Expresión corporal

El mensaje mudo

Actividad de expresión corporal para 3.º de Primaria. Desarrollar la comunicación gestual y la observación.

Para qué sirve

El alumnado trabaja la comunicación con el cuerpo y la atención a lo que hace el compañero. En 3.º les cuesta expresarse sin voz, y este juego les da un reto claro y corto. Encaja en la parte principal porque pide concentración sin mucho desgaste físico.

Cómo se juega, paso a paso

1. Forma grupos de 5-6 y pídeles que se pongan en fila, mirando todos hacia delante.
2. Explica la regla antes de empezar: ni palabras ni sonidos durante la transmisión. Haz un ensayo rápido con un mensaje de prueba.
3. Los últimos de cada fila se dan la vuelta o miran al frente, de modo que solo vean al compañero que les transmite el gesto.
4. Muestra a los primeros de cada fila el mensaje gestual, por ejemplo cepillarse los dientes o montar en bici. Que nadie más lo vea.
5. El primero toca el hombro del segundo, que se gira y mira. Le transmite el mensaje solo con gestos, y así hasta el final de la fila.
6. El último dice en voz alta qué cree que ha recibido. Después el primero enseña el mensaje original.
7. Rota los puestos: el primero pasa al final. Repite con otro mensaje sencillo hasta que todos hayan sido emisores.

Reglas

No se puede hablar ni hacer sonidos durante la transmisión.

Organización y material

Cada grupo hace una fila con separación de un par de pasos entre alumnos, para que no se vea el gesto del resto. Deja espacio entre filas y colócalas de modo que no se miren entre ellas.

Curso
3.º de Primaria

Momento de la sesión
Parte principal

Intensidad
Baja

Agrupación y lugar
Grupos de 5-6 en fila. Gimnasio, patio o polideportivo

Material
Ninguno

Variantes

Más fácil
Usa mensajes de una sola acción muy conocida, como beber o dormir. Deja que el emisor repita el gesto dos veces.

Más difícil
Encadena dos acciones en el mensaje, como abrir una puerta y saludar. Reduce el tiempo de cada transmisión.

Con un grupo grande o pequeño
Con muchos alumnos, haz más filas de 5-6 y da el mismo mensaje a todas para comparar. Con pocos, deja una fila o dos y que repitan roles.

En poco espacio
En un aula o gimnasio pequeño, haz las filas en paralelo pegadas a la pared, con los alumnos más cerca. Mantén los gestos pequeños y sin desplazamientos.

La variante de la ficha
Comparar el mensaje final con el original y analizar qué cambió.

Adaptaciones e inclusión

Alumnado con TEA
Anticipa la secuencia con un ensayo y deja claro el orden de la fila. Elige mensajes literales y concretos, sin gestos ambiguos.

Discapacidad visual
Cambia la transmisión visual por una táctil: el emisor guía con suavidad las manos del compañero para marcar el gesto. Pide permiso antes de tocar.

Atención e impulsividad
Coloca a este alumno en medio de la fila, no en el último puesto, para que espere menos. Dale una indicación visual para saber cuándo le toca mirar.

Seguridad y errores frecuentes

Para que nadie se haga daño

- Deja espacio suficiente entre filas para que no haya choques al girarse.
- El toque en el hombro debe ser suave; recuérdalo antes de empezar.
- Evita gestos que impliquen saltos o carreras, sobre todo en el gimnasio con suelo resbaladizo.

Errores frecuentes al aplicarla

- Dar mensajes demasiado complicados. Elige acciones simples y reconocibles para que el juego fluya.
- No ensayar la regla del silencio. Haz una prueba corta antes y corta la ronda si alguien habla.
- Dejar a los últimos esperando mucho rato. Usa filas cortas y rota pronto los puestos.

Preguntas para la reflexión final

¿Qué gesto te ayudó más a entender el mensaje?

¿Qué cambió entre el primer mensaje y el último?

¿Qué hiciste para que tu compañero te entendiera sin hablar?

Autor: Equipo de profesores de Educación Física de Espaldera. Revisada el 26 de octubre de 2026.