

Actividad física y desarrollo del aprendizaje en la etapa preescolar: orientaciones prácticas para docentes en Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador.

Physical activity and learning development in the preschool stage: practical guidelines for teachers in Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador.

PALABRA VERDADERA

Recepción: 10/01/2026
Aceptación: 15/01/2026
Publicación: 28/01/2026

AUTOR/ES

- **Alexandra Elisa Quinatoa Quinatoa**
• MINEDEC
• alexandraelisaquinatoa@gmail.com
• <https://orcid.org/0009-0000-3228-9222>
• Ecuador
- **Gloria Elizabeth Sanango Rivera**
• MINEDEC
• elizabeth17141@hotmail.com
• <https://orcid.org/0009-0006-2930-1423>
• Ecuador
- **Georgina Doraliza Moreira Moreira**
• MINEDEC
• georgina031024@hotmail.com
• <https://orcid.org/0009-0004-7801-5277>
• Ecuador
- **Gabriela Elizabeth Zambrano Castillo**
• MINEDEC
• gabyzcas2103@gmail.com
• <https://orcid.org/0009-0007-2820-8267>
• Ecuador
- **Aura Patricia Ocampo Alcívar**
• MINEDEC
• pattyocampo09@yahoo.es
• <https://orcid.org/0009-0004-3988-6563>
• Ecuador
- **María Simoneth Poveda Olalla**
• MINEDEC
• aylinsimoneth@hotmail.com
• <https://orcid.org/0009-0001-1135-3456>
• Ecuador

CITACIÓN:

Quinatoa Quinatoa, A. E., Sanango Rivera, G. E., Moreira Moreira, G. D., Zambrano Castillo, G. E., Ocampo Alcívar, A. P., & Poveda Olalla, M. S. (2026). Actividad física y desarrollo del aprendizaje en la etapa preescolar: orientaciones prácticas para docentes en Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador. *Revista Científica Tsafiki*, 3(1), 358–368.

RESUMEN

La actividad física en la educación preescolar constituye un componente esencial para el desarrollo integral de los niños y niñas, al influir de manera significativa en las dimensiones motriz, cognitiva y socioemocional del aprendizaje. La evidencia científica demuestra que el movimiento intencionado no solo fortalece las habilidades motoras y la salud física, sino que también optimiza funciones ejecutivas, mejora la atención y favorece la autorregulación y la interacción social en el aula. El objetivo de la presente investigación es analizar la relación entre la actividad física y el desarrollo del aprendizaje en la etapa preescolar, así como identificar orientaciones prácticas para docentes que faciliten la integración del movimiento en la rutina pedagógica en instituciones educativas de Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador. El estudio adopta un enfoque metodológico de carácter cualitativo-descriptivo, sustentado en la revisión sistemática de literatura científica y el análisis pedagógico de estrategias didácticas aplicables al contexto escolar. Se examinan investigaciones recientes sobre desarrollo motor, funciones cognitivas y aprendizaje socioemocional en la primera infancia, así como propuestas metodológicas que permiten incorporar la actividad física en la práctica docente mediante pausas activas, cuentos motores, juegos estructurados y circuitos de movimiento. Los resultados evidencian que la integración sistemática del movimiento en la jornada escolar contribuye a mejorar la atención, la motivación y el aprendizaje significativo, además de fortalecer la convivencia y el bienestar emocional del alumnado. Asimismo, se confirma que el docente, aun sin formación especializada en educación física, puede desempeñar un papel fundamental como mediador pedagógico del movimiento, integrando actividades lúdicas y dinámicas corporales en el desarrollo curricular. Se concluye que la promoción de la actividad física en el nivel preescolar no debe concebirse como una actividad complementaria, sino como un recurso pedagógico transversal que favorece el desarrollo integral y la calidad del aprendizaje en la primera infancia.

PALABRAS CLAVE: actividad física, desarrollo preescolar, aprendizaje infantil, estrategias docentes, desarrollo integral.

ABSTRACT

Physical activity in preschool education constitutes a fundamental component for children's holistic development, as it significantly influences motor, cognitive, and socio-emotional dimensions of learning. Scientific evidence indicates that purposeful movement not only strengthens motor skills and physical health but also enhances executive functions, improves attention, and promotes self-regulation and social interaction in early childhood learning environments. The aim of this study is to analyze the relationship between physical activity and learning development in the preschool stage, as well as to identify practical teaching strategies that facilitate

the integration of movement into daily pedagogical routines in educational institutions in Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador. The research adopts a qualitative-descriptive methodological approach, based on a systematic review of scientific literature and the pedagogical analysis of didactic strategies applicable to the school context. The study examines recent research on motor development, cognitive processes, and socio-emotional learning in early childhood, as well as methodological proposals that allow the incorporation of physical activity into classroom practice through active breaks, motor storytelling, structured games, and movement circuits. The findings indicate that the systematic integration of movement into the school day contributes to improving attention, motivation, and meaningful learning, while also strengthening emotional well-being and social coexistence among children. Furthermore, the study confirms that teachers, even without specialized training in physical education, can play a crucial role as pedagogical mediators of movement by incorporating playful and dynamic bodily activities into curricular development. It is concluded that promoting physical activity in preschool education should not be considered a complementary activity, but rather a transversal pedagogical resource that supports holistic development and improves learning quality in early childhood education.

KEYWORDS: physical activity; preschool education; early childhood learning; teaching strategies; holistic development.

INTRODUCCIÓN

La educación preescolar constituye una etapa crítica para el desarrollo integral del ser humano, ya que durante los primeros años de vida se consolidan las bases neurológicas, cognitivas, motrices y socioemocionales que influyen en el aprendizaje futuro. En este periodo, el movimiento corporal y la actividad física desempeñan un papel fundamental en la construcción del conocimiento, dado que el aprendizaje infantil se produce en gran medida a través de la exploración del entorno, la interacción con objetos y la experimentación motriz. Diversos estudios en el ámbito de la pedagogía infantil han demostrado que el desarrollo motor se encuentra estrechamente vinculado con procesos cognitivos como la atención, la memoria, la percepción y la resolución de problemas, lo que refuerza la necesidad de integrar el movimiento como parte estructural del proceso educativo.

Desde una perspectiva teórica, la relación entre actividad física y aprendizaje ha sido abordada por enfoques constructivistas y socioculturales del desarrollo infantil, los cuales destacan que el conocimiento se construye mediante la acción y la interacción con el entorno. En este sentido, el movimiento no solo cumple una función biológica o recreativa, sino que constituye un medio de expresión, comunicación y construcción de significados. La actividad física en la primera infancia favorece la maduración del sistema nervioso, el desarrollo de la coordinación motriz y la regulación emocional, factores que inciden directamente en la

disposición para el aprendizaje y en la participación activa en el aula.

En el ámbito educativo, la evidencia científica ha señalado que la incorporación sistemática de actividades físicas en la jornada escolar contribuye a mejorar la concentración, la motivación y el rendimiento académico en niños y niñas. Asimismo, se ha observado que las experiencias pedagógicas basadas en el juego, el movimiento y la exploración corporal promueven la creatividad, el trabajo colaborativo y el desarrollo de habilidades sociales, elementos esenciales para la formación integral en la etapa preescolar.

A pesar de estos beneficios, en muchos contextos educativos la actividad física continúa siendo considerada como un complemento o una actividad secundaria dentro de la planificación pedagógica, limitándose a espacios recreativos o a sesiones aisladas sin articulación con los objetivos de aprendizaje. Esta situación reduce el potencial del movimiento como recurso didáctico y limita las oportunidades de desarrollo integral del alumnado. La falta de orientaciones metodológicas claras y la escasa formación docente en estrategias de integración del movimiento en el aula constituyen factores que explican esta problemática.

En el contexto latinoamericano, y particularmente en los sistemas educativos de educación inicial, se han identificado brechas entre las orientaciones curriculares que promueven el desarrollo integral y las prácticas pedagógicas que se implementan en las aulas. En muchos casos, la presión por cumplir contenidos académicos o la falta de recursos didácticos adecuados restringen la incorporación de actividades físicas significativas dentro del proceso educativo. No obstante, diversas experiencias pedagógicas han demostrado que es posible integrar el movimiento en el desarrollo curricular mediante estrategias prácticas y accesibles, tales como pausas activas, juegos dirigidos, circuitos motores y narraciones corporales, las cuales pueden ser implementadas por los docentes sin necesidad de infraestructura especializada.

En la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador, el contexto educativo presenta características que hacen especialmente relevante el análisis de la actividad física en la etapa preescolar. La diversidad sociocultural, las condiciones institucionales y la disponibilidad variable de recursos pedagógicos plantean desafíos para la implementación de estrategias innovadoras que favorezcan el aprendizaje significativo en la primera infancia. En este escenario, el rol del docente adquiere una importancia central como mediador pedagógico del movimiento, capaz de diseñar experiencias de aprendizaje que integren la actividad física de manera intencionada y sistemática.

Desde esta perspectiva, resulta necesario analizar la relación entre actividad física y desarrollo del aprendizaje en la etapa preescolar, así como identificar orientaciones prácticas que permitan a los docentes incorporar el movimiento en sus estrategias pedagógicas. La comprensión de esta relación no solo contribuye al fortalecimiento de la práctica educativa, sino que también aporta a la construcción de entornos de aprendizaje más dinámicos, inclusivos y acordes con las necesidades del desarrollo infantil.

En este marco, el presente estudio tiene como objetivo analizar la relación entre la actividad física y el desarrollo del aprendizaje en la etapa preescolar, así como identificar orientaciones prácticas para docentes en instituciones educativas de Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador. En coherencia con este propósito, se plantean las siguientes preguntas de investigación:

¿Cuál es la importancia de la actividad física en el desarrollo cognitivo, motriz y socioemocional en la etapa preescolar?

¿Qué estrategias pedagógicas permiten integrar la actividad física en el proceso de enseñanza y aprendizaje?

¿Cómo puede el docente favorecer el aprendizaje significativo mediante el uso del movimiento en el aula?

¿Qué implicaciones tiene la integración de la actividad física para la calidad educativa en la educación inicial?

La relevancia del estudio radica en su contribución tanto al ámbito teórico como al práctico. Desde el punto de vista académico, permite profundizar en la comprensión del movimiento como recurso pedagógico en la primera infancia. Desde el plano aplicado, ofrece orientaciones metodológicas que pueden ser utilizadas por docentes para fortalecer el aprendizaje y el desarrollo integral de los niños y niñas en el nivel preescolar.

MÉTODOS MATERIALES

Diseño del estudio

La presente investigación se desarrolló bajo un **diseño cualitativo de tipo documental y descriptivo**, orientado al análisis del papel de la actividad física en el desarrollo del aprendizaje en la etapa preescolar y a la identificación de orientaciones prácticas para su implementación pedagógica. Este diseño permitió examinar de manera sistemática evidencia científica reciente, así como propuestas didácticas fundamentadas en la literatura especializada sobre desarrollo infantil, educación inicial y actividad física escolar.

El enfoque cualitativo resultó pertinente debido a que el estudio se centró en la

interpretación y síntesis de aportes teóricos y pedagógicos, más que en la medición experimental de variables, con el propósito de construir orientaciones aplicables al contexto educativo.

Fuentes de información

Las fuentes de información estuvieron constituidas por **artículos científicos, documentos técnicos, informes de organismos internacionales y literatura especializada** relacionada con:

- Desarrollo motor en la primera infancia
- Actividad física y funciones cognitivas
- Aprendizaje socioemocional en educación inicial
- Estrategias pedagógicas basadas en el movimiento
- Recomendaciones internacionales sobre actividad física infantil

Se consideraron investigaciones recientes y publicaciones de organismos especializados en educación y salud infantil, lo que permitió sustentar el análisis en evidencia científica actualizada y pertinente.

Criterios de selección de la información

Para la inclusión de las fuentes documentales se consideraron los siguientes criterios:

Criterios de inclusión

- Estudios relacionados con actividad física en educación preescolar
- Investigaciones sobre desarrollo cognitivo, motriz o socioemocional en la primera infancia
- Publicaciones con fundamentación científica o pedagógica reconocida
- Documentos que describieran estrategias prácticas aplicables al aula

Criterios de exclusión

- Estudios centrados exclusivamente en actividad física de alto rendimiento o deporte competitivo
- Investigaciones sin relación directa con el contexto educativo
- Documentos sin sustento metodológico o evidencia empírica verificable

Procedimiento de análisis

El procedimiento metodológico se desarrolló en cuatro fases:

Fase 1. Búsqueda y recopilación de información

Se realizó la identificación y selección de literatura científica relevante sobre actividad física y aprendizaje en la etapa preescolar.

Fase 2. Revisión y organización de la información

Los documentos seleccionados fueron analizados para identificar conceptos clave, resultados de investigación y propuestas pedagógicas relacionadas con el movimiento en el aula.

Fase 3. Categorización temática

La información fue organizada en categorías analíticas, entre las que destacan:

- Beneficios físicos y motores
- Impacto cognitivo del movimiento
- Desarrollo socioemocional
- Estrategias prácticas para docentes
- Integración pedagógica del movimiento

Fase 4. Síntesis e interpretación

Se realizó un proceso de síntesis interpretativa que permitió establecer relaciones entre la actividad física y el aprendizaje, así como formular orientaciones prácticas aplicables al contexto educativo preescolar.

Técnicas de análisis de la información

El análisis de la información se realizó mediante **análisis de contenido temático**, que permitió identificar patrones conceptuales, coincidencias teóricas y hallazgos relevantes en la literatura revisada. Este procedimiento facilitó la construcción de un marco interpretativo coherente sobre el papel del movimiento en el aprendizaje infantil.

Asimismo, se empleó la **triangulación teórica**, contrastando diferentes estudios y enfoques para fortalecer la validez del análisis y evitar interpretaciones parciales del fenómeno estudiado.

Consideraciones éticas

La investigación respetó los principios éticos de la producción académica, garantizando:

- El uso responsable de fuentes científicas
- La citación adecuada de autores y documentos
- La fidelidad en la interpretación de los resultados reportados en la literatura

Dado que el estudio se fundamenta en revisión documental y no involucra intervención directa con población infantil, no se requirió la aplicación de protocolos de consentimiento informado; sin embargo, se mantuvo el rigor académico y la transparencia metodológica en todo el proceso investigativo.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

El análisis de la literatura científica y pedagógica permitió identificar **cuatro categorías emergentes** que explican la relación entre la actividad física y el desarrollo del aprendizaje en la etapa preescolar, así como las orientaciones prácticas para su implementación en el aula. Estas categorías responden directamente a las preguntas de investigación y evidencian la relevancia del movimiento como recurso pedagógico en la primera infancia.

1. La actividad física como factor de desarrollo cognitivo, motriz y socioemocional *(Vinculación con la Pregunta de Investigación 1)*

La evidencia analizada demuestra que la actividad física influye de manera significativa en el desarrollo integral de los niños y niñas, favoreciendo procesos de coordinación motriz, regulación emocional y funciones cognitivas como la atención y la memoria. El movimiento, entendido como parte del aprendizaje activo, contribuye a la construcción de experiencias significativas que fortalecen la comprensión y la interacción social.

Tabla 1

Beneficios de la actividad física en el desarrollo infantil

Dimensión	Beneficios identificados	Impacto en el aprendizaje
Motriz	Coordinación, equilibrio y control corporal	Facilita la participación en actividades escolares
Cognitiva	Atención, memoria y funciones ejecutivas	Mejora la comprensión y retención
Socioemocional	Autoconfianza, interacción y regulación emocional	Favorece el clima de aula y la convivencia

Nota. Elaboración propia.

2. Estrategias pedagógicas para integrar el movimiento en el aula *(Vinculación con la Pregunta de Investigación 2)*

El análisis documental evidencia que existen múltiples estrategias que permiten integrar la actividad física en la rutina pedagógica sin necesidad de infraestructura especializada. Entre las prácticas más efectivas se encuentran las pausas activas, los cuentos motores, los juegos dirigidos y los circuitos de movimiento, los cuales estimulan el aprendizaje significativo y la participación activa del alumnado.

Tabla 2

Estrategias pedagógicas basadas en el movimiento

Estrategia	Características	Beneficio pedagógico
Pausas activas	Actividades breves de movimiento	Mejora la concentración
Cuentos motores	Narraciones con acciones corporales	Estimula imaginación y lenguaje
Juegos dirigidos	Actividades lúdicas estructuradas	Refuerza habilidades sociales
Circuitos de movimiento	Estaciones de actividad física	Desarrolla coordinación y autonomía

Nota. Elaboración propia.

3. El rol del docente como mediador pedagógico del movimiento

(Vinculación con la Pregunta de Investigación 3)

Los resultados muestran que el docente cumple un papel fundamental en la integración del movimiento en el proceso educativo. La literatura coincide en que no es indispensable contar con formación especializada en educación física para incorporar actividades motrices en el aula, siempre que el docente planifique actividades intencionadas y alineadas con los objetivos de aprendizaje.

Tabla 3

Funciones del docente en la integración de la actividad física

Función docente	Descripción	Impacto educativo
Planificación pedagógica	Diseño de actividades motrices vinculadas al currículo	Favorece aprendizaje significativo
Mediación del aprendizaje	Orientación y acompañamiento durante el juego	Incrementa la participación
Evaluación formativa	Observación del desarrollo motriz y social	Permite seguimiento del progreso

Nota. Elaboración propia.

4. Implicaciones de la actividad física para la calidad educativa en la educación inicial

(Vinculación con la Pregunta de Investigación 4)

El análisis evidencia que la incorporación sistemática de la actividad física contribuye

a mejorar el clima de aula, la motivación y la disposición para el aprendizaje. Asimismo, la integración del movimiento fortalece la educación inclusiva, al ofrecer múltiples formas de participación y expresión que responden a la diversidad de estilos de aprendizaje en la primera infancia.

Tabla 4

Actividad física y calidad educativa en la educación inicial

Indicador	Efecto observado	Relevancia educativa
Motivación estudiantil	Incremento del interés y participación	Alta
Atención y concentración	Mejora en el tiempo de enfoque	Alta
Convivencia escolar	Reducción de conflictos y mayor cooperación	Media–alta

Nota. Elaboración propia.

Síntesis integradora de los resultados

En conjunto, los resultados confirman que la actividad física constituye un elemento pedagógico clave en la educación preescolar, al favorecer el desarrollo integral del niño y potenciar el aprendizaje significativo. La evidencia analizada demuestra que la integración del movimiento en el aula no requiere condiciones extraordinarias, sino planificación pedagógica, creatividad docente y comprensión del desarrollo infantil. Asimismo, se destaca que la incorporación sistemática de estrategias motrices contribuye a mejorar la calidad educativa y a generar entornos de aprendizaje más dinámicos, participativos e inclusivos.

CONCLUSIONES

El presente estudio permitió analizar la relación entre la actividad física y el desarrollo del aprendizaje en la etapa preescolar, así como identificar orientaciones prácticas para su integración en la labor docente en contextos educativos como el de Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador. A partir de la revisión sistemática de literatura científica y del análisis pedagógico realizado, se confirma que la actividad física constituye un componente esencial del desarrollo integral en la primera infancia, al incidir de manera significativa en las dimensiones motriz, cognitiva y socioemocional del aprendizaje.

Desde el punto de vista teórico, los resultados refuerzan los planteamientos de los enfoques constructivistas y socioculturales del aprendizaje, los cuales sostienen que el

conocimiento se construye mediante la acción, la interacción y la experiencia directa con el entorno. La evidencia analizada demuestra que el movimiento no solo favorece el desarrollo físico, sino que también contribuye al fortalecimiento de funciones cognitivas superiores, tales como la atención, la memoria y la autorregulación, aspectos fundamentales para el aprendizaje significativo en la etapa preescolar. De este modo, el movimiento debe ser comprendido como un recurso pedagógico transversal y no únicamente como una actividad recreativa o complementaria dentro de la jornada escolar.

En el plano pedagógico, se concluye que la integración sistemática de estrategias basadas en el movimiento —como pausas activas, cuentos motores, juegos dirigidos y circuitos de actividad— favorece la motivación, la participación y la comprensión en el proceso de aprendizaje. Estas estrategias resultan viables y accesibles para los docentes, incluso en contextos educativos con limitaciones de infraestructura o recursos, siempre que exista una planificación pedagógica intencionada y alineada con los objetivos de aprendizaje.

Desde la práctica educativa, el estudio evidencia que el docente desempeña un papel fundamental como mediador del movimiento en el aula. La creatividad pedagógica, la observación del desarrollo infantil y la capacidad de integrar actividades lúdicas en la planificación curricular constituyen factores determinantes para aprovechar el potencial educativo de la actividad física. En este sentido, se reconoce la necesidad de fortalecer la formación docente continua en estrategias de aprendizaje activo y desarrollo motor infantil, con el fin de ampliar las posibilidades de innovación pedagógica en la educación inicial.

En términos de implicaciones prácticas, los resultados sugieren la conveniencia de incorporar la actividad física como un eje transversal en la planificación curricular del nivel preescolar, promoviendo entornos de aprendizaje dinámicos, inclusivos y participativos. Asimismo, se recomienda fomentar la participación de la familia y la comunidad educativa en la promoción de hábitos de actividad física y bienestar infantil, fortaleciendo la coherencia entre el entorno escolar y el entorno familiar.

En cuanto a las líneas futuras de investigación, se considera pertinente desarrollar estudios empíricos que analicen el impacto de programas específicos de actividad física en el rendimiento académico y el desarrollo socioemocional de niños y niñas en educación inicial. Asimismo, resultaría relevante ampliar el alcance de investigaciones comparativas entre diferentes contextos territoriales, con el fin de identificar factores culturales, institucionales y pedagógicos que influyen en la integración del movimiento en el aula. La incorporación de metodologías mixtas y el seguimiento longitudinal de cohortes de estudiantes podrían aportar

evidencia más robusta sobre los efectos sostenidos de la actividad física en el aprendizaje.

Finalmente, se concluye que la promoción de la actividad física en la educación preescolar representa una estrategia pedagógica de alto valor para el fortalecimiento del aprendizaje y el desarrollo integral en la primera infancia. Su implementación requiere compromiso institucional, formación docente y una concepción del aprendizaje que reconozca el movimiento como un elemento esencial del proceso educativo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Berk, L. E. (2013). *Desarrollo del niño y del adolescente* (9.ª ed.). Pearson.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. UNESCO.
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (7th ed.). McGraw-Hill.
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2016). *Currículo de Educación Inicial*. <https://educacion.gob.ec>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. WHO.
- Pica, R. (2010). *Experiencias en movimiento: Actividades físicas para el desarrollo integral en la infancia*. Narcea.
- Piaget, J. (1972). *La psicología del niño*. Morata.
- UNESCO. (2015). *Educación física de calidad: Guía para los responsables políticos*. UNESCO Publishing.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Zapata, M., & Hernández, L. (2025). El movimiento es aprendizaje: La importancia de la actividad física en la etapa preescolar y estrategias prácticas para docentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(6), 7120–7138. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i6.21831.