

## **ACTIVIDAD DE EXPRESIÓN CORPORAL**

El cuerpo es el instrumento de expresión por excelencia y para los/as niños/as todavía más. Aún sin tener un dominio total del lenguaje verbal, son capaces de expresar lo que sienten, lo que quieren, lo que les gusta y disgusta... Y todo a través de gestos, de su energía, de sonidos... La actividad de expresión corporal desarrolla la imaginación, la creatividad, la comunicación humana y el dominio del cuerpo.

### **OBJETIVOS**

- Reconocer el cuerpo humano como medio de expresión.
- Tener control sobre el cuerpo (equilibrio, direccionalidad, lateralidad, tensión/distensión, ritmo...)
- Tomar conciencia del mundo que nos rodea.
- Reconocer y saber expresar emociones.
- Desarrollar el control respiratorio y conocer técnicas básicas de relajación.
- Adquirir una mayor autoestima y autonomía personal.
- Desarrollar la imaginación y la creatividad.
- Desarrollar la capacidad de concentración y atención.
- Valorar el trabajo de los demás y mejorar la capacidad de trabajo en equipo.