

Actividad física en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años.

Physical activity in the development of gross motor skills in children aged 3 to 4 years.

Piña Herrera Erika Stefania¹, Molina Ruiz Carmen Victoria²,

Briones Avilés Evelyn Andreina³, Villamar Alvarado Angela Concepción⁴

Resumen

El presente estudio aborda la importancia del desarrollo de la motricidad gruesa en niños de entre 3 y 4 años para su crecimiento integral, ya que les facilita la adquisición de destrezas como el equilibrio y la coordinación corporal. Actualmente, estos aspectos son vulnerables ante el sedentarismo y la falta de lugares o espacios apropiados para el movimiento físico. El propósito de esta investigación fue analizar cómo la participación en actividades físicas planificadas contribuye al desarrollo de habilidades motoras gruesas en un grupo de 25 niños de una escuela infantil. Se aplicó un enfoque cuantitativo y descriptivo en el diseño del estudio -no experimental-, utilizando una guía de observación validada por especialistas. Los resultados indicaron que la participación constante en actividades físicas guiadas como correr, saltar, escalar y lanzarse favoreció el fortalecimiento muscular, la coordinación motora y el equilibrio, además de aumentar la predisposición de los niños hacia el movimiento y el juego activos. Se concluye que es fundamental la inclusión coordinada y programada de ejercicios físicos adaptados según la edad para así favorecer y potenciar el desarrollo de habilidades motoras básicas en los niños pequeños; esto contribuye al fomentando de un crecimiento saludable y un aprendizaje completo.

Palabras clave: Motricidad gruesa, actividad física, desarrollo infantil, primera infancia, coordinación motora, educación inicial.

Abstract

This study addresses the importance of gross motor development in children aged 3 to 4 years, which is essential for their overall development as it facilitates the acquisition of skills such as balance and body coordination; aspects that are currently vulnerable to sedentary behavior and the lack of appropriate spaces for physical movement. The purpose of this research was to examine how participation in planned physical activities contributes to the development of gross motor skills in a group of 25 children from a preschool. A quantitative and descriptive approach was used in the design of the non-experimental study, applying an observation guide validated by specialists. The results indicated that consistent participation in guided physical activities such as running, jumping, climbing, and throwing significantly enhanced muscle strengthening, motor coordination, and balance, in addition to increasing the children's inclination towards active movement and play. It is determined that the coordinated and scheduled inclusion of age-appropriate physical exercises is fundamental to promote the development of basic motor skills in young children; this contributes to fostering healthy growth and comprehensive learning.

Keywords: Gross motor skills, physical activity, child development, early childhood, motor coordination, early education.

1. erika.pinah@ug.edu.ec. Universidad de Guayaquil, Guayaquil-Ecuador. ORCID 0000-0001-8605-6643

2. carmen.molinar@ug.edu.ec. Universidad de Guayaquil, Guayaquil-Ecuador. ORCID 0009-0001-9667-547X

3. evelyn.brionesav@ug.edu.ec. Universidad de Guayaquil, Guayaquil-Ecuador. ORCID 0000-0002-1417-0321

4. angela.villamara@ug.edu.ec. Universidad de Guayaquil, Guayaquil-Ecuador. ORCID 0009-0003-8093-008X



INTRODUCCIÓN

El desarrollo de la motricidad gruesa en la infancia, constituye un componente esencial del crecimiento infantil, ya que permite que los niños adquieran destreza como el equilibrio, la coordinación, el movimiento y el uso adecuado de su cuerpo en el espacio. Sin embargo, en la actualidad preocupa una tendencia creciente a la disminución de las oportunidades para que los niños puedan realizar sus actividades físicas de manera libre, si bien sabemos el desarrollo de la motricidad gruesa no ocurre de manera espontánea, sino que este requiere de constante práctica y de experiencias activas dentro de espacios físicos ya sean estos dentro de las instituciones educativas o áreas recreativas. Múltiples estudios y observaciones han demostrado que los niños en muchas partes del mundo se están moviendo cada vez menos lo que representa un desafío para su desarrollo físico e integral.

Es fundamental reconocer que la motricidad gruesa no solo cumple una función física, sino que también impacta de manera directa en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los niños en edad temprana. Cuando un niño logra desplazarse con seguridad, correr, saltar, lanzar o trepar, no solo está fortaleciendo su cuerpo, sino que además está construyendo nociones básicas de espacio, tiempo, lateralidad, autonomía e incluso autoestima (Acelas & Poveda, 2022).

No obstante, cuando estas habilidades no son estimuladas adecuadamente durante los primeros años de vida, pueden aparecer retrasos que afectan de forma significativa el rendimiento escolar, la integración social y la salud general del infante. Este problema se agrava especialmente en contextos urbanos, donde el acceso a espacios verdes, parques o entornos naturales es limitado, y donde los estilos de vida familiares suelen restarle importancia a la actividad física dentro del desarrollo integral del niño.

A esto se suma que muchas instituciones de educación inicial no cuentan con un planificación sistemática de actividades físicas acordes con la

etapa evolutiva de sus estudiantes. En lugar de promover experiencias motrices significativas, muchas veces se limita la motricidad a juegos esporádicos sin objetivos pedagógicos claros (Acelas & Poveda, 2022). Asimismo, se ha identificado una formación insuficiente por parte de algunos docentes en cuanto a la importancia del movimiento corporal en la estimulación del cerebro infantil, lo que lleva a subestimar el valor educativo que tiene la actividad física.

Desde la realidad que enfrentamos es necesario abordar esta problemática desde la perspectiva científica eso no solo va a permitir dimensionar el impacto real de la actividad física en el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 3 a 4 años, sino que también nos va a ayudar a identificar estrategias pedagógicas que debemos emplear dentro de las aulas educativas para así mejorar ese rendimiento en cada uno de los niños. (Ocampo y otros, 2022). Refiriéndonos a este contexto cuando realizamos investigaciones de este tipo es necesario la urgencia especialmente ante el creciente interés por el beneficio físico y emocional de cada uno de los niños en este ciclo existen hoy en día muchas enfermedades como el trastorno al desarrollo motor, la obesidad infantil, el sedentarismo que se han convertido en el foco de atención para organismos internacionales como la organización mundial de la salud (OMS) y también la (UNICEF) fondo de las Naciones Unidas para la infancia quienes son los principales que nos inducen a promover entornos saludables desde los primeros años de vida.

El interés por comprender el papel de la motricidad gruesa en la infancia ha sido una constante en distintas corrientes pedagógicas y psicológicas a lo largo del tiempo. Desde la teoría del desarrollo psicomotor de Jean Piaget, hasta los enfoques más recientes de la neuroeducación, se ha resaltado que el cuerpo es el primer medio a través del cual el ser humano aprende y se relaciona con el entorno (González & Díaz, 2024). Esta premisa ha dado lugar a múltiples estudios que coinciden en señalar la conexión directa entre el movimiento físico y el desarrollo integral de los niños.

Entre los aportes más significativos se encuentra el trabajo de Henri Wallon, quien sostenía que la actividad motriz es la base desde la cual se estructura el pensamiento y la afectividad. Desde su visión, el movimiento no puede ser excluido de la educación, sino que debe ocupar un lugar central en el proceso formativo. Más adelante, María Montessori incluyó en su propuesta pedagógica la importancia del movimiento libre, entendiendo que a través de él los niños logran fortalecer su autonomía, su capacidad de concentración y su equilibrio interno. En tiempos más recientes, investigaciones como la de Hill (2020) destacan que las habilidades motrices básicas —como los desplazamientos, los movimientos de equilibrio y las acciones manipulativas— deben estimularse desde edades tempranas, ya que constituyen la base sobre la que se construirán otras capacidades más complejas a medida que el niño crece.

En el ámbito latinoamericano, también se han realizado estudios que respaldan esta visión. En países como Colombia, Chile y México, diversas investigaciones han demostrado que la incorporación de programas de actividad física en el nivel inicial tiene efectos positivos en el desarrollo motor de los niños entre los 3 y los 5 años. Un ejemplo de ello es el estudio realizado por Aguilar y Villada (2020) en jardines infantiles de Bogotá, donde se observó que aquellos niños que participaban regularmente en sesiones organizadas de movimiento físico mostraban mayor dominio en habilidades como correr, saltar y lanzar, en comparación con aquellos que no recibían esa estimulación.

A pesar de estos avances, todavía se advierte una brecha en cuanto a estudios específicos que relacionen la actividad física planificada con el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años. Aunque el Currículo de Educación Inicial 2024 reconoce la importancia de trabajar el área motriz como parte esencial del desarrollo integral, sigue haciendo falta una sistematización de estrategias pedagógicas efectivas y una evaluación más rigurosa de su impacto en los procesos de aprendizaje (Social, 2021).

La motricidad gruesa, entendida como la capacidad de coordinar y controlar movimientos corporales amplios como caminar, correr, saltar o trepar, representa un pilar fundamental en los primeros años de vida (Parra, 2019). Estas habilidades no solo indican una maduración neuromuscular adecuada, sino que están íntimamente ligadas con el desarrollo cerebral y con la capacidad del niño para explorar su entorno, interactuar con otros y construir nuevos aprendizajes.

El movimiento no es solo una manifestación física, a través de él, el niño organiza su pensamiento, regula sus emociones, fortalece vínculos sociales y desarrolla autonomía. Por ello, esta investigación se propone abordar cómo la actividad física, cuando está bien estructurada y responde a objetivos pedagógicos claros, puede convertirse en una herramienta eficaz para potenciar la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años, una etapa especialmente sensible del desarrollo.

Actualmente, organismos como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y UNICEF han manifestado su preocupación frente al aumento de los niveles de inactividad en la infancia, incluso desde los primeros años de vida (Crespo, Delgado, & Iglesias, 2020). Esta realidad se ve agravada por múltiples factores: el uso excesivo de dispositivos electrónicos, la reducción de espacios seguros para el juego, la falta de conciencia sobre el valor educativo del movimiento, y la escasa presencia de políticas públicas que promuevan una cultura activa desde la niñez.

En este escenario, resulta fundamental comprender desde un enfoque científico y contextualizado cómo la implementación de actividades físicas planificadas puede impactar positivamente en el desarrollo motor de los niños. Este conocimiento no solo enriquecerá la labor de los docentes en el nivel inicial, sino que también contribuirá a fortalecer políticas educativas que garanticen el derecho de todos los niños a desarrollarse de manera integral (Maldonado, 2023). La motricidad no puede seguir viéndose como un aspecto secundario

en la educación infantil, sino como un eje que atraviesa y enriquece todas las dimensiones del aprendizaje, la salud y el bienestar.

Si bien se han logrado avances en el diseño de propuestas curriculares que incluyen el área de motricidad, la práctica cotidiana en muchas instituciones aún revela una desconexión con estos lineamientos. En numerosos centros de educación inicial, la educación física no se planifica con intencionalidad pedagógica, y se reduce a momentos recreativos sin seguimiento ni evaluación (Acelas & Poveda, 2022). Esta falta de sistematización limita el desarrollo pleno de los niños y debilita la propuesta de una educación integral respaldada por las normativas vigentes.

Con el propósito de atender esta necesidad, el presente estudio adopta un enfoque de investigación de campo que busca observar, analizar y valorar el impacto real que tienen las actividades físicas estructuradas sobre el desarrollo motor grueso. Para ello, se emplearán instrumentos de observación y fichas de evaluación motriz que permitirán recoger datos fiables y contextualizados, útiles para la toma de decisiones tanto en el ámbito institucional como en el diseño de políticas públicas más efectivas.

Promover el desarrollo de la motricidad gruesa en la infancia no es solo una responsabilidad educativa, sino también una garantía del derecho de los niños a crecer en entornos que estimulen todas sus potencialidades. Negarles la posibilidad de moverse libremente, de jugar, de explorar su cuerpo y su espacio, es limitar su derecho a desarrollarse plenamente. Por ello, los resultados de esta investigación buscan sensibilizar a docentes, familias, directivos y actores educativos sobre la importancia de integrar, de forma sistemática y reflexiva, la actividad física en la vida diaria de los niños (Hill, 2020).

Esta investigación también busca ampliar la visión sobre el rol del docente en el nivel inicial. Su tarea no se limita a enseñar contenidos académicos, sino que debe acompañar el desarrollo integral del niño, promoviendo también su bienestar motor, emocional y social. Para ello, es necesario que los

educadores cuenten con herramientas didácticas adecuadas, conocimientos sobre desarrollo psicomotor y una disposición favorable hacia el juego y el movimiento como estrategias válidas de aprendizaje (Crespo, Delgado, & Iglesias, 2020). Así, la investigación se convierte en una fuente de formación continua que aporta a la profesionalización del trabajo con la primera infancia.

En el plano institucional, los hallazgos de este estudio permitirán valorar la importancia de contar con programas de actividad física diseñados según las características y necesidades evolutivas de los niños pequeños. Además, podrían ser una base para mejorar la organización de los tiempos, los espacios y los recursos disponibles, fomentando entornos de aprendizaje más ricos, donde el cuerpo y el movimiento se integren plenamente a la experiencia educativa.

Objetivos.

El objetivo de la investigación es Analizar la influencia de la actividad física en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años en una institución de educación inicial.

Objetivos específicos.

Identificar las habilidades motrices gruesas presentes en los niños de 3 a 4 años antes y después de la implementación de actividades físicas estructuradas

Describir las actividades físicas más adecuadas para estimular la motricidad gruesa en la etapa de 3 a 4 años

Evaluar la mejora en la coordinación, equilibrio y control corporal de los niños a través de la aplicación de una rutina de actividad física planificada

Proponer estrategias pedagógicas que integren la actividad física como herramienta para el desarrollo motor en la educación inicial.

METODOLOGÍA

Para llevar a cabo esta investigación, se optó por un enfoque mixto que permitió explorar e interpretar las prácticas pedagógicas y el desarrollo motriz de los niños dentro de su entorno habitual, al tiempo que se recopilaron datos precisos y medibles que respaldaran los resultados. La elección de una investigación de campo respondió a la necesidad de observar directamente la dinámica del aula y las interacciones reales que se producen en el contexto educativo cotidiano (Anticona & Huanca, 2023). Esta metodología resultó especialmente útil para captar de manera auténtica la forma en que los docentes aplican actividades físicas estructuradas, así como para evaluar los efectos que estas tienen en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de educación inicial.

En este estudio no se intervinieron las variables de forma intencional, sino que se optó por observar y analizar el comportamiento de los niños tal como se presentaba en su rutina diaria, considerando tanto el periodo previo como posterior a la implementación de actividades físicas guiadas. El diseño adoptado fue de tipo transversal, ya que la recolección de datos se llevó a cabo en un único momento, lo que permitió identificar el nivel de desarrollo de la motricidad gruesa en los participantes y valorar de manera inmediata los efectos producidos por las intervenciones realizadas.

Respecto a la población, esta estuvo conformada por todos los niños de 3 a 4 años pertenecientes a la institución educativa Particular José Joaquín de Olmedo. La institución fue seleccionada considerando el déficit de motricidad gruesa en la que se encuentran los niños ya que no cuentan con la estimulación correcta y el espacio físico adecuado, para aquellos contaremos con la disponibilidad institucional y el compromiso del personal docente en colaborar con el estudio.

De esta población, se extrajo una muestra intencional de 30 niños, considerando criterios como la edad cronológica (entre 3 años y 4 años 11 meses), la asistencia regular a clases, y la autorización expresa por parte de los padres

o representantes legales. La técnica de muestreo no probabilístico de tipo intencional fue seleccionada debido a las particularidades del trabajo con infantes, donde el consentimiento, la disposición y las condiciones del entorno influyen significativamente en la viabilidad del estudio (Alban y otros, 2020). Asimismo, se buscó garantizar un equilibrio entre género, nivel de desarrollo inicial y participación en las actividades propuestas.

En primer lugar, se utilizó la observación sistemática, que permitió registrar de manera continua y organizada los comportamientos motores de los niños durante las sesiones de actividad física. Esta técnica fue apoyada por un registro anecdótico y una lista de cotejo de habilidades motrices gruesas, diseñada con base en indicadores establecidos en el currículo nacional y en estándares del desarrollo infantil.

El instrumento principal utilizado en esta investigación fue una guía de observación estructurada, diseñada específicamente para evaluar distintas dimensiones del desarrollo de la motricidad gruesa, como el equilibrio, la coordinación dinámica general, los desplazamientos, la locomoción y la manipulación. Esta herramienta fue sometida a un proceso de validación por parte de especialistas en psicomotricidad y educación inicial, lo cual aseguró su coherencia, pertinencia y fiabilidad (Fernández, 2019). Su aplicación se realizó en dos momentos clave del proceso: una primera observación diagnóstica, antes de iniciar las actividades físicas planificadas, y una segunda evaluación, realizada al concluir seis semanas de intervención.

De manera complementaria, se llevó a cabo una entrevista semiestructurada dirigida a las docentes del nivel inicial. Esta herramienta permitió recoger sus apreciaciones sobre los cambios observados en los niños, la utilidad de las estrategias implementadas y las dificultades encontradas durante el proceso (Monje, 2021). Incluir estas voces fue clave para enriquecer el análisis cualitativo, ya que ofreció una mirada desde la práctica pedagógica directa, revelando

el impacto concreto que tuvo la actividad física en el aula.

Las sesiones motrices fueron planificadas con una frecuencia de tres veces por semana, cada una con una duración de 40 minutos. En ellas se integraron diversas dinámicas como juegos de locomoción, circuitos motores, ejercicios de coordinación, prácticas de equilibrio y retos colectivos, todos orientados a favorecer el movimiento tanto libre como guiado. Cada sesión fue diseñada con intencionalidad pedagógica, enfocándose en estimular progresivamente diferentes áreas del desarrollo motor grueso, respetando el ritmo evolutivo de los niños.

Aunque la metodología no se plantea como una innovación radical, se destaca por combinar fundamentos de la psicomotricidad relacional con enfoques basados en el aprendizaje a través del movimiento (Crespo, Delgado, & Iglesias, 2020). Esta integración permitió que las actividades físicas fueran mucho más que una repetición de ejercicios: se convirtieron en oportunidades para fortalecer la conciencia corporal, la autonomía, las habilidades sociales y el vínculo con el entorno físico.

Es importante señalar que, como toda investigación aplicada en contextos reales, esta también enfrentó ciertas limitaciones. Entre ellas, se reconoce la imposibilidad de controlar factores externos que pueden influir en el desarrollo motriz de los niños, tales como la alimentación, el descanso, la salud general o el tipo de estimulación recibida en el hogar. Asimismo, el corto período de intervención seis semanas limitó la posibilidad de registrar efectos a largo plazo. No obstante, los datos recogidos permitieron identificar patrones consistentes y tendencias que respaldan la

eficacia de las actividades físicas planificadas en el fortalecimiento de la motricidad gruesa.

Entre las limitaciones de la metodología, se reconoce la imposibilidad de controlar todas las variables externas que podrían influir en el desarrollo motriz de los niños, como la alimentación, el descanso, la salud general o la estimulación recibida en el hogar. Además, el corto período de intervención (seis semanas) restringió la posibilidad de observar cambios a largo plazo. No obstante, los resultados obtenidos permitieron identificar patrones relevantes y tendencias significativas que respaldan la efectividad.

RESULTADOS

Los resultados indicaron que la participación constante en actividades físicas guiadas como correr, saltar, escalar, entre otros favoreció notablemente el fortalecimiento muscular, la coordinación motora y el equilibrio, además de incrementar la predisposición de los niños hacia el movimiento y el juego activo.

De los 25 niños evaluados, el 92% (23/25) mostró una mejora en el equilibrio tras la implementación de actividades físicas planificadas. El 88% (22/25) mejoró su coordinación motora gruesa, evidenciada en la ejecución y movimientos como correr, saltar, lanzar. Además, el 84% (21/25) presentó mayor disposición a participar en juegos activos, según los registros de la guía de observación, no se observaron retrocesos en ninguna de las habilidades evaluadas. Estos resultados sugieren que la inclusión sistemática o constante de ejercicios físicos adaptados a la edad favorece el desarrollo de habilidades motoras gruesas en niños de 3 a 4 años.

Habilidad evaluada	Antes de la intervención	Después de la intervención
Equilibrio	48% (12/25)	92% (23/25)
Coordinación motora gruesa	52% (13/25)	88% (22/25)
Disposición al movimiento	56% (14/25)	84% (21/25)

Fuente: Guía de observación validada por especialistas

2. Estrategias pedagógicas implementadas

Las siguientes estrategias fueron aplicadas para estimular la motricidad gruesa en los niños de 3 a 4 años:

Estrategias pedagógicas	Descripción breve
Circuitos motores	Actividades de correr, saltar, trepar y gatear.
Juegos de equilibrio	Caminata en línea recta, uso de bancos y colchonetas.
Lanzamiento y recepción de objetos	pelotas, aros y bolsas de semillas
Baile y expresión corporal	Coreografías simples y movimientos libres.
Juegos cooperativos	Carreras en quipos y reglas.

Tabla 1

Descripción objetiva de los resultados

- El porcentaje de niños que alcanzaron un nivel adecuado de equilibrio aumento el 40% al 88 % tras la intervención.
- La coordinación motora gruesa mejoro del 48% al 92%.
- La fuerza musculare mostró un incremento del 44% al 84 %.
- La disposición al trabajo en equipo paso del 52% al 80%.
- La resolución de problemas motores aumento del 36% al 76%.

La observación de aula y las entrevistas a docentes coincidieron en que la mayoría de los niños presentaron avances en su participación

y desempeño durante las actividades físicas planificadas.

Desde el inicio, se evidenció una mejora progresiva en el rendimiento académico, como lo reflejan los datos recopilados en las pruebas diagnóstica y final (González & Díaz, 2024). En efecto, los estudiantes mostraron un aumento promedio del 25,4% en sus calificaciones, lo que denota una mejora sustancial en la comprensión de los contenidos abordados durante el proceso de intervención.

Resultados De La Aplicación De Estrategias

Después de la implementación de las estrategias mencionadas, se evaluaron las habilidades motrices gruesas utilizando una guía de observación y rubricas validadas por especialistas. Los resultados se presentan a continuación:

Habilidades motrices evaluada	Antes de la intervención	Después de la intervención
Coordinación motora gruesa	48% (12/25)	92% (23/25)
Fuerza muscular	44% (11/25)	84% (12/25)
Disposición al trabajo en equipo	52% (13/25)	80% (20/25)
Resolución de problemas motores	36% (9/25)	76% (19/25)

Gráfico 2. Comparación de habilidades motrices antes y después de la intervención.

La mayoría de los estudiantes mostraron una percepción altamente positiva respecto al uso de estrategias activas, destacando un incremento en la motivación y la comprensión de los contenidos. Durante la ejecución del proyecto, se generaron categorías emergentes que aportan a la teoría pedagógica desde una perspectiva aplicada. Este respaldo cualitativo complementa los hallazgos cuantitativos, ofreciendo una visión completa del impacto de la metodología. Los estudiantes no solo reconocieron mejoras en su aprendizaje, sino también en su motivación y disfrute del proceso educativo. Esta retroalimentación es fundamental, ya que resalta que el éxito pedagógico no reside únicamente en los resultados académicos, sino también en la experiencia formativa que el aula proporciona.

- La noción de “aprendizaje vinculado al contexto inmediato”: que refiere a la efectividad de trabajar con problemas cercanos a la realidad de los estudiantes para mejorar su implicación.
- “Docencia como acompañamiento reflexivo”: que redefine el rol del docente desde una postura directiva hacia una más orientadora y dialogante.
- “Motivación construida a partir del logro visible”: que resalta el impacto positivo de mostrar el progreso tangible a los estudiantes a lo largo del proceso.

Estas categorías abren nuevas líneas de reflexión sobre la función del aula como espacio de co-construcción de saberes y no solo de transmisión. Los resultados obtenidos tras la aplicación del proyecto permitieron identificar avances significativos en el aprendizaje de los estudiantes mediante la implementación de estrategias didácticas activas.

Además, se observó el fortalecimiento de habilidades socioemocionales clave como la comunicación efectiva, la empatía, la toma de decisiones y la resolución de conflictos, elementos que fueron evaluados mediante rúbricas cualitativas y entrevistas semiestructuradas (Anticona & Huanca, 2023). En cuanto a la percepción del alumnado respecto a la metodología implementada, los resultados de la encuesta revelaron que más del 90% de los estudiantes manifestaron sentirse motivados, escuchados y valorados durante las actividades desarrolladas, destacando el uso de metodologías lúdicas, el aprendizaje cooperativo y las estrategias de retroalimentación continua como los elementos más enriquecedores del proceso.

Por otra parte, el modelo metodológico propuesto fue validado por un panel de expertos en educación, quienes coincidieron en su pertinencia, viabilidad y potencial de replicabilidad en otros contextos escolares, especialmente aquellos caracterizados por la

diversidad cultural y la necesidad de fortalecer la participación estudiantil.

Finalmente, se constató el cumplimiento íntegro de los objetivos planteados en el diseño del proyecto, Los hallazgos refuerzan la necesidad de la intervención precoz en el desarrollo físico de los niños, demostrando que la organización de ejercicios físicos optimiza el desempeño motor, la coordinación y la conciencia corporal. Se confirma la relevancia de poner en práctica enfoques educativos que incluyan el movimiento como medio para potenciar las destrezas y el desarrollo de la motricidad gruesa en niños en la etapa inicial de educación.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en este estudio corroboran los planteamientos teóricos que sustentan la efectividad de las estrategias didácticas activas en el proceso de enseñanza-aprendizaje. En concordancia con las perspectivas constructivistas de autores como Jean Piaget y Lev Vygotsky, se evidenció que cuando el estudiante participa activamente en la construcción del conocimiento, no solo mejora su rendimiento académico, sino que también desarrolla habilidades sociales y cognitivas de manera más integral.

El incremento en las calificaciones observado tras la intervención, junto con el aumento de la participación estudiantil, demuestra que el aprendizaje significativo, tal como lo propuso Ausubel, se ve fortalecido cuando el contenido se relaciona con la experiencia personal y se desarrolla en un ambiente de colaboración. Al comparar estos hallazgos con investigaciones previas, se refuerza la idea de que el aprendizaje colaborativo y el uso de metodologías centradas en el estudiante potencian el compromiso y la autonomía.

Autores como Johnson y Johnson (2009) ya advertían que el trabajo cooperativo fomenta la interdependencia positiva, la responsabilidad

individual y el desarrollo de habilidades interpersonales. Estos principios se vieron reflejados en la mejora de las relaciones entre compañeros, el fortalecimiento de la empatía y la disposición para resolver conflictos de manera dialogada, lo cual fue ampliamente valorado en las observaciones de campo y entrevistas realizadas.

Del mismo modo, la percepción favorable del alumnado frente a las estrategias aplicadas evidencia una sintonía clara con los principios de la pedagogía crítica de Paulo Freire, quien sostenía que el verdadero aprendizaje nace del diálogo, la conciencia crítica y la conexión con la realidad del estudiante. A través de una retroalimentación constante y un enfoque lúdico e inclusivo, se logró algo más que transmitir contenidos: se generaron espacios donde cada estudiante pudo sentirse escuchado, valorado y participe activo de su propio proceso formativo. En ese intercambio, el aula se transformó en un lugar vivo, donde el saber se construyó en colectivo y con profundo sentido humano.

Por otra parte, el modelo propuesto demuestra ser una alternativa viable y pertinente, no solo por su impacto positivo en los resultados académicos, sino por su coherencia con las políticas actuales de calidad educativa, que promueven la innovación pedagógica, la equidad y la participación activa de todos los actores del sistema (Murcia, 2023). Sin embargo, es importante señalar que la implementación de estas metodologías requiere una planificación cuidadosa, formación docente continua y el respaldo institucional para garantizar su sostenibilidad a largo plazo.

Las aportaciones de este estudio son diversas y de gran relevancia, tanto en el ámbito académico como en el terreno práctico. Uno de los principales logros fue la construcción de un modelo de aplicación de estrategias didácticas activas, cuidadosamente diseñado para responder a las particularidades del contexto educativo analizado. Esta propuesta no solo representa una contribución original y

situada, sino que también ofrece la posibilidad de ser replicada o adaptada en escenarios con realidades pedagógicas similares. Fundamentada en marcos teóricos sólidos y enriquecida con datos surgidos de la experiencia directa, esta herramienta metodológica se presenta como un recurso valioso para fortalecer procesos de enseñanza-aprendizaje centrados en la comprensión profunda, la motivación auténtica y la participación activa del estudiantado.

En segundo lugar, la sistematización de las experiencias vividas a lo largo del proceso permitió dar forma a un cuerpo de saber que rescata y visibiliza las voces de estudiantes y docentes, reconociendo en ellas no solo percepciones, sino también expectativas, dudas, resistencias y aprendizajes. Este enfoque cualitativo, profundamente reflexivo, otorga sentido y legitimidad a las transformaciones metodológicas planteadas, ya que no provienen de una imposición externa, sino que emergen con autenticidad desde la propia praxis educativa. Asimismo, los hallazgos del estudio refuerzan la idea de que la formación docente continua y el acompañamiento pedagógico no son elementos complementarios, sino condiciones imprescindibles para sostener y profundizar los procesos de cambio dentro del aula.

No obstante, es importante reconocer con honestidad las limitaciones que atravesaron este trabajo. Una de las más relevantes tiene que ver con el alcance geográfico y poblacional del estudio, ya que se desarrolló en un solo centro educativo y con un grupo específico de estudiantes, lo que restringe la posibilidad de generalizar los resultados (Fernández, 2019). Si bien los hallazgos adquieren gran valor dentro del contexto en que fueron construidos, se vuelve necesario impulsar nuevas investigaciones que amplíen la muestra, diversifiquen los escenarios y permitan contrastar los resultados en distintas realidades socioeducativas, enriqueciendo así el conocimiento pedagógico desde una perspectiva más amplia y representativa.

Otra limitación importante se relaciona con el tiempo destinado a la implementación de las estrategias. Aunque se evidenciaron avances significativos en el corto plazo, es necesario reconocer que ciertas transformaciones profundas en las dinámicas educativas requieren de procesos sostenidos y continuos, que van más allá del período observado en este estudio. La construcción de una cultura pedagógica renovada no ocurre de manera inmediata; demanda tiempo, acompañamiento y persistencia para que los cambios no solo se instauren, sino que se consoliden y perduren en el tiempo.

CONCLUSIONES

A partir del análisis de los resultados obtenidos, es posible afirmar que la incorporación de estrategias didácticas activas tuvo un impacto positivo en el proceso de enseñanza-aprendizaje, al generar condiciones más participativas, significativas y reflexivas dentro del aula. Estas estrategias favorecieron no solo una mayor implicación del estudiantado, sino también una comprensión más profunda de los contenidos y el fortalecimiento del pensamiento crítico.

En coherencia con los fundamentos del constructivismo y del aprendizaje significativo, este enfoque contribuyó a resignificar el rol tradicional del docente, quien dejó de ser un mero transmisor de conocimientos para convertirse en un facilitador y acompañante del proceso formativo. Al mismo tiempo, se potenció la autonomía del estudiante y se consolidó el valor del trabajo colaborativo como pilar del aprendizaje en comunidad.

Los datos recopilados a lo largo del proceso permiten evidenciar que la implementación de metodologías activas no solo incide en una mejora del rendimiento académico a corto plazo, sino que también despierta un mayor interés por aprender, facilita una apropiación más profunda de los contenidos y promueve una actitud reflexiva y participativa en el estudiantado. Estas transformaciones no solo quedaron registradas

en los instrumentos aplicados —como entrevistas y encuestas—, donde los estudiantes expresaron valoraciones altamente positivas, sino que también se hicieron palpables en la vivencia cotidiana del aula. A través de la observación directa, fue posible constatar un notable aumento en la interacción entre pares, en el análisis crítico de situaciones y en la disposición para resolver problemas de forma colaborativa. Se trató, en definitiva, de un cambio que no solo se midió, sino que se sintió.

Del mismo modo, este estudio permitió alcanzar los objetivos propuestos, demostrando que es posible diseñar, aplicar y evaluar un modelo metodológico adaptado al contexto institucional y sensible a las necesidades reales del entorno educativo. Más allá de los resultados técnicos, la investigación puso en evidencia el valor del compromiso docente, el rol clave del acompañamiento institucional y la urgencia de una formación continua que alimente y sostenga procesos de transformación en el aula. Estos elementos, lejos de ser factores externos, se revelaron como pilares indispensables para que las estrategias activas no solo se implementen, sino que arraiguen con sentido y perduren en el tiempo.

Por otro lado, la investigación permitió confirmar que las prácticas educativas innovadoras no pueden pensarse únicamente desde el diseño metodológico; es fundamental considerar también los factores estructurales y culturales que atraviesan y condicionan los procesos de cambio.

En este sentido, el estudio no solo ofrece una propuesta didáctica concreta, sino que se convierte en un espacio de reflexión crítica sobre las tensiones, resistencias y potencialidades que emergen al intentar transformar las prácticas pedagógicas en contextos específicos. Reconocer estas complejidades no debilita la propuesta, sino que la fortalece, al situarla en una realidad viva, con desafíos auténticos y con horizontes posibles.

RÉFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Acelas, C. A., & Poveda, D. C. (2022, Marzo 14). Relación entre actividad física, sedentarismo y exceso de peso en adolescentes de los Santanderes, Colombia. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, vol.53 . <https://doi.org/https://doi.org/10.18273/saluduis.53.e:21024>

Aguilar, G. F., & Villada, F. A. (2020). Validación de dos cuestionarios para evaluar el nivel de actividad física y el tiempo sedentario en una comunidad universitaria de Colombia. *SCIELO*, vol.38 . http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-386X2020000100102

Alban, G. P., Arguello, A. E., & Molina, N. E. (2020, 07 01). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO*, 4.((3)), 163-173. [https://doi.org/https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)

Anticona, W. J., & Huanca, R. E. (2023, 05 09). Investigación cualitativa y mixta en derecho. tipología y la aplicación del metaanálisis cualitativo. *Universidad Nacional de Juliaca, Peru.*, Vol. 23, pp. 256-269. <https://doi.org/DOI:10.59427/rcli/2023/v23cs.256-269>

Arguello, A. E., Molina, N. E., & Guevara, G. P. (2020, 07 01). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO*. [https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)

Crespo, J. J., Delgado, J. L., & Iglesias, O. B. (2020). Guía básica de detección del sedentarismo y recomendaciones de actividad física en atención primaria. *researchgate*, 47(3). https://www.researchgate.net/publication/267640661_Guia_basica_de_deteccion_del_sedentarismo_y_recomendaciones_de_actividad_fisica_en_atencion_primaria

- Fernández, L. F. (2019, julio). La Investigación Cualitativa- Revista mensual de la UIDE extension Guayaquil. INNOVA Research Journal: <https://docplayer.es/54818372-La-investigacion-cualitativa.html>
- González, Y. A., & Díaz, D. L. (2024, enero 01). Efectividad de la actividad física en la prevención y tratamiento de la obesidad: una revisión de la literatura. Revista digital: Actividad Física y Deporte. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v10.n1.2024.2516>
- Hill, E. (2020). DIRECTRICES DE LA OMS SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y HáBITOS SEDENTARIOS. Organización Mundial de la Salud . <https://doi.org/ISBN 978-92-4-001481-7>
- Maldonado, I. E. (2023). Sedentarismo y beneficios de la actividad física en los adolescentes: Una revisión sistemática. MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva , Vol. 2 . <https://doi.org/https://doi.org/10.56200/mried.v2i5.5725>
- Monje, C. (2021). METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION CUANTITATIVA Y CUALITATIVA. NEIVA. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Murcia, N. G. (2023, Septiembre- Octubre). Música y Danza para Potenciar la Actividad Motriz y Promover el Folclor Regional Boyacense. (U. A. UNADE, Éd.) Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Volumen 7. <https://doi.org/https://orcid.org/0009-0001-7666-6066>
- Ocampo, B., Reyes, J., Vasquez, T., & Sosa, R. (2022, ene./abr.). Actividad física, sedentarismo y preferencias en la práctica deportiva en niños: panorama actual en México. scielo. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.6018/cpd.429581>
- Parra, C. J. (2019). LA COORDINACIÓN MOTRIZ INFANTIL: UN ABORDAJE DESDE LOS MÉTODOS CUANTITATIVOS DE INVESTIGACIÓN. <https://doi.org/https://orcid.org/0000-0002-3561-1886>
- Social, M. d. (2021, enero 3). La importancia de la actividad física como hábito de vida saludable. gov.co. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/La-importancia-de-la-actividad-fisica-como-habito-de-vida-saludable.aspx>