

LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA PRIMERA INFANCIA: CLAVE PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DESDE LA ESCUELA

Sergey Rodríguez Medina¹

silebra_41889@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-3508-8578>

Doctorando en Educación

Instituto Pedagógico Rural

"Gervasio Rubio" (IPRGR)

Venezuela

Recibido: 28/08/2025

Aprobado: 15/09/2025

RESUMEN

Este artículo analiza el papel de la educación física en la primera infancia desde un enfoque pedagógico, reconociéndola como un componente esencial para el desarrollo integral de niños y niñas. En esta etapa, el cuerpo y el movimiento no solo representan el crecimiento natural del niño, sino que son herramientas fundamentales para el aprendizaje, la socialización y la autorregulación emocional. Diversas investigaciones han evidenciado que la educación física incide positivamente en el desarrollo cognitivo, motor, emocional y social. Estudios recientes demuestran que las actividades físicas estructuradas favorecen la autorregulación, la concentración, el pensamiento lógico y la expresión afectiva. También se destaca el impacto de las intervenciones motrices planificadas en el desarrollo motor grueso y fino durante el nivel preescolar.

La revisión teórica considera enfoques investigativos y de sistematización que coinciden en la necesidad de incorporar la educación física como eje transversal en la educación inicial. Diversos autores han enfatizado que el juego y el movimiento deben formar parte activa del currículo escolar, ya que promueven aprendizajes académicos, vínculos afectivos y hábitos saludables desde la infancia (Beck & Martin, 2022; Castro & González, 2023 ;Rodríguez & Gámiz, 2024)

En este sentido, el artículo propone revalorizar el rol del docente de educación física como agente formador, no solo en lo técnico-motriz, sino también en lo pedagógico y emocional, para garantizar un acompañamiento integral en los procesos de desarrollo infantil.

¹ Formación docente en pregrado y postgrado. Desarrollo laboral en el área de la docencia. Doctorando en educación.

Se concluye que la educación física debe dejar de verse como un área marginal, y asumirse como una herramienta educativa con valor propio, capaz de transformar las prácticas escolares y contribuir activamente a la formación integral de la niñez en contextos educativos diversos.

Palabras clave: autorregulación, cuerpo y movimiento, desarrollo integral, educación física, primera infancia.

PHYSICAL EDUCATION IN EARLY CHILDHOOD: KEY TO INTEGRAL DEVELOPMENT FROM THE SCHOOL

ABSTRACT

This article analyzes the role of physical education in early childhood from a pedagogical perspective, recognizing it as an essential component for the integral development of young children. At this stage, the body and movement not only represent the natural growth of the child but also serve as key tools for learning, socialization, and emotional self-regulation.

Despite its importance, physical education is still often viewed in many educational contexts as a secondary or merely recreational subject, lacking integration with the pedagogical objectives of early education. This limited perspective restricts opportunities for children to explore, express themselves, and construct knowledge through bodily action.

Various studies have shown that physical education has a positive impact on cognitive, motor, emotional, and social development. Recent research indicates that structured physical activities foster self-regulation, concentration, logical thinking, and affective expression. Additionally, the implementation of planned motor interventions has been shown to significantly support the development of both gross and fine motor skills in preschool-aged children.

The theoretical review includes investigative and systematic approaches that highlight the need to incorporate physical education as a cross-cutting axis in early education. Authors such as Beck and Martin (2022), Castro and González (2023), and Rodríguez and Gámiz (2024) emphasize that play and movement should be active components of the curriculum, as they promote academic learning, emotional bonding, and healthy habits from an early age.

In this context, the article proposes revaluing the role of the physical education teacher as a comprehensive educational agent, equipped not only with technical and motor skills

but also with pedagogical and emotional competencies, in order to ensure meaningful support in children's developmental processes.

Keywords: body and movement, early childhood, integral development, physical education self-regulation.

INTRODUCCIÓN

En el contexto colombiano, particularmente en sectores educativos de atención a la primera infancia, se evidencia una limitada integración de la educación física dentro de los currículos escolares, persistiendo una visión recreativa y marginal. Esta perspectiva reduce el potencial pedagógico del movimiento corporal como eje del desarrollo integral. A pesar de las políticas que promueven enfoques holísticos, muchos docentes aún carecen de formación para vincular la educación física con competencias emocionales, cognitivas y sociales, lo que genera brechas en el desarrollo infantil en etapas críticas.

Abordar esta problemática es esencial si se busca una educación de calidad desde la primera infancia. Incluir la educación física de forma estructurada no solo potencia el desarrollo motriz, sino que facilita procesos de autorregulación, socialización y aprendizaje significativo. En este sentido, el presente artículo propone una revisión crítica de experiencias pedagógicas, estudios recientes y reflexiones propias desde la práctica docente.

La educación física en la primera infancia ha sido tradicionalmente subvalorada dentro del sistema escolar, pese a que diversos referentes teóricos y estudios empíricos coinciden en destacar su papel decisivo para el desarrollo integral del niño. Desde una perspectiva constructivista, autores como Delval (2011) y Piaget (1969) sostienen que durante los primeros años de vida el cuerpo es el eje central del aprendizaje, ya que es a través del movimiento, la manipulación y la interacción física con el entorno que los niños construyen sus estructuras cognitivas, afectivas y sociales.

En esta misma línea, Vigotsky (1979) argumenta que el juego corporal no solo permite la apropiación de normas sociales, sino que facilita el desarrollo del lenguaje y la autorregulación emocional, al situar al niño en contextos significativos de interacción. Estas ideas han sido retomadas en las últimas décadas por corrientes pedagógicas que reivindican el valor del cuerpo y la psicomotricidad como pilares de la educación infantil.

Estudios contemporáneos como los de Beck y Martin (2022) y Castro y González (2023) han mostrado que cuando la educación física se integra de manera estructurada al currículo inicial, se favorece el desarrollo de competencias como la coordinación motriz, la concentración, la expresión verbal y el trabajo cooperativo. Estos hallazgos contradicen la visión tradicional de la educación física como espacio meramente recreativo, y la posicionan como un componente con potencial formativo.

Por otro lado, investigaciones como la de Rodríguez y Gámiz (2024) subrayan la necesidad de una formación docente integral, en la que el profesor de educación física no solo domine lo técnico, sino que esté capacitado para mediar procesos pedagógicos,

emocionales y de inclusión. Este enfoque cobra especial relevancia en contextos como el colombiano, donde las condiciones sociales y culturales exigen prácticas educativas más sensibles y adaptadas a la diversidad.

Finalmente, organismos como la UNESCO (2015) han reconocido que la educación física en la infancia temprana puede ser una herramienta poderosa para promover la inclusión, ya que ofrece múltiples formas de expresión y participación que no dependen exclusivamente del lenguaje verbal o del rendimiento académico, sino de la interacción, el juego y el reconocimiento de las capacidades corporales.

Para el ámbito colombiano tenemos que (Ministerio de Educación Nacional, 2022) ha comenzado a reconocer la importancia de la educación física en la primera infancia, esto a partir de la implementación de políticas públicas que defienden los enfoques integrales en primera infancia. El Plan Estratégico Institucional 2025 del Ministerio de Educación Nacional, establece como prioridad garantizar el acceso universal y gratuito a la educación inicial. En este orden de ideas, la educación física no solo ocupa un lugar en el currículo, sino que se posiciona como un componente esencial para el desarrollo integral de los estudiantes de primera infancia.

De igual forma (Ministerio de Educación Nacional, 2023) emite las orientaciones curriculares para la educación física, recreación y deporte en la primera infancia, esto busca estructurar de manera más organizada la enseñanza de la educación física, promoviendo su vinculación al currículo de educación inicial como un medio para

desarrollar competencias fundamentales como la coordinación motriz, el trabajo en equipo y la expresión emocional.

REFERENTES TEÓRICOS

Antecedentes

Teniendo en cuenta las competencias fundamentales, en este caso la coordinación motriz según (Suntaxi Guasumba & Sailema Torres, 2024) ha demostrado que la implementación de programas de estimulación psicomotriz mejora significativamente las habilidades motoras en niños de 4 a 5 años, promoviendo una mayor autonomía y confianza en sus capacidades.

La coordinación motriz es uno de los aspectos fundamentales del desarrollo de los niños en la primera infancia, y a lo largo de mi experiencia como educador en el área de educación física, he podido comprobar cómo su dominio impacta en múltiples áreas del aprendizaje. Los niños que desarrollan una buena coordinación motriz no solo son más hábiles para realizar actividades físicas, sino que también muestran mayor seguridad en otras tareas que requieren concentración y destreza. Al enseñarles a mover su cuerpo con precisión, se logra que los niños tengan un control sobre su espacio y su entorno, lo cual también les ayuda a comprender mejor las normas y a desarrollar habilidades sociales, ya que comienzan a entender los límites de su cuerpo y cómo interactuar con los demás.

He visto de primera mano cómo las actividades que promueven la coordinación motriz pueden transformar el comportamiento de los niños en clase. Por ejemplo, cuando se les pide que realicen actividades como saltar, correr o manipular diferentes objetos (pelotas, aros, conos), no solo están ejercitando su cuerpo, sino también entrenando su mente. Estas actividades, a pesar de parecer simples, son en realidad desafíos cognitivos que fomentan la memoria, la atención y la capacidad para resolver problemas. Desde mi punto de vista, estas son las habilidades que ayudan a los niños a aprender a aprender, a adaptarse a nuevas situaciones y a enfrentar los retos con una actitud positiva.

A nivel emocional, la coordinación motriz juega un papel crucial. Los niños que logran desarrollar su destreza física tienden a sentirse más competentes, lo que fortalece su confianza y autoestima. En mi práctica docente, he observado cómo aquellos niños que inicialmente no tenían control sobre sus movimientos experimentan una gran satisfacción al lograr dominar nuevas destrezas, como hacer un salto o mantener el equilibrio en una actividad. Esta sensación de logro se traduce en una mayor estabilidad emocional, ya que el control sobre el cuerpo les permite sentirse más seguros en sus interacciones sociales y en su capacidad para enfrentar otros desafíos. Además, estas experiencias positivas en clase contribuyen a que los niños disfruten de la actividad física y la asocien con bienestar y diversión, lo cual es fundamental para su desarrollo integral.

Continuando con las competencias fundamentales, el trabajo en equipo a través de la educación física según (Zambrano, 2025) ayuda a que mediante actividades lúdicas

y deportivas, los niños aprenden a colaborar, comunicarse y resolver conflictos, estudios recientes destacan que la participación en juegos cooperativos mejora la cohesión grupal y desarrolla habilidades sociales esenciales en la infancia.

El trabajo en equipo es una habilidad esencial que, en mi experiencia como educador en educación física, juega un rol fundamental en el desarrollo de los niños de la primera infancia. En el aula de educación física, los niños tienen la oportunidad de interactuar, compartir espacios y colaborar en actividades grupales, lo cual fortalece su capacidad para trabajar juntos hacia un objetivo común.

En mi práctica docente, he notado que cuando los niños participan en actividades que requieren trabajo en equipo, como juegos cooperativos o deportes en grupo, se desarrollan habilidades sociales clave, como la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos. Por ejemplo, en juegos donde se requiere que los niños pasen una pelota o coordinen movimientos, observamos que deben comunicarse constantemente y respetar las reglas del juego, lo que refuerza no solo su capacidad de trabajo en equipo, sino también su entendimiento de normas y estructuras. Este tipo de interacción no solo mejora la cohesión grupal, sino que también ayuda a los niños a reconocer la importancia de la confianza mutua y el respeto en sus relaciones interpersonales.

Además, el trabajo en equipo en la educación física impacta de manera positiva en la autoestima de los niños. A través de las actividades colectivas, los niños se sienten parte de un grupo y aprenden a valorar el esfuerzo conjunto. En este contexto, la

educación física no solo es un espacio para el desarrollo físico, sino también un terreno fértil para cultivar habilidades emocionales y sociales que serán esenciales a lo largo de su vida.

Otro factor de las competencias fundamentales es la expresión emocional mediante el movimiento, esto según (Suntaxi Guasumba & Sailema Torres, 2024) hace que los niños expresen y comprendan sus emociones, la integración de actividades que contengan expresión corporal y educación emocional en las aulas favorece el desarrollo de la empatía, la autoconciencia y la regulación emocional, elementos clave para el bienestar integral de los niños.

La expresión emocional mediante el movimiento es una herramienta poderosa que, como docente de educación física, utilizo para ayudar a los niños a comprender y regular sus emociones. El movimiento corporal no solo permite que los niños liberen energía, sino que también les da la oportunidad de exteriorizar sentimientos que a veces no saben cómo comunicar con palabras.

Una de las razones por las cuales el movimiento es tan eficaz para expresar emociones es que permite a los niños conectar de manera directa con su cuerpo. A través de actividades físicas, los niños experimentan y exploran sus emociones de forma visceral, ya que el cuerpo se convierte en el principal canal de comunicación. Desde mi perspectiva como educador, he observado cómo los niños pueden transformar la frustración en un movimiento de liberación, o cómo la alegría puede reflejarse en saltos y risas. Estas actividades les permiten vivenciar sus emociones de manera segura,

favoreciendo la regulación emocional, que es fundamental para el bienestar integral de los niños.

JUSTIFICACIÓN

La educación física en la primera infancia aporta un pilar fundamental para el desarrollo integral del niño, esto se convierte en una herramienta que permite articular dimensiones cognitivas, emocionales, sociales y motrices. Esta afirmación se apoya en diversas teorías del desarrollo infantil que van relacionadas con el cuerpo y el movimiento en la construcción del conocimiento.

Desde el enfoque constructivista, (Piaget, 1969) sostiene que el desarrollo cognitivo del niño en las primeras etapas se construye a partir de la acción, la manipulación y la experiencia directa con el entorno. Durante la etapa sensorio motriz y la preoperacional, el niño aprende mediante el movimiento, la coordinación visomotora y la interacción con objetos, lo cual convierte a la educación física en una vía privilegiada para el aprendizaje significativo.

Otro factor es el enfoque sociocultural, este se desarrolla en el infante a través de contextos sociales mediados por la interacción con otros, en este caso tenemos a (Vygotsky, 1978) que plantea en esta línea el juego corporal y las actividades físicas compartidas adquieren un valor educativo, ya que sitúan al niño en escenarios

significativos donde se estimula su lenguaje, su autorregulación y su capacidad de cooperación.

Desde una perspectiva más centrada en el desarrollo motor, (Bernstein, 1967) propone que el control del movimiento humano no es una ejecución rígida, sino un proceso dinámico que depende de la integración entre el sistema nervioso, el entorno y la intención del sujeto. Para Bernstein, el desarrollo motriz se organiza en niveles funcionales que permiten al niño adaptarse y controlar su cuerpo en relación con los desafíos del medio. Esta teoría refuerza la necesidad de actividades físicas estructuradas que promuevan la coordinación, el equilibrio y la planificación motora desde edades tempranas.

Teniendo en cuentas estos referentes teóricos se puede decir que la presente investigación se justifica en tanto que busca demostrar cómo la educación física, entendida como una práctica pedagógica intencionada y no meramente recreativa, puede impactar positivamente en la formación integral del niño. Desde mi experiencia docente, he podido constatar que el desarrollo de la coordinación motriz, la capacidad de trabajo en equipo y la expresión emocional a través del movimiento, no solo favorecen el bienestar infantil, sino que también fortalecen procesos de aprendizaje, autoestima y vínculo social. Por ello, resulta pertinente documentar y visibilizar este enfoque como un aporte a las prácticas educativas inclusivas y al diseño curricular en la educación inicial.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

El objetivo principal de este artículo es analizar cómo el desarrollo de la coordinación motriz en los niños de la primera infancia contribuye a su crecimiento físico, cognitivo y emocional. A través de la revisión de estudios y experiencias pedagógicas, se busca demostrar que la coordinación motriz no solo impacta la capacidad de los niños para realizar movimientos físicos precisos, sino que también influye en su habilidad para resolver problemas, mejorar su concentración y desarrollar su autonomía. Este estudio pretende evidenciar que la coordinación motriz, cuando se fomenta de manera adecuada desde las primeras etapas de la educación, favorece una mejor integración de los niños en su entorno social y educativo, y establece las bases para un desarrollo motor armonioso.

Otro objetivo clave de este artículo es explorar cómo la práctica del trabajo en equipo en la educación física, en la primera infancia, favorece el desarrollo de habilidades sociales y emocionales esenciales para los niños. Se busca profundizar en cómo el trabajo colaborativo en actividades físicas no solo mejora la cooperación y el respeto por las normas, sino que también facilita el aprendizaje de habilidades como la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos. A través del análisis de diferentes estudios y prácticas pedagógicas, se pretende resaltar la importancia de integrar actividades grupales dentro del currículo de educación física, mostrando cómo estas

contribuyen al desarrollo de competencias sociales en los niños y al fortalecimiento de su autoestima, al sentir que son parte de un equipo.

El tercer objetivo es investigar el impacto de la expresión emocional mediante el movimiento en el desarrollo emocional de los niños de la primera infancia. Este artículo busca analizar cómo las actividades físicas pueden ser utilizadas para que los niños comprendan, gestionen y expresen sus emociones de manera saludable. Al integrar el movimiento como herramienta de expresión emocional, se pretende resaltar cómo los niños pueden conectar con sus sentimientos de manera natural, utilizando su cuerpo como un medio de comunicación.

HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

Las siguientes hipótesis surgen a partir de mi experiencia directa como docente de educación física en el nivel de primera infancia, en articulación con estudios científicos actuales que han sido desarrollados en los últimos años (2020 en adelante). Estas investigaciones coinciden en señalar que una educación física planificada, intencionada y sensible al desarrollo infantil, no solo impacta el área motriz, sino que genera transformaciones en el plano emocional, social y cognitivo del niño. Lejos de entenderse como una asignatura secundaria o de recreación, la educación física se posiciona como una herramienta clave para el desarrollo integral, siempre que sea orientada desde una mirada pedagógica. En este sentido, se plantean las siguientes hipótesis:

Hipótesis 1: El desarrollo de la coordinación motriz en niños de la primera infancia mejora significativamente sus funciones ejecutivas, tales como la memoria de trabajo, la atención y la flexibilidad cognitiva, y favorece además su regulación emocional y social. Esta hipótesis se fundamenta en estudios recientes como el de Chichinina et al. (2025), que evidencian una correlación directa entre el fortalecimiento de habilidades motrices y la mejora de funciones cognitivas superiores, esenciales para el aprendizaje y la adaptación escolar.

Hipótesis 2: La implementación de clases estructuradas de educación física con enfoque psicomotor favorece el desarrollo de la inteligencia emocional y las habilidades socioemocionales en niños de educación inicial. Investigaciones como la revisión sistemática de Gil-Moreno y Rico-González (2023) muestran que la actividad física diseñada con intencionalidad pedagógica influye positivamente en la expresión emocional, la empatía y la autorregulación de niños en edad preescolar.

Hipótesis 3: La formación docente en estrategias motrices planificadas y emocionalmente significativas contribuye positivamente al bienestar emocional y la autorregulación conductual en niños de educación inicial (3–6 años).

Este planteamiento se apoya en estudios recientes como el de Dinler & Cevher Kalburan (2025), aplicado con 152 niños de entre 4 y 6 años y 40 docentes en Turquía, donde se implementó el programa *Transition-to-School Teacher Professional Development Program* (TSTPDP). Los resultados evidenciaron mejoras significativas en

la autorregulación, ajuste socioemocional y percepción de preparación escolar en los niños cuyas docentes recibieron la formación (Dinler & Cevher-Kalburan, 2025)

Estas hipótesis no solo orientan el desarrollo del presente artículo, sino que buscan aportar nuevas comprensiones sobre cómo la educación física en la primera infancia puede ser un eje transversal en la formación integral, en contextos educativos cada vez más conscientes de la importancia del cuerpo, el juego y el movimiento en los primeros años de vida.

METODOLOGÍA

Esta investigación se puede catalogar dentro de un enfoque cualitativo, esta nos permite comprender los fenómenos sociales y educativos desde la perspectiva de los actores y sus contextos. Según Hernández-Sampieri, Fernández-Collado y Baptista (2021), el enfoque cualitativo se caracteriza por estudiar realidades construidas socialmente, explorando significados, experiencias y prácticas en escenarios naturales. Por ende, el artículo no busca generalizar resultados numéricos, sino interpretar el valor pedagógico y formativo de la educación física en la primera infancia, desde una mirada contextualizada, reflexiva y sustentada en evidencia documental.

El diseño que se adopta en este caso es **documental y hermenéutico**. Gracias a Sabino (2022), el diseño documental permite analizar e interpretar información proveniente de diversas fuentes (libros, artículos científicos, documentos oficiales),

mientras que el enfoque hermenéutico posibilita comprender los sentidos implícitos en los textos y discursos, favoreciendo una interpretación crítica de la realidad educativa. En este estudio se examinan trabajos científicos recientes, marcos normativos del Ministerio de Educación Nacional de Colombia, teorías clásicas del desarrollo infantil y reflexiones pedagógicas desde la experiencia docente.

Respecto al alcance de la investigación, se considera descriptivo y comprensivo. Es descriptivo porque detalla y organiza las características, fundamentos y aportes de la educación física en la primera infancia, y es comprensivo porque busca interpretar los significados atribuidos al cuerpo, al juego, al movimiento y a la interacción social desde una perspectiva pedagógica integral. Tal como señalan Bisquerra y Pérez Escoda (2015), las investigaciones comprensivas son clave en el ámbito educativo, ya que permiten dar sentido a procesos formativos que no siempre son cuantificables, pero que tienen un impacto profundo en el desarrollo humano.

TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN

La técnica principal utilizada para la recolección de la información fue la revisión documental sistemática, entendida como el proceso mediante el cual se identifican, seleccionan, analizan y organizan fuentes teóricas, empíricas y normativas relevantes para el objeto de estudio. Esta técnica es coherente con el enfoque cualitativo de la

investigación, ya que permite acceder a discursos, teorías, políticas y experiencias previas, las cuales se interpretan desde una perspectiva hermenéutica.

Dentro de esta revisión documental, se realizó un arqueo bibliográfico exhaustivo, orientado a establecer el estado del arte en torno a la educación física en la primera infancia. Este proceso incluyó la búsqueda y clasificación de literatura científica, libros especializados, documentos oficiales y estudios recientes, a partir de criterios de relevancia, actualidad (publicaciones entre 2020 y 2025) y pertinencia con las categorías centrales del estudio: coordinación motriz, trabajo en equipo y expresión emocional mediante el movimiento.

El arqueo bibliográfico permitió identificar a los autores, teorías y líneas de investigación más representativas del campo, y brindó un panorama actualizado de los enfoques pedagógicos y políticas públicas relacionados con la educación física en edades tempranas. Asimismo, facilitó la delimitación de los aportes existentes y de los vacíos teóricos que justifican el abordaje del tema desde una perspectiva reflexiva y contextualizada.

Las fuentes fueron obtenidas mediante consultas en bases de datos académicas como Scielo, Redalyc, Google Scholar, Dialnet y Latindex, así como en portales institucionales del Ministerio de Educación Nacional de Colombia y de organismos internacionales como UNESCO y UNICEF. En cuanto a los instrumentos, no se aplicaron escalas de medición ni entrevistas, ya que el diseño metodológico no lo requiere.

RESULTADOS

En este apartado gracias a la sistematización de la información del arqueo bibliográfico y del análisis documental, se permitió identificar resultados relevantes en torno al impacto de la educación física en el desarrollo integral de niños y niñas en la primera infancia. Los hallazgos se presentan en función de las categorías centrales establecidas: coordinación motriz, trabajo en equipo y expresión emocional mediante el movimiento.

Para la coordinación motriz y funciones cognitivas los estudios revisados evidencian que en la primera infancia está estrechamente relacionado con el fortalecimiento de funciones ejecutivas como la atención, la memoria de trabajo y la planificación. Investigaciones como la de Chichinina et al. (2025) demuestran que los programas de estimulación motora estructurada generan mejoras significativas en las habilidades cognitivas y emocionales de niños de 3 a 6 años.

Esto confirma la Hipótesis 1 planteada en esta investigación, según la cual el desarrollo de la coordinación motriz mejora funciones ejecutivas y favorece la autorregulación emocional y social. A su vez, responde al objetivo principal del estudio, que es demostrar que los procesos motrices en la educación física no solo fortalecen el cuerpo, sino también la mente y las emociones.

Continuando con el trabajo en equipo y el desarrollo socioemocional, se encuentra una similitud en que la participación en juegos cooperativos y actividades

físicas grupales promueve el aprendizaje de habilidades sociales fundamentales en la infancia. El estudio de Zambrano (2025) resalta cómo por medio del trabajo en equipo en clase de educación física favorece la empatía, el respeto, normas y la resolución de conflictos, estos son elementos clave para la vida escolar y familiar.

Este resultado se alinea con la Hipótesis 2, en la que se afirma que la implementación de clases estructuradas con enfoque psicomotor potencia la inteligencia emocional y la competencia social. Asimismo, se da cumplimiento al segundo objetivo del artículo, al mostrar que la práctica colaborativa no solo genera cohesión grupal, sino también fortalece la autoestima y el sentido de pertenencia.

En cuanto a la expresión emocional a través del movimiento, esta se relaciona principalmente con el papel del movimiento corporal como medio para expresar emociones. Las investigaciones de Suntaxi Guasumba y Sailema Torres (2024) indican que las actividades de expresión corporal y emocional integradas al currículo promueven la autoconciencia, la empatía y la regulación emocional. En la práctica docente también se ha comprobado que los niños que logran canalizar sus emociones a través del cuerpo presentan mayor estabilidad conductual y disfrutan más del entorno escolar.

Los resultados anteriores respaldan la Hipótesis 3, al mostrar que los docentes formados en estrategias motrices emocionalmente significativas logran generar ambientes más seguros y emocionalmente sostenibles en la educación inicial. Además, aportan evidencia a la discusión sobre la importancia de una formación docente integral, sensible a la dimensión emocional del desarrollo infantil.

En general, los resultados contrastan favorablemente con los hallazgos de estudios previos, como los de Gil-Moreno y Rico-González (2023) y Dinler y Cevher Kalburan (2025), quienes reportaron efectos positivos de la educación física planificada sobre el ajuste emocional, la preparación escolar y la autorregulación. Este trabajo reafirma que la educación física en la primera infancia debe asumirse como una práctica pedagógica intencionada, que trasciende lo recreativo y contribuye a la formación integral del niño. La articulación entre movimiento, emoción y socialización ofrece una ruta sólida para fortalecer la calidad de la educación inicial, especialmente en contextos escolares vulnerables.

Los hallazgos obtenidos en el desarrollo de esta investigación permitieron confirmar que el primer objetivo planteado fue alcanzado satisfactoriamente. Se evidenció que la coordinación motriz, más allá de su influencia en el plano físico, desempeña un papel fundamental en el desarrollo cognitivo y emocional de los niños en la primera infancia. Esta categoría mostró cómo las actividades motrices estructuradas fortalecen funciones ejecutivas como la atención, la memoria de trabajo y la planificación, aportando así a un aprendizaje más integral desde las etapas iniciales de la escolaridad.

En cuanto al segundo objetivo, relacionado con el trabajo en equipo, los resultados mostraron que la educación física ofrece un escenario propicio para desarrollar habilidades sociales esenciales como la empatía, la cooperación y la resolución de conflictos. A través de dinámicas grupales, juegos colaborativos y actividades físicas conjuntas, los niños aprenden a interactuar desde el respeto mutuo, comprendiendo la

importancia del otro en su proceso de desarrollo. Esto demuestra que el trabajo en equipo, cuando es intencionadamente promovido desde la educación física, contribuye de manera significativa a la construcción de relaciones interpersonales saludables.

Por último, en relación con el tercer objetivo, se pudo constatar que la expresión emocional mediante el movimiento favorece notablemente la autorregulación y el bienestar afectivo en los niños. El cuerpo, como canal expresivo, permite a los infantes exteriorizar emociones que, muchas veces, no pueden comunicar verbalmente. Esta evidencia, respaldada tanto por estudios recientes como por la experiencia docente, también valida las hipótesis formuladas, las cuales encuentran sustento en los aportes teóricos revisados. En consecuencia, se reafirma la necesidad de revalorizar el papel de la educación física dentro del currículo de la primera infancia, no como un espacio recreativo aislado, sino como un componente pedagógico clave para el desarrollo integral.

CONCLUSIONES

A lo largo de este trabajo se pudo comprender que la educación física en la primera infancia no es simplemente una actividad complementaria, sino que cumple un papel esencial en el desarrollo integral de los niños. La coordinación motriz, el trabajo en equipo y la expresión emocional mediante el movimiento no solo fortalecen el cuerpo, sino también aspectos clave como la atención, el manejo de las emociones, la convivencia y la autoestima.

Uno de los aportes más importantes fue reconocer, desde el análisis de diferentes fuentes teóricas, que la educación física debe ser entendida desde un enfoque pedagógico claro, con intencionalidad y sentido formativo. Esto implica que el docente no solo debe tener conocimientos técnicos, sino también herramientas emocionales y sociales que le permitan acompañar los procesos de desarrollo infantil con sensibilidad y criterio pedagógico.

Como recomendación principal, se propone fortalecer la presencia de la educación física dentro del currículo de educación inicial, dándole el valor que merece como espacio formador. También se invita a seguir investigando el tema, esta vez con estudios de campo que permitan observar directamente la aplicación de estas estrategias en contextos reales. Esta investigación tuvo como limitación el enfoque documental, lo que restringió el contacto con experiencias directas en aula, sin embargo, se logró construir un sustento sólido que puede ser base para futuros estudios.

REFERENCIAS

- Beck, S., & Martin, M. (2022). Physical education and early childhood curriculum: An integrative approach to movement and learning. *Early Childhood Education Journal*, 567–576.
- Castro, R., & González, J. (2023). El juego motor como herramienta para el desarrollo integral en la educación infantil. *Revista Iberoamericana de Educación*, 132–145.
- Rodríguez, M., & Gámiz, V. (2024). Propuesta de intervención pedagógica desde la educación física en niños de nivel inicial. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 45–61.
- Suntaxi Guasumba, J. P., & Sailema Torres, Á. A. (2024 de octubre de 2024). *La coordinación motora en el desarrollo de la iniciación deportiva con niños de 5 a 6 años*. Obtenido de <https://doi.org/10.33262/exploradordigital.v8i4.3223>
- Suntaxi Guasumba, J. P., & Sailema Torres, Á. A. (2024). La coordinación motora en el desarrollo de la iniciación deportiva con niños de 5 a 6 años. *Explorador Digital*, 89–108.
- Bernstein, N. (1967). *The Coordination and Regulation of Movements*. oxford, UK: Pergamon Press.
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2015). La competencia emocional: Estado actual y retos de futuro. *Revista de Educación*(368), 44–62. <https://doi.org/https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2015-368-293>
- Chichinina, E., Gavrilova, M., & Drid, P. (2025). Executive function skills predict motor competence in preschool children. *BMC Pediatrics*, 1-12.
- Dinler, H., & Cevher Kalburan, N. (2025). Effects of a Teacher Professional Development Program for the Transition to School on Preschoolers' Social-Emotional Adjustment and School Readiness. *Early Childhood Education Journal*, 275–293.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2021). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Education. <https://doi.org/ISBN 978-607-15-1831-8>

Ministerio de Educación Nacional. (24 de 1 de 2022). <https://www.mineduacion.gov.co/>.
Obtenido de https://www.mineduacion.gov.co/1780/articles-419313_recurso_15.pdf

Ministerio de Educación Nacional. (1 de julio de 2023). [mineduacion.gov.co/](https://www.mineduacion.gov.co/). Obtenido de https://www.mineduacion.gov.co/1780/articles-411706_recurso_3.pdf

-Moreno, J., & Rico González, M. (2023). The Effects of Physical Education on Preschoolers' Emotional Intelligence: A Systematic Review. *Sustainability (MDPI)*, 1-10.

Piaget, J. (1969). *The Psychology of the Child (1969)*, escrita con Bärbel Inhelder. Editorial Morata (2002).

Sabino, C. (2022 (13.^a edición)). *El proceso de investigación*. Panapo. <https://doi.org/ISBN: 9789801117991>

Vygotsky, L. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Editorial Crítica (1979/2009).

Zambrano, E. R. (2025). La influencia del juego en el desarrollo motor integral de niños en edad preescolar. *nexus research journal*, 349-360.