



Trabalenguas para ejercitar

Ángel del Pilar

Si bien es cierto que nuestra persona necesita una buena alimentación y bastante ejercicio, el cuentero requiere más que eso. Es importante la rapidez en el habla o, al menos, haber ejercitado la lengua y músculos faciales.

Los trabalenguas constituyen una excelente herramienta para bajar la tensión antes de entrar a escena o como ejercicios de calentamiento, sobre todo con el público infantil.

Los trabalenguas son un juego de palabras con sonidos de pronunciación difíciles y en esto reside su gracia. Es muy divertido trabajar con ellos. Es un ejercicio ideal para adquirir rapidez en el habla y precisión sin equivocarse, ayuda a la concentración y a la buena dicción.

Hay quien los llama destrabalenguas; cierto es que mejoran la forma de hablar de los niños. Y eso sí, atrapan su atención cuando comenzamos un espectáculo, refrescan el ambiente entre cuento y cuento y ayudan a la fluidez del espectáculo.

Aquí compartimos algunos. Recomendamos que se comience recitando cada frase lentamente para luego repetirlos con más rapidez.

- 🥕 Bocha abrocha ocho broches. Ocho broches Bocha abrocha.
- 🥕 Cuando cuentes cuentos, cuenta cuántos cuentos cuentas porque cuando cuentas cuentos, nunca cuentas cuántos cuentos cuentas.
- 🥕 Cuesta subía una cuesta y a mitad de la cuesta, Cuesta se acuesta porque a Cuesta le cuesta subir la cuesta.
- 🥕 Doña Panchívida se cortó un dévido con el cuchívido del zapatévido. Y su marívido se puso brávido porque el cuchívido estaba afilávido.
- 🥕 El cangrejo se quedó perplejo al ver su reflejo en aquel espejo.
- 🥕 El casco del guerrero fue mordido por el perro del perrero de la perrera de la carretera.
- 🥕 El cielo está encasillado ¿quién lo desencasillará? El desencasillador que lo desencasille, buen desencasillador será.
- 🥕 El loro mira al tero y el tero mira al toro. ¿Por qué me mira el loro y no me mira el toro? - Dice el tero, -¿Por qué me mira el tero y no me mira el loro? - Dice el toro.
- 🥕 El pajarito picaba con su pico un pico, el pico le picó y el pico del pajarito se rompió.
- 🥕 El tapón está enroscado, ¿quién lo desenroscará? El desenroscador que lo desenrosque, buen desenroscador será.



- 🥕 El tren de Pajapita cuando pita, puja. Cuando puja, pita.
- 🥕 Florencia plancha su blusa blanca con una plancha de plomo y hierro. Pone las flores en el florero y sacude los platos con el plumero.
- 🥕 Gato cenizoso, sal de esa ceniza: idesencenízate gato!
- 🥕 Había una jícara que se convertía en pájara, pero muy típica pícara.
- 🥕 Historia es la narración sucesiva de los sucesos sucedidos sucesivamente en la sucesiva sucesión de los sucedidos tiempos.
- 🥕 La fruta de la frutería fruta fresca es, pero la fruta del frutero es la fruta que prefiero.
- 🥕 La luna llena llegó luciendo. Con la joya ella por la calle va viniendo. En el mes de mayo, toda bella, poco a poco se va yendo.
- 🥕 La mujer del alcándigo, mándigo, chupitimándigo tiene una mona, y le estira del rábigo, mándigo, chupitimándigo para que no coma, y la mona le dice:- Tía Ramona, no me estires del rábigo, mándigo chupitimándigo para que coma.
- 🥕 La oveja tecla, mecla, pecla y secla, tenía siete hijos teclos, meclos, peclos y seclos. Si la oveja tecla, mecla, pecla y secla no hubiera sido tecla, mecla, pecla y secla, sus hijos no hubieran sido teclos, meclos, peclos y seclos.
- 🥕 Lloricas son los llorones, con sus lloreras y lloriqueos si lloraran junto con los llorones, llorones y lloronas llenarían el mar.
- 🥕 Mañana compraré meros, poros y mariscos de los marineros, menos meros, pocos poros y más mariscos para hacer meroporomariscos.
- 🥕 Matías mete una cuchara: no saca nada. Matías mete un palito: saca un poquito. Matías mete un bastón: saca un montón.
- 🥕 Mi padre clavó un cable: "Cableando el cable, clavamos más cables", dijo mi padre.
- 🥕 Naves espaciales muy especiales, volaban despacio por el espacio, cargadas de especias.
- 🥕 Pablito clavó un clavito en la calva de un calvito. Un clavito clavó Pablito en la calva de un calvito. ¿Qué clavito clavó Pablito?
- 🥕 Paco Peco pocas copas empaqueta con su primo Ludovico, que le dijo: ieh, Paquito! Pocas copas empaquetas.
- 🥕 Paco Quinto cuenta cuentos. Cuenta cuatro, cuenta cinco, cuenta cientos. ¡cuántos cuentos cuentas, Quinto, quiero que me cuentes más!



🥕 ¿Por qué a la cama se le llama cama y a la cómoda cómoda siendo la cama más cómoda que la cómoda?

🥕 Recia la rajada rueda, riega rugiendo rudamente rauda: rauda riega rugiendo rudamente la rajada rueda. ¡Rueda rauda, recia rueda, rauda reciamente rueda! ¡Rueda recia, rauda rueda, rugiente rajada rueda!

🥕 Si tu gusto fuera de mi gusto, los dos seríamos del mismo gusto. Pero, ¡qué disgusto al saber que tu gusto no gusta del gusto que gusta mi gusto!.