Motricidad

El tren de los animales

Juego de habilidades motrices para 3 años de Infantil. Iniciar el desplazamiento coordinado en grupo.

Para qué sirve

Trabajas el desplazamiento coordinado en grupo: seguir un ritmo común, mantener el contacto con el compañero y adaptar el movimiento a un modelo. A los 3 años el grupo aún se mueve a nivel individual, y el tren les da una referencia física clara. Encaja en la parte principal, con el cuerpo ya activo y la atención aún fresca.

Cómo se juega, paso a paso

1. Ten listo el espacio despejado y reúne al grupo sentado en corro. Cuenta que van a ser un tren con vagones que no se separan.
2. Forma la fila tú misma: colocas a un alumno delante como locomotora y cada niño se agarra a la cintura del de delante. Tú vas al lado o al principio.
3. Enseña el primer animal con el cuerpo, por ejemplo el elefante: pasos lentos y pesados, brazos como trompa. Deja que lo prueben un momento.
4. Arranca con una señal clara, como «el tren sale». Avanzáis despacio por el espacio con el animal elegido.
5. Recuerda la regla durante la marcha: el tren no puede romperse mientras avanza. Si se suelta alguien, para, une los vagones y sigue.
6. Anuncia el siguiente animal, el conejo con saltitos pequeños o la serpiente con pasos deslizados, y repite el arranque.
7. Cambia la locomotora por otro niño en algún momento. Termina con el tren llegando a la estación: paradas, respiración lenta y sentados.

Reglas

El tren no puede romperse mientras avanza.

Organización y material

Una sola fila con todo el grupo cogido por la cintura, moviéndose por el espacio libre del aula o la sala. Sin material: solo despeja mesas y sillas hacia las paredes.

Curso
3 años de Infantil

Momento de la sesión
Parte principal

Intensidad
Media

Agrupación y lugar
Gran grupo en fila cogidos de la cintura. Aula o sala de psicomotricidad

Material
Ninguno

Variantes

Más fácil
Haz primero el tren en el sitio, sin avanzar, y luego da pasos muy cortos y lentos. Usa solo un animal hasta que se sostenga la fila.

Más difícil
Pide que el tren esquive un obstáculo imaginario o gire en curva sin soltarse. Añade una parada súbita a tu señal.

Con un grupo grande o pequeño
Con un grupo grande, forma dos trenes con una adulta o ayudante en cada uno. Con pocos niños, deja un tren corto y ve tú de última vagón.

En poco espacio
En aula pequeña, haz un recorrido en círculo pegado a las paredes con pasos cortos. Si hace falta, divide el grupo en dos y alternad turnos.

La variante de la ficha
Cambiar de animal y de velocidad cada vuelta al espacio.

Adaptaciones e inclusión

Dificultad motriz
Deja que el alumno vaya en un lugar cercano a ti y adapta el animal a su movimiento. Si no puede agarrar la cintura, que apoye una mano en el hombro.

Alumnado con TEA
Muestra los animales con imágenes o gestos fijos y avisa antes de cada cambio. Si le incomoda el contacto, ofrécele agarrar una cuerda o un trozo de tela.

Atención e impulsividad
Colócalo cerca de ti o como locomotora para que tenga una actividad clara. Usa una señal corta de parada y arranque que repitas siempre igual.

Seguridad y errores frecuentes

Para que nadie se haga daño

- Despeja el suelo de mesas, sillas y objetos antes de empezar y revisa que no haya resbalones.
- Mantén un ritmo lento: si el tren se acelera, los de atrás tropiezan. Para antes de que se acumule el tirón.
- Indica que se agarren con suavidad, sin tirar de la ropa ni apretar al compañero.

Errores frecuentes al aplicarla

- Poner demasiados animales seguidos. Con 3 años, quédate en dos o tres y deja que repitan cada uno.
- Explicar solo con palabras. Hazles el animal con tu cuerpo y que lo imiten antes de formar el tren.
- Dejar que el tren vaya rápido. Marca tú el ritmo con la voz o con palmas para que no se rompa.

Preguntas para la reflexión final

¿Qué animal ha sido el más fácil de hacer con el tren?

¿Qué hacíamos para que el tren no se rompiera?

¿Cómo se movía el elefante y cómo la serpiente?

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