitará por orden una máquina hasta que todos lo hagan. Después nos juntaremos para crear una máquina gigante con sonidos y movimientos varios. Nos pasaremos sonidos y gestos en concordancia, vamos a funcionar a la vez: Psss, txatsss, mrrrr, ppprrrrrooooo, pffffffuuuu, etc..

### **Los NÚMEROS que COMUNICAN**

Se trata de mantener conversaciones sin sentido con la gente de al lado utilizando únicamente números y gestos. No es permitido decir nada que no sea un número, por ejemplo:

- 1, 45, 87
- 34, 12, 78

Las variantes a este juego son infinitas: decir solo animales, colores, etc..

### **VARIANTES DEL JUEGO \*"1,2,3, PICA PARET"**

\*Juego catalán que tiene otras denominaciones en otros países.

- 1- Nos quedamos como estatuas exageradas.
- 2- Sólo se juega por el suelo, no vale levantarse.
- 3- El que para no avisa, se gira cuando quiere. (Se potencia la atención).
- 4- Al revés, salimos desde donde está el que para.

## **NUEVOS JUEGOS de EXPRESIÓN CORPORAL. Con material**

### **MANOS PINTADAS**

Con diferentes platos llenos de pintura nos pintamos las manos de distintos colores a nuestro gusto. Después con un teatro improvisado haremos pequeñas representaciones.



### **PIES EXPRESIVOS**

Sobre una superficie muy grande papel caminaremos descalzos mojando los pies en pintura de distintos colores. Crearemos un gran mural muy interesante.



## MÁSCARAS

A partir de diferente material por la sala: papeles, cartones, tijeras, cinta adhesiva, cordeles, etc... nos haremos nuestras propias máscaras, cada uno con el material que quiera y haciendo lo que quiera. Una vez hechas caminaremos por el espacio al ritmo de la música. También nos cambiaremos las máscaras y jugaremos con ellas. Como se aprecia en la foto tendremos distinto material para tocar y experimentar.



## ORQUESTRA

Con diferentes instrumentos y objetos simples crearemos nuestra orquesta con mucha imaginación. Será una orquesta móvil porque bailaremos a la vez. Nos iremos cambiando los objetos con los demás e intentaremos buscar nuevos sonidos.

## CAMBIOS DE MÚSICA

Es un juego simple en el cual se cambia de música a menudo para que los alumnos caminen y bailen experimentando el ritmo.

## MÍMICA PARA CAMBIAR DE ROL

El MEF tiene un montón de papelitos con acciones i situaciones de cambio de rol. Por orden cada alumno tiene que coger un papelito y escenificar delante de los demás lo que hay escrito. Los demás deberán acertar que hace.

[Clica aquí](#) para bajarte un archivo Excel e imprimir más fácilmente los papelitos.

## EXPRESIÓN CORPORAL

Juegos para Unidades Didácticas de Expresión Corporal para ciclo medio y superior. Algunos juegos también para ciclo inicial de primaria.

### **Puesta en común de gestos:**

Acompañado de explicaciones sobre la importancia del gesto haremos una recogida de gestos conocidos por todos en grupo. Después, por parejas, crearan un código de gestos propio que mostraran a los demás.

### **Leer los labios por parejas:**

Por parejas, cara a cara, intentaran decir frases sin ruido, se trata de leer los labios del otro. Irán cambiando los papeles y las parejas. Se puede hacer en forma de juego de adivinar en grupo. Estos tipos de juegos y variantes intentan demostrar que es posible comunicarse sin palabras, uno de los objetivos de la expresión corporal.

### **Deportes en mímica y cámara lenta:**

Se trata de imitar los gestos de diferentes deportes en cámara lenta. Se puede hacer por parejas o individualmente. Los alumnos escenificarán lo que hacen delante de los demás. Después de analizarán los gestos entre todos. Es ideal para escenificar el deporte del tenis o el ping pong por parejas.

### **Estatuas de deportes:**

Se trata de hacer estatuas sobre algún gesto típico de algún deporte o juego. Se va a procurar que impliquen todas las partes del cuerpo y no solo las manos o los pies. Se analizará en grupo. Se tiene que mostrar el esfuerzo en la cara y el cuerpo.

### **"Matar conejos" sin pelota:**

El popular juego de matar conejos también se puede hacer sin balón. El MEF dirigirá en todo momento donde se encuentra la pelota. Después pueden ser dirigidos por ellos mismos. Las variantes en este juego son infinitas, tantas como juegos y deportes.

### **La diagonal:**

Se trata de caminar en diagonal escenificando una escena cotidiana. Por ejemplo: estamos caminando por la calle y nos miramos el reflejo en los aparadores de las tiendas. Hay mil posibilidades. Este ejercicio es individual.

### **¿Dónde estamos? Con o sin material:**

Por grupos. El MEF dice un lugar donde nos encontramos, por ejemplo: en la carretera. Todos los alumnos deberán convertirse en elementos que podemos encontrar allí: semáforos, coches, peatones, motoristas, etc. La imaginación de cada uno es infinita. Los grupos mostrarán su trabajo a los demás después de ensayar un par de minutos (el tiempo de ensayo será poco para incentivar la improvisación). En primer lugar lo haremos sin material y después con material. El material servirá para imaginar cualquier cosa.

Puedes hacer variantes adaptadas a tu grupo de todos los ejercicios/juegos aquí explicados.