

2026

Taller de rítmica corporal

**Para docentes
de preescolar de
cualquier
modalidad
educativa**



**HERIBERTO INZUNZA
RAMÍREZ**

elpoderdelapalabraescrita.com.mx

TALLER DE RÍTMICA CORPORAL

Nivel educativo de preescolar

ENCUADRE: Saludo- Presentación del facilitador- Explicación de la importancia del pulso musical en la rítmica corporal.



Actividad inicial: “El pulso del grupo”

Campo formativo: Saberes y pensamiento científico-Lenguajes

Ejes articuladores: Inclusión- Pensamiento crítico-Vida saludable

Música:


COMPÁS DE
4_4.mp3


Figuras
musicales.mp3

1. **Círculo de bienvenida** Los participantes se colocan en círculo. El facilitador marca un pulso sencillo con palmas (ej. *palma – pausa- palma*).

Para la pausa usaremos las manos apuñadas.

2. **Cadena rítmica** Cada docente repite el pulso y añade un gesto corporal libre (puede ser un movimiento de brazos, un paso, una expresión facial). El siguiente debe repetir lo anterior y sumar su propio gesto, creando una *secuencia colectiva*.
3. **Reflexión breve** Al terminar, se comenta cómo el ritmo compartido genera cohesión, cómo el cuerpo se convierte en instrumento y cómo esta dinámica puede adaptarse al aula de preescolar para fomentar atención, memoria y disfrute.

Logros:

- Rompe la rigidez inicial y genera confianza.
- Involucra a todos de manera activa y lúdica.
- Introduce la idea central de la rítmica corporal: el cuerpo como medio de expresión y aprendizaje.



Dinámica de integración grupal “El eco corporal”

1. **Presentación del juego:** El facilitador explica que el cuerpo puede ser un instrumento que responde y dialoga.
2. **Inicio con un gesto rítmico:** Tú realizas un movimiento sencillo acompañado de un sonido corporal (ej. golpe suave en el pecho, chasquido de dedos, pisada).
3. **El eco del grupo:** Todos los participantes repiten al unísono ese gesto-sonido como si fueran un “eco”. Luego, se va aumentando el grado de dificultad; es decir, si iniciamos con dos sonidos, ya que el grupo lo domina, aumentamos otro, y así sucesivamente. Para este nivel, trata de llegar hasta seis variantes.
4. **Participación grupal.** Un voluntario inventa un nuevo gesto rítmico y el grupo lo repite. Se continúa con varios turnos, pasando la iniciativa entre diferentes docentes.
5. **Variación:** Puedes jugar con la intensidad (suave/fuerte), velocidad (lento/rápido) o dirección (arriba/abajo, adelante/atrás) para mostrar cómo el ritmo corporal se transforma.
6. **Cierre reflexivo:** Se comenta cómo esta dinámica fomenta la escucha activa, atención compartida y creatividad, cualidades esenciales para trabajar con niños pequeños.



Actividad: “El latido que nos mueve”

Campo formativo: Saberes y pensamiento científico

Eje articulador: Pensamiento crítico-Vida saludable

Materiales: Una pelota ligera por cada participante.

Explicación: El facilitador dice: *“Así como nuestro corazón late sin parar, la música también tiene un latido llamado pulso. Vamos a sentirlo juntos.”*

Dinámica:

Todos sostienen su pelota.

El facilitador marca un pulso constante con palmas o un tambor pequeño.

Los participantes hacen rebotar la pelota siguiendo ese pulso.

Se puede variar la velocidad (más lento, más rápido) para mostrar cómo cambia la sensación del ritmo.

Cierre: *“El pulso nos ayuda a movernos juntos, como si todos tuviéramos un mismo corazón musical. Así los niños aprenden a coordinarse y a disfrutar del ritmo.”*



Ventaja: es visual, divertido y muy fácil de replicar en el aula con niños pequeños. Además, convierte la idea abstracta del pulso en algo tangible que se puede ver y sentir.

Sonido-Tiempo-Equivalencia, o lo que es lo mismo: RITMO

Campo formativo: Saberes y pensamiento científico-Lenguajes

Eje articulador: Pensamiento crítico

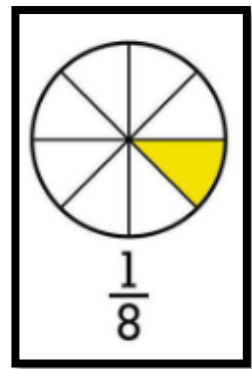
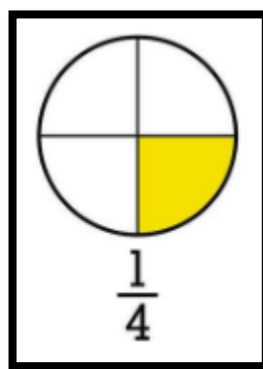
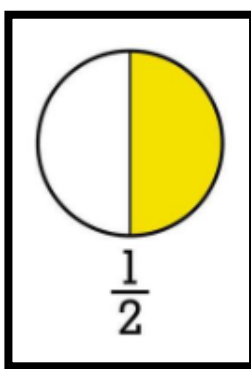
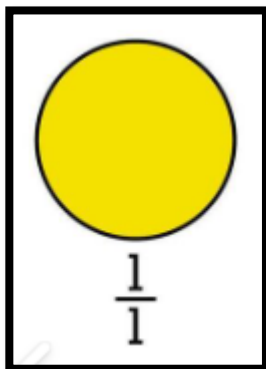
Desarrollo:

(Adaptado para el nivel de preescolar)



Imagina un pastel.
Antes de partirlo, el pastel está
entero.

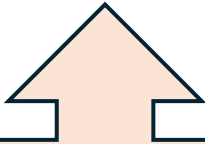
Cuando se escribe música, a
ese pastel entero, se le llama
UNIDAD o Redonda.



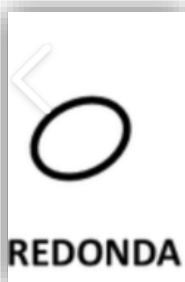
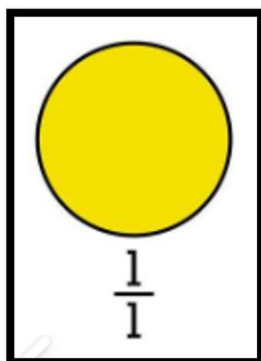
- Al pastel lo puedes dividir en las partes que quieras; pero cuando se está escribiendo música, es diferente, porque los sonidos se agrupan en **COMPASES**.

El compás musical es la unidad métrica que organiza el tiempo en la música, dividiendo la obra en segmentos regulares de pulsos acentuados y no acentuados.

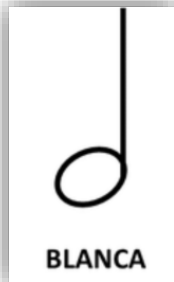
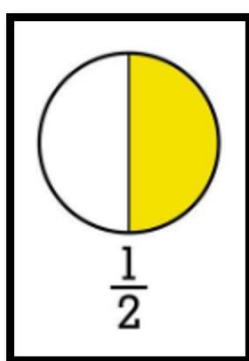
Existen varios tipos de compases, pero para los niveles de preescolar y primaria, únicamente se manejará el compás de 4/4 (cuatro cuartos) Es por eso por lo que el pastel de la imagen aparece dividido en cuatro partes. Porque con esa información vamos a conocer las **FIGURAS MUSICALES**.



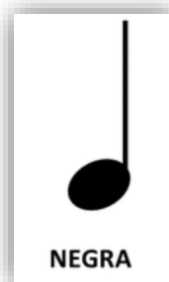
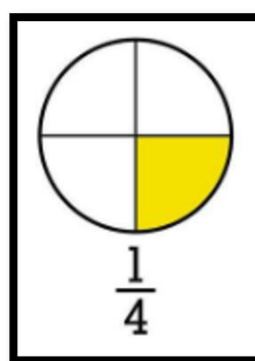
Las figuras musicales, son las que al colocarse en el pentagrama adquieren un sonido de acuerdo con la posición en la que se colocan y respetando el compás señalado.



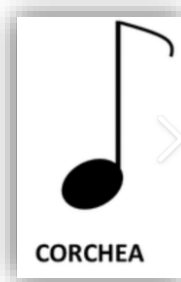
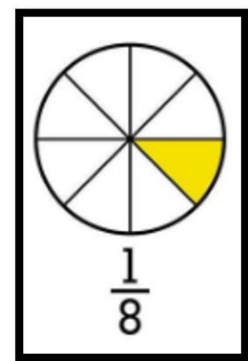
4 tiempos



2 tiempos



1 tiempo



1/2 tiempo

NOMBRE	FIGURA	DURACIÓN
REDONDA	○	4 Tiempos
BLANCA	♪	2 tiempos
NEGRA	♩	1 tiempo
CORCHEA	♪	1/2 tiempo
SEMICORCHEA	♩	1/4 tiempo
FUSA	♫	1/8 tiempo
SEMIFUSA	♮	1/16 tiempo

Recomendación para trabajar en educación básica: Las cuatro primeras figuras.

CONCEPTOS BÁSICOS

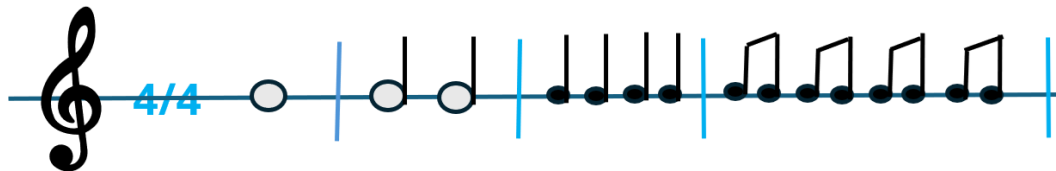


- **Partitura:** Se le llama a todo este conjunto que contiene los elementos básicos con los que trabajaremos.
- **Pentagrama:** Cinco líneas paralelas y equidistantes con cuatro espacios, donde se colocan los símbolos musicales y se enumeran de abajo hacia arriba.
- **Clave:** En este caso es la clave de sol.
- **Compás:** En este caso es el compás de 4 cuartos.
- **Figuras musicales:** Las figuras que son el equivalente en su sumatoria de acuerdo con el compás.
- **Notas musicales:** Son las figuras que al ser tocadas con un instrumento adquieren un sonido; en este caso todas pertenecen a la nota musical de Sol.
- **Barra divisoria del compás:** Cuando se coloca solamente una barra, es que no se repite.

- **Doble barra divisoria del compás.** Significa que se repite de nueva cuenta desde el inicio.

LÍNEA MELÓDICA:

Regularmente se utiliza para realizar ejercicios planos, respetando todos los elementos, pero sin el pentagrama:



Actividad vivencial para el cierre del taller:

- Formar equipos de acuerdo con el número de participantes, mediante una dinámica de integración grupal.
- Que cada equipo arme una línea melódica con ocho compases de cuatro cuartos, combinando las figuras musicales, para trabajar equivalencias. Ejemplo: Una blanca y dos negras-Una redonda-dos corcheas, una negra y una blanca- dos corcheas, una negra, dos corcheas y una negra-etcétera.
- Repartir a cada uno de los equipos una parte del cuerpo para mostrar el producto al resto del grupo: **Equipo uno aplausos**, **equipo dos chasquidos**, **equipo tres sonar las plantas de los pies**, **equipo cuatro golpear los muslos con las palmas**, etc.
- Exposición de los productos.

EVALUACIÓN FORMATIVA:

Rescatar dos opiniones con la pregunta detonante: ¿Qué les pareció el taller?

Despedida del facilitador: Evaluando con una palabra al taller.

Autor: Heriberto Inzunza Ramírez

Duración: Hora y media

Materiales: Cañon, diapositivas, pelota pequeña que bote (Se le pide a cada participante)