



DOI: <https://doi.org/10.23857/dc.v10i2.3957>

Ciencias del Deporte  
Artículo de Investigación

***Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB  
nivel elemental***

***Importance of physical activity in motor development in elementary level EGB  
students***

***Importância da atividade física no desenvolvimento motor dos alunos do ensino  
básico EGB***

Jhonatan Alexander Pinzón-Morillo <sup>I</sup>

[japinzonm@uce.edu.ec](mailto:japinzonm@uce.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0001-9728-1897>

**Correspondencia:** [japinzonm@uce.edu.ec](mailto:japinzonm@uce.edu.ec)

\***Recibido:** 25 de abril de 2024 \***Aceptado:** 17 de mayo de 2024 \* **Publicado:** 30 de junio de 2024

- I. Estudiante de la Carrera de la Actividad Física y Deporte, Facultad de Cultura Física, Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador.

## Resumen

Esta revisión sistemática examina detalladamente la relevancia de la actividad física en el desarrollo motriz de estudiantes de Educación General Básica (EGB) a nivel elemental. El objetivo de esta investigación es identificar mediante una revisión sistemática la importancia que ejerce la actividad física en el desarrollo motriz de los estudiantes de EGB nivel elemental. Siguiendo las pautas de la declaración PRISMA, se llevó a cabo búsquedas en múltiples bases de datos académicas, incluyendo: Dialnet, Scielo, Redalyc, Latindex, Science Direct y los buscadores académicos como Google académico y Semantic Scholar, permitiendo identificar un conjunto inicial de 399 artículos seleccionados tras los criterios de inclusión y exclusión planteados. El descubrimiento principal revela una conexión positiva entre la actividad física y el desarrollo motor en los estudiantes de nivel elemental de educación general básica (EGB). También se subraya la importancia de contar con una planificación integral y bien organizada en las clases de educación física para lograr un adecuado progreso motor en los estudiantes de básica elemental, en línea con el objetivo de alcanzar un desarrollo motriz apropiado.

**Palabras clave:** Actividad Física; Motricidad; Metodologías; Desarrollo; Educación Física.

## Abstract

This systematic review examines in detail the relevance of physical activity in the motor development of students in Basic General Education (EGB) at the elementary level. The objective of this research is to identify, through a systematic review, the importance of physical activity in the motor development of students in Basic General Education (EGB) at the elementary level. Following the guidelines of the PRISMA declaration, searches were carried out in multiple academic databases, including: Dialnet, Scielo, Redalyc, Latindex, Science Direct and academic search engines such as Google Scholar and Semantic Scholar, allowing the identification of an initial set of 399 articles selected according to the inclusion and exclusion criteria set out. The main discovery reveals a positive connection between physical activity and motor development in students in Basic General Education (EGB) at the elementary level. The importance of having a comprehensive and well-organized planning in physical education classes to achieve adequate motor progress in students in elementary school is also highlighted, in line with the objective of achieving appropriate motor development.

**Keywords:** Physical Activity; Motor Skills; Methodologies; Development; Physical education.

---

## Resumo

Esta revisão sistemática examina detalhadamente a relevância da atividade física no desenvolvimento motor dos alunos do Ensino Básico Geral (EGB) do ensino básico. O objetivo desta investigação é identificar, através de uma revisão sistemática, a importância da atividade física no desenvolvimento motor dos alunos do ensino básico EGB. Seguindo as diretrizes da declaração PRISMA, foram realizadas pesquisas em múltiplas bases de dados académicas, incluindo: Dialnet, Scielo, Redalyc, Latindex, Science Direct e motores de busca académica como o Google academic e o Semantic Scholar, permitindo identificar um conjunto inicial de 399 . selecionados após definição dos critérios de inclusão e exclusão. A principal descoberta revela uma ligação positiva entre a atividade física e o desenvolvimento motor em alunos do ensino básico do ensino básico geral (EGB). Destaca-se ainda a importância de ter um planeamento abrangente e bem organizado nas aulas de educação física para se conseguir um progresso motor adequado nos alunos do ensino básico, em consonância com o objetivo de alcançar um desenvolvimento motor adequado.

**Palavras-chave:** Atividade Física; Habilidades motoras; Metodologias; Desenvolvimento; Educação Física.

## Introducción

El desarrollo motriz en estudiantes de Educación General Básica (EGB) nivel elemental es un componente fundamental en su crecimiento y formación integral. Según la Organización Mundial de la Salud, OMS (2022) nos dice que los niños de 5 a 17 años deberían dedicar al menos un promedio de 60 minutos al día a las actividades físicas variando de moderadas a intensas, principalmente aeróbicas, a lo largo de la semana.

La actividad física juega un papel trascendental en este proceso, numerosos estudios realizados en niños han observado una baja actividad física, la cual está asociada a un elevado número de horas dedicadas a ver televisión, usar la computadora o participar en otras actividades sedentarias (Olivares et al., 2006), por ende, es recomendado que con tan solo tres días de actividad física, es posible observar mejoras significativas en el fortalecimiento muscular, el incremento de la densidad ósea y la reducción de comportamientos sedentarios (Chacón et al., 2020).

La participación en actividades físicas no solo estimula el desarrollo de habilidades motoras, sino que, al reconocer la importancia de la Educación Física en términos de salud, calidad de vida y

## Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

---

aceptación social, esta disciplina genera impactos notables en la vida cotidiana de los estudiantes (Cachón et al., 2020). En este contexto, es esencial comprender la significativa relevancia que tiene la práctica regular de actividades físicas en el entorno educativo, ya que incide de manera positiva en la salud tanto física como mental, promoviendo la adquisición de destrezas y habilidades motoras esenciales (Carrasco et al., 2021). La motricidad, que concebida como el movimiento como medio de comunicación, autoexpresión y relación con los demás, desempeña un papel crucial en el desarrollo integral del individuo (Alonso y Pazos, 2020). Se establecen conexiones lineales que se inician con la participación en actividades físicas, cuyos efectos en la salud deben buscarse mediante la mejora de la condición física. Este enfoque asume que las actividades planificadas no solo mejorarán la condición física, sino que también beneficiarán la motricidad, ya que conllevan intrínsecamente una mejora positiva de la salud (Devís y Peiró, 1993).

Estudios recientes han investigado la relación entre la actividad física y el desarrollo motriz de los niños dentro de las clases de educación física, proporcionando datos relevantes al respecto. Burgos et al., (2018) nos indica que en la etapa de aprendizaje y desarrollo físico-motriz en edades tempranas, se establece una conexión directa con las actividades lúdicas diferenciadas. Esto resalta la importancia de que los docentes de Educación Física implementen estrategias de intervención creativas, innovadoras y adaptadas a las necesidades individuales de los estudiantes, por otro lado Cabrera y Dupeyrón (2019) también nos indican que los estudiantes adquiere las formas motrices propias de la cultura a la que pertenece, influenciado por factores como la familia, amigos, instituciones infantiles, medios de comunicación y los recursos disponibles, que incluyen equipos, espacio y objetos. Estos componentes desempeñan un papel crucial y de gran relevancia en el proceso de desarrollo motor de los infantes. Su impacto se manifiesta de manera significativa en la adquisición y perfeccionamiento de las habilidades motoras en niños y niñas (Domínguez et al., 2021). Estos elementos no solo son fundamentales, sino que también desempeñan un rol destacado al influir en la evolución y optimización de las destrezas motoras durante la infancia (Garófano et al., 2017). Su presencia y participación son esenciales para el desarrollo integral y coordinado de las funciones motrices en el crecimiento de los niños y niñas.

Es importante destacar que la motricidad ocupa un lugar relevante en el ámbito de la educación. Carrasco et al. (2021), investigó sobre la importancia de la actividad física regular para promover la salud, tener un incremento en sus habilidades motrices básicas y prevenir diversas enfermedades no transmisibles, debido a que un desarrollo motor adecuado se vuelve fundamental y está

## Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

intrínsecamente ligado al crecimiento de la inteligencia y de las funciones cognitivas, lo que lo convierte en un elemento crucial para el aprendizaje efectivo de los niños (Colombé et al., 2022). En este sentido, el objetivo de esta investigación es realizar una revisión sistemática, con el propósito de ofrecer una perspectiva actualizada sobre los impactos favorables de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental.

### Metodología

La metodología que se utilizará fue una revisión sistemática aplicando el método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses), en la cual se consultaron en las bases de datos: Dialnet, Scielo, Redalyc, Latindex, Science Direct, y los buscadores académicos como Google académico y Semantic Scholar. Para la realización de esta investigación, se tomó en cuenta lo presentado por González et al. (2014), correspondiente a las revisiones que permitirán una búsqueda de información los cuales deberán seguir un criterio de selección del material elegido con las palabras claves (Actividad Física, Motricidad, metodologías, Desarrollo, Educación Física). La revisión se realizó durante los meses de julio y septiembre del 2023, analizando estudios que abordaron la relación entre la actividad física y el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

**Criterios de Inclusión:** Los parámetros utilizados para determinar qué investigaciones se incluirían en la muestra de estudio fueron los siguientes: 1). Categorías bibliográficas, como artículos científicos y libros, 2). Fuentes bibliográficas publicadas entre 2018 y 2023, 3). Estudios que abordaran la relación entre la actividad física y la motricidad en niños.

**Criterios de exclusión:** Se utilizaron ciertos criterios para identificar las investigaciones que no formarían parte de la muestra de estudio, los cuales son los siguientes: 1). Artículos de revisión y tesis, 2). Investigaciones que no fueron publicados durante el periodo 2018-2023, 3). Investigaciones publicadas en otros idiomas que no fueran español, 4) Investigaciones que no tengan relación con la actividad física y la motricidad.

*Tabla 1: Proceso de búsqueda de los Artículos*

Refinación de búsqueda	de Scielo	Dialnet	Redalyc	Semantic Scholar:	Otras fuentes
------------------------	-----------	---------	---------	-------------------	---------------

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

Descriptor	(1) Física, (2) Motricidad	Actividad	(1) Física, (2) Motricidad	Actividad	(1) Física, (2) Motricidad	Actividad	(1) Física, (2) Motricidad	Actividad	(1) Física, (2) Motricidad	
Conector de Descriptores	AND		AND		AND		AND		AND	
Ubicación de descriptores	(1) En título y (2) Todos los índices		(1) En título y (2) Todos los índices		(1) En título		(1) En título		(1) En título y (2) Todos los índices	
Periodo tiempo	2018-2023		2018-2023		2018-2023		2018-2023		2018-2023	
Áreas de investigación	Deportes - Educación		Deportes - Educación		Deportes - Educación		Deportes - Educación		Deportes - Educación	
Tipo de Documento	Artículo		Artículo		Artículo		Artículo		Artículo	

*Nota: Autoría propia*

### Proceso de búsqueda y revisión de los Artículos

Los artículos incluidos en esta investigación siguieron un proceso de 4 fases (Figura 1).

**Fase de Identificación:** Consiguió en la búsqueda de artículos indexados en las bases de datos Dialnet, Scielo, Redalyc, Science Direct y en los buscadores académicos como Google académico y Semantic Scholar, publicados entre el año 2018 al 2023, Las palabras claves fueron “Actividad Física” y/AND “Motricidad” (Tabla 1).

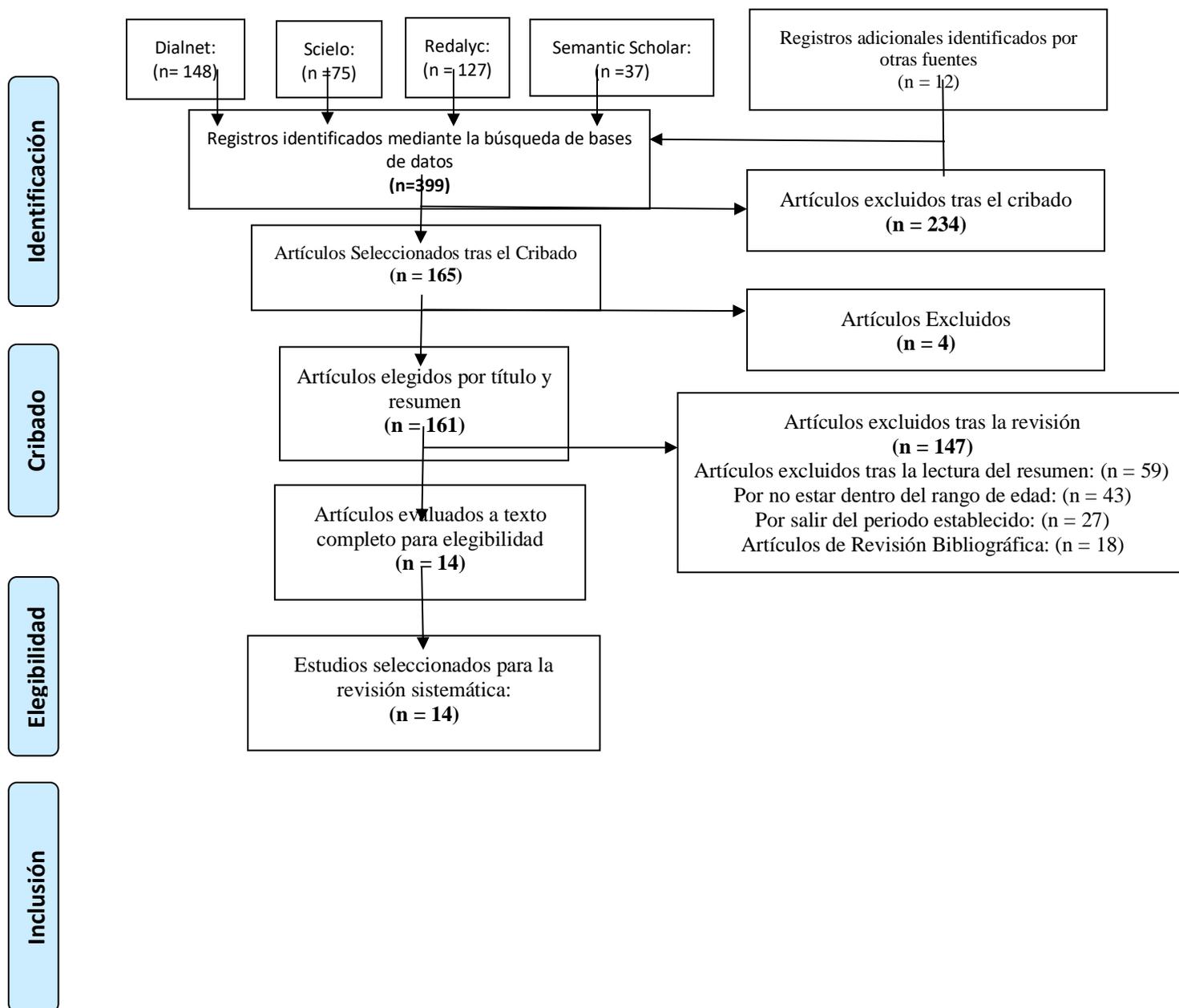
**Fase de Cribado:** De la lista de artículos encontrados, se eliminaron los artículos que se salían del contexto educativo.

**Fase de Elegibilidad:** Se eliminaron los artículos que no presentaban las palabras claves fueron “Actividad Física” y “Motricidad” en el título y/o resumen.

**Fase de Inclusión:** Se incluyeron en la presente investigación los artículos que cumplieron con los siguientes criterios: Categorías bibliográficas, como artículos científicos y libros, fuentes bibliográficas publicadas entre 2018 y 2023, estudios que abordaran la relación entre la actividad física y la motricidad en niños. Se excluyeron de la presente investigación los Artículos de revisión y tesis, investigaciones que no fueron publicados durante el periodo 2018-2023, investigaciones publicadas en otros idiomas que no fueran español e investigaciones que no tengan relación con la actividad física y la motricidad.

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

Figura 1: Diagrama de flujo del proceso de selección bibliográfica



Nota: Autoría propia

### Evaluación de la producción científica

Después de llevar a cabo el proceso y la táctica de búsqueda, se eligieron en total 49 documentos de investigación científica que trataban sobre el impacto de la actividad física en el desempeño académico desde el año 2018 hasta el 2023. Estos documentos fueron analizados de acuerdo con los

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

criterios de selección y exclusión establecidos, lo que se tradujo en una representación del 28.57% (n=14) del conjunto total de documentos.

**Proceso de análisis de los Artículos seleccionados**

La Tabla 2 presenta los resultados obtenidos después de realizar una revisión sistemática utilizando los criterios de búsqueda mencionados, y analiza la asociación entre la práctica de actividad física y el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental. Para extraer la información en la revisión sistemática, se utilizó la siguiente codificación: 1) Fuente – Referencia Bibliográfica; 2) Autores y año de publicación; 3) Título del artículo; 4) Objetivo del estudio; 5) Metodología; 6) Conclusiones y hallazgos.

*Tabla 2: Artículos que abordan la Actividad Física y el desarrollo motriz*

Nº	Fuente	Autor - año	Título	Objetivo	Metodología	Conclusiones
1	1	Alosno y Pazos (2020)	Importancia percibida de la motricidad en Educación Infantil en los centros educativos de Vigo (España).	Aproximarse al conocimiento de la realidad concreta de la práctica motriz y averiguar qué importancia se le da a la misma en el segundo ciclo de Educación Infantil en las escuelas del Ayuntamiento de Vigo, España.	Metodología mixta, ya que se han analizado tanto datos cualitativos como cuantitativos.	Se demostró que la totalidad de los profesionales consideraban que es importante trabajar la motricidad en las aulas de Educación Infantil, pero más de la mitad, un 58%, indicaba que no se trabajaba lo suficiente.
2	2	Arango et al. (2022)	Pensamiento complejo y sistémico en educación física y promoción de actividad física.	Explorar las ventajas y limitaciones de adoptar e implementar el pensamiento complejo y el pensamiento sistémico en la enseñanza de la educación física y la promoción de la actividad física.	Una investigación cualitativa de carácter exploratorio.	Afirma que el pensamiento complejo y sistemático ayuda a mejorar las clases de educación Física con resultados positivos en el desarrollo de los estudiantes de acuerdo a su motricidad y rendimiento físico.
3	4	Burgos et al. (2018)	Educación Física, habilidades motrices básicas y estrategia didáctica: una experiencia	Elaborar una Estrategia Didáctica con enfoque lúdico y diferenciado encaminada	Estudio de campo, de corte descriptivo-exploratorio, con el apoyo de métodos teóricos-empíricos y	Afirma la factibilidad de las actividades y orientaciones que conforman la estrategia didáctica con enfoque

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

		estudiantes del subnivel elemental.	del básico	promover desarrollo de Habilidades Motrices Básicas en los escolares del Subnivel Básico Elemental.	el de las Motrices en los escolares del Subnivel Básico Elemental.	técnicas de la entrevista.	como y la	la lúdico favorece la orientación de los docentes, en la misma medida que tributa significativamente al desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas y por ende al desempeño físico-motriz de los niños que cursan el Subnivel Básico Elemental que fueron objeto de nuestra investigación.
4	7	Caiza et al. (2022)	Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción en clases de educación física para educación primaria.	Aplicar una metodología para mejorar las habilidades motrices básicas de locomoción en estudiantes de tercer año de Educación General Básica (EGB) de la Unidad Educativa Santo Domingo de los Colorados, en la ciudad de Santo Domingo, en el año lectivo 2019-2020.	Experimental con la aplicación de un cuasiexperimento organizado en una evaluación inicial, propuesta de intervención y evaluación.			Existe una falta de desarrollo de las habilidades motrices de caminar, correr, saltar, trepar y rolar; sin embargo, se tuvo resultados positivos luego de la aplicación de la metodológica en cada una de las habilidades motrices.
5	14	Delgado Alarcón (2023)	Juegos didácticos y innovadores para la estimulación del desarrollo psicomotor.	Analizar la relación entre percepción de salud, actividad física y condición física en escolares de primaria.	Estudio empírico, observacional y de corte transversal.			Los resultados indican que aquellos con una percepción de salud positiva tenían mejor capacidad aeróbica y valores más bajos en índice de masa corporal. Los estudiantes más activos mostraron mejores resultados en velocidad-agilidad y capacidad aeróbica.

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

6	20	Goicoechea (2022)	Metodología para el estudio de la actividad en el área de la Educación Física.	Recabar información que nos permita contribuir en la formación docente a través de la observación del desempeño (logros y dificultades) de los estudiantes practicantes.	Estudio cualitativo con un enfoque etnográfico.	No existe un desarrollo motriz adecuado para sus edades sin una correcta planificación de clase, usando la metodología de actividades lúdicas.
7	22	Jarrín et al. (2020)	Incidencia de la educación física en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa de los niños.	Determinar su incidencia en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa.	Descriptivo de corte transversal de la método descriptivo deductivo con un enfoque cualitativo.	La práctica de la educación física influye drásticamente en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa en los niños, puesto que mediante la misma se logra promover el desarrollo de habilidades, actitudes y aptitudes motrices.
8	24	Mariscal y Mendoza (2021)	Actividades físicas para el mejoramiento de la motricidad gruesa en los estudiantes.	Aplicar un programa de actividades físicas que garanticen el mejoramiento en la ejecución de acciones motrices gruesas en los estudiantes.	Investigación descriptiva con un enfoque mixto cualicuantitativo.	Los resultados evidencian cambios positivos en la ejecución de acciones de motricidad gruesa en los estudiantes.
9	26	Mocha et al. (2018)	Efectos de un programa de intervención en la motricidad gruesa: estudio con niños de 5 a 7 años.	Evaluar la motricidad gruesa de los niños de primero y segundo año de educación general básica.	Estudio de campo, de corte descriptivo-exploratorio.	Afirma que las actividades motrices de carácter lúdico y recreativo mostraron un gran impacto en cuanto al desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de cinco a siete años, beneficiando de tal manera el aprendizaje motriz, lo cual refuerza la evolución general de su personalidad e independencia.
10	30	Pizarroa et al. (2023)	Prácticas y preferencias alimentarias y de actividad física en niños y niñas: Una aproximación desde los Parlamentos Escolares en	Conocer las opiniones y sugerencias de niños y niñas de tercero y cuarto básico de escuelas de la zona sur de Santiago de Chile, respecto de sus prácticas alimentarias y de actividad física.	Cualitativa participativa.	Se demostró un mayor interés en los estudiantes sobre la práctica de actividad física en la escuela, los cuales proponen aumentar las horas de educación física, los recreos y mejorar la disponibilidad y acceso a

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

		establecimientos educativos.			alimentos saludables en los entornos escolares como estrategia de solución al problema de la malnutrición por exceso y su falta de coordinación y participación motriz en las actividades.	
11	31	Posso et al. (2022)	Análisis de la influencia de un programa estructurado de Educación Física sobre la coordinación motriz y autoestima en niños de 6 y 7 años.	Analizar y describir el impacto sobre la coordinación motriz y la autoestima de un programa de Educación Física estructurado en estudiantes de Educación General Básica Elemental de una institución educativa de la ciudad de Quito, realizado en el primer trimestre del año lectivo 2019-2020.	Se aplicó un enfoque metodológico exploratorio de carácter descriptivo-correlacional.	Si existe un coeficiente de correlación entre las dimensiones de la coordinación motriz y la autoestima, donde se confirma la incidencia positiva que tienen las sesiones de Educación Física bien estructuradas sobre el grado de coordinación motriz y la autoestima en los niños.
12	33	Roa et al. (2019)	Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa Educa a tu Hijo.	Aplicar actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas de los niños de 3 a 5 años, perteneciente al Programa Educa a tu Hijo, del Consejo Popular Juanita 2.	Estudio de campo, de corte descriptivo-exploratorio.	Existe un desarrollo positivo en las habilidades motrices básicas, en niños de 3 a 5 años pertenecientes al programa.
13	36	Rosa et al. (2018)	Percepción de salud, actividad física y condición física en escolares.	Analizar la relación entre percepción de salud, actividad física y condición física en escolares de primaria.	Estudio de campo con muestreo selectivo, basado en el enfoque cuantitativo	Este estudio indica que hay una conexión positiva entre cómo los estudiantes perciben su salud, su nivel de actividad física autoinformada y su capacidad física. Los estudiantes que se sienten más saludables tienden a tener una mejor capacidad aeróbica y una composición corporal más saludable que aquellos que se sienten menos saludables. Además,

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

14 39	Vanegas y Aldas (2021)	Estrategias Innovadoras para el Desarrollo Motriz en la Educación Física. Bloque Curricular Prácticas Gimnásticas.	Este estudio se centra en la identificación de estrategias innovadoras para el desarrollo motriz en la Educación Física desde el bloque curricular prácticas gimnásticas sub nivel elemental.	Una investigación de carácter exploratorio.	aquellos con niveles más altos de actividad física tienen una capacidad aeróbica y composición corporal más saludables en comparación con sus pares que tienen niveles más bajos de actividad física. Afirma que es crucial implementar en la educación física escolar estrategias innovadoras. Esto se debe a la estrecha conexión entre las habilidades físicas y capacidades que un niño desarrolla. Si se aplican de manera organizada y consistente desde temprana edad, esto tendrá un impacto positivo en el desarrollo de la tonicidad, fuerza muscular, resistencia, potencia, equilibrio y una postura más adecuada. Esto, a su vez, conduce a un aprendizaje significativo y a una educación completa.
-------	------------------------	--	---	---	---

*Nota: Autoría propia*

**Tabla 3: Diseño del Estudio**

Diseño del estudio	Cantidad de Estudios	Referencias
Exploratorio.	2	(2, 39)
Descriptivo-exploratorio.	3	(4, 26, 33)
Descriptivo-correlacional.	1	(31)
Descriptivo	3	(14, 22, 24)
Cualitativo	2	(20, 30)
Cuantitativo	1	(36)

## Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

<b>Enfoque mixto</b>	1	(1)
<b>Cuali-cuantitativo.</b>		
<b>Experimental</b>	1	(7)
<b>Total artículos</b>	14	

*Nota: Autoría propia*

### Discusión

La presente revisión sistemática aborda de manera exhaustiva la relevancia de la actividad física en el desarrollo motriz de estudiantes de Educación General Básica (EGB) a nivel elemental. Los hallazgos obtenidos ofrecen una visión significativa sobre el impacto positivo que la actividad física tiene en el desarrollo motor en este grupo de población. En el marco de este estudio, se constató que el 86% (n=11) de los estudios examinados coincidieron en señalar una correlación positiva entre la actividad física y el desarrollo motor de los niños en el ámbito de las clases de educación física. Por otro lado, el 12% (n=2) identificó una deficiencia en la implementación de una planificación adecuada en lo que respecta al enfoque del desarrollo motor de los niños en este contexto, específicamente en lo referente a la metodología basada en juegos. Estos resultados concuerdan con anteriores investigaciones donde se ha encontrado una influencia positiva de la actividad física en el desarrollo motriz (Camargo et al., 2015), como también en un menor porcentaje con respecto a la medida en que puedan resolver problemas que están directamente relacionados con la vida cotidiana del alumno (Zapatero et al., 2018).

Dentro de las investigaciones con respecto a la relación entre la actividad física y el desarrollo motor nos permite obtener una comprensión más completa y precisa de cómo estos factores se interrelacionan en el contexto de la infancia. La diversidad de enfoques y mediciones empleados en la investigación de la relación entre la actividad física y el desarrollo motriz en niños es esencial para obtener una comprensión integral de este tema. A través de la combinación de pruebas de habilidades motoras, mediciones de condición física y evaluación de hábitos de ejercicio y educación física, podemos desentrañar los matices de cómo la actividad física influye en el desarrollo motor de los niños en diversos contextos. Esta perspectiva multidimensional nos brinda una visión más completa y enriquecedora de esta relación fundamental en la infancia.

## Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

---

A lo largo de la historia, la motricidad humana ha desempeñado un papel crucial en el desarrollo tanto a nivel individual como en el contexto de las sociedades. Sus expresiones han sido diversas, abarcando desde prácticas como la gimnasia, las luchas y las justas atléticas en la antigua Grecia y Roma, vinculadas a la preparación militar, hasta juegos y actividades lúdicas ligadas a aspectos ceremoniales y rituales (Cachón et al., 2020). Esta evolución de la motricidad humana y sus diversas manifestaciones ha dado lugar a la formación de campos disciplinarios específicos, como la educación física, el deporte, la recreación, la actividad física y las prácticas motrices alternativas. En este contexto, se concibe la motricidad humana y sus expresiones como medios para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje en el individuo (Rodríguez y Caballero, 2022).

Medir la actividad física en niños pequeños es desafiante debido a su nivel de desarrollo motor y diversos factores biológicos, sociales y ambientales que la influyen y la hacen altamente variable. No obstante, es crucial notar que esta actividad se manifiesta a través del juego, permitiéndoles explorar su entorno, expandir su lenguaje y fomentar su imaginación y creatividad (Camargo et al., 2015). Los niños suelen ser espontáneos y muestran interés en una variedad de actividades, guiados por su entorno y la necesidad de nuevas experiencias sensoriales y motoras, lo que no siempre implica un gasto energético considerable. Si bien los contenidos educativos son fundamentales, su valor no radica en sí mismos, sino en la medida en que puedan resolver problemas que están directamente relacionados con la vida cotidiana del alumno (Zapatero et al., 2018).

El adecuado desarrollo en niños y niñas se alcanza mediante la realización de ejercicios físicos sistemáticos, en especial a través de la participación activa en juegos (Chicaiza et al., 2023). Es esencial tener en cuenta que existe una variabilidad en la tolerancia al esfuerzo físico entre niños y niñas, influida por factores como las características físicas y la edad Gamardo (2019). Por lo tanto, se debe considerar individualmente el nivel de esfuerzo físico que cada niño puede soportar y adaptar las actividades en consecuencia. Rodríguez et al. (2020) enfatizan que es a través del desarrollo de la motricidad que el niño se desarrolla de manera integral. Kunzle et al. (2018) nos dice que esto les permite descubrir sus propias capacidades y fomenta el crecimiento de habilidades motoras, personales y sociales. Las actividades motoras tienen como objetivo primordial lograr el dominio y control del cuerpo, permitiendo al niño adquirir un conjunto completo de habilidades que contribuyan a su desarrollo integral (Ardila, 2023). Por lo tanto, es crucial diseñar actividades que desafíen y estimulen el desarrollo motor de cada niño de manera personalizada, teniendo en cuenta sus características físicas y edad, para así promover un desarrollo óptimo en cada etapa de su crecimiento.

## Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

---

En el estudio reciente de Delgado y Alarcón (2023), se enfatiza la importancia de los juegos que promueven la movilidad y el desarrollo muscular en niños. Estos juegos implican una variedad de ejercicios tanto para las piernas como para los brazos, a menudo utilizando dispositivos diseñados específicamente para este propósito. Esta perspectiva subraya la relevancia de actividades lúdicas que fomentan el crecimiento físico y la salud de los niños en edad escolar.

Dentro del contexto educativo, los responsables de guiar estas actividades motrices son los profesores de Educación Física. Según la investigación, se dedican aproximadamente de 45 a 60 minutos a la semana exclusivamente para el desarrollo motor. Estas clases están enfocadas principalmente en potenciar las capacidades perceptivo-motrices y las habilidades motrices fundamentales. Esta orientación refleja una preocupación por el desarrollo integral de los estudiantes a través de la educación física (Revilla et al., 2020).

En el ámbito de la enseñanza de la educación física, se utilizan diversos recursos didácticos para alcanzar los objetivos de desarrollo motor. De acuerdo con el trabajo de García y Fernández (2020), los métodos comunes incluyen la implementación de circuitos motores, juegos motores, juegos tradicionales y el fomento del juego libre. Estos enfoques pedagógicos están diseñados para hacer que el aprendizaje de habilidades motrices sea atractivo y efectivo, promoviendo así un desarrollo físico y cognitivo saludable en los estudiantes.

La educación física desempeña un papel crucial en la formación integral de los niños, brindándoles no solo habilidades físicas, sino también inculcando valores morales y estéticos. Chávez (2023) destaca cómo estas clases contribuyen a la preparación para la vida al establecer hábitos saludables y educar en cualidades volitivas. Además, subraya su importancia en el fortalecimiento de la salud y en el desarrollo armónico de las funciones del organismo. Por otro lado, Villamizar (2021) resalta el papel central de la educación física en los procesos contemporáneos, especialmente en lo que concierne al aspecto social y la actividad física. Esta disciplina se convierte en la representación más significativa en el ámbito educativo y cultural. Al integrar la actividad física en el contexto educativo, se fomenta un enfoque holístico que abarca tanto el bienestar físico como el desarrollo social y cultural de los estudiantes.

La motricidad no se limita simplemente al movimiento físico; más bien, implica una acción integrada en la vida cotidiana, cargada de una intencionalidad simbólica que va más allá de la simple ejecución de gestos (Murcia y Corvetto, 2021). En este sentido, es crucial reconocer que no existen evidencias concretas que determinen la intensidad exacta de la actividad física recomendada durante la edad de

## Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

---

6 a 9 años. Las pautas disponibles se centran en fomentar la participación en actividades de cualquier intensidad, ya sea leve, moderada o vigorosa (Sánchez et al., 2019a).

Sin embargo, cabe destacar que los beneficios asociados a la actividad física pueden potenciarse significativamente al aumentar gradualmente el nivel de participación, especialmente en el caso de niños que tienen una tendencia a la inactividad. Por lo tanto, es esencial promover un enfoque que aliente a los niños a participar en actividades físicas de manera placentera y segura, fomentando así un estilo de vida activo desde temprana edad (Sánchez et al., 2019b). Aunque la genética juega un papel importante en la condición física, el ambiente y el ejercicio tienen un impacto significativo. En niños, la conexión entre actividad física, la condición física y la motricidad es menos firme. Se ha sugerido que, en los más jóvenes, la actividad física irregular y breve podría no alterar la condición física (Martínez y Sánchez, 2008). Esta estrategia no solo contribuirá al desarrollo motor, sino que también promoverá un mayor bienestar general en los niños, estableciendo bases sólidas para una vida saludable en el futuro.

La asignatura de educación física desempeña un papel fundamental al fomentar la actividad física y el progreso motor en los estudiantes de Educación General Básica (EGB) de nivel elemental. Esto se logra a través de la implementación de ejercicios, juegos y deportes adaptados a las particularidades y necesidades individuales de los alumnos, lo que facilita un abordaje efectivo de los objetivos educativos establecidos para este grupo. Por lo tanto, al examinar detalladamente la literatura a través de una revisión sistemática, se confirma el cumplimiento del objetivo de identificar la relevancia de la actividad física en el desarrollo motriz de los estudiantes de EGB nivel elemental. Los estudios revisados proporcionan un respaldo sólido, mostrando un porcentaje positivo en cuanto a esta importante relación.

### Conclusiones

La presente revisión sistemática realizada mediante la metodología del método PRISMA resalta la importancia de la actividad física en el desarrollo motriz de estudiantes de Educación General Básica en el nivel elemental. A través del análisis exhaustivo de una amplia gama de investigaciones y estudios encontrados mediante la búsqueda entre diferentes bases de datos, se ha evidenciado que la participación regular en actividades físicas no solo incide positivamente en la adquisición de habilidades motoras fundamentales, sino que también conlleva beneficios significativos en otras esferas del desarrollo integral de los niños y niñas en esta etapa crucial de su educación.

## Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

---

Los hallazgos demuestran que la práctica sistemática de actividad física según la el 86% de investigaciones dentro de esta revisión sistemática, contribuye de manera notable al desarrollo cognitivo, favoreciendo la capacidad de concentración, el rendimiento académico y la mejora en habilidades físicas básicas. Así mismo, se observa una correlación positiva entre la actividad física y la motricidad la cual traerá una mejora en el bienestar emocional, evidenciando una reducción en los niveles de ansiedad y estrés, así como una mayor autoestima y autoconfianza en los estudiantes.

### Referencias

1. . Alosno, A. Y., y Pazos, J. M. (2020). Importancia percibida de la motricidad en Educación Infantil en los centros educativos de Vigo (España). *Educação e Pesquisa*, 46, 01-16. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046207294>
2. Arango, C. M., Watts, W. J., y Brownson, R. (2022). Pensamiento complejo y sistémico en educación física y promoción de actividad física. *Educación Física y Deporte*, 41(1), 81-105. <https://doi.org/10.17533/udea.efyd.e344232>
3. Ardila, A. A., y León, L. G. (2023). La educación física para el deporte en el desarrollo de capacidades motrices (Tesis de grado, Universidad Pedagógica Nacional). <http://hdl.handle.net/20.500.12209/18666>
4. Burgos, D., Rugel, S., Burgos, J., Párraga, A., Carrillo, J, y Díaz, C. (2018). Educación Física, habilidades motrices básicas y estrategia didáctica: una experiencia con estudiantes del subnivel básico elemental. *Efdeportes*, 23(242), 43-58. <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/734/240>
5. Cabrera, B.C, y Dupeyrón, M. N. (2019). El desarrollo de la motricidad en los niños y niñas del grado preescolar. *MENDIVE, Revista de Educación*, 17(2), 222-239. <http://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/1499>
6. Cachón, Z. J., Sánchez, Z. M., Sanabrias, M. D., y Zagalaz, M. L. (2020). Análisis de las expectativas de los estudiantes del Grado de Educación Primaria sobre la enseñanza-aprendizaje de la Educación Física escolar. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 34(1), 11-28. <https://doi.org/10.47553/rifop.v34i1.75412>
7. Caiza, A. J., Mestre, G. U., Andino, R. A., y Chela, O. G. (2022). Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción en clases educación física para educación primaria. *Ciencia*

- Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6(3), 3370-3387.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i3.2470](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2470)
8. Camargo, D. M., Santisteban, S., Paredes, E., Flórez, M. A., y Bueno, D. (2015). Confiabilidad de un cuestionario para medir la actividad física y los comportamientos sedentarios en niños desde preescolar hasta cuarto grado de primaria. *Biomédica. Revista del Instituto Nacional de Salud*, 35(3), 347-356. <http://dx.doi.org/10.7705/biomedica.v35i3.2502>
  9. Carrasco, O. R., Venegas, D. A., Toapanta, K. L., y Maigua, B. A. (2021). El Desarrollo Psicomotriz y su relación con la Actividad Físico-Deportiva en las Edades Tempranas. *AlfaPublicaciones*, 3(2.1), 42-56. <https://doi.org/10.33262/ap.v3i2.1.48>
  10. Chacón, B. F., Corral, J. A., y Castañeda, V. C. (2020). Condición física en jóvenes y su relación con la actividad física escolar y extraescolar. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 34(1), 99-114. <https://doi.org/10.47553/rifop.v34i1.77077>
  11. Chávez, D. S. (2023). La gimnasia educativa y su influencia en el desarrollo de las capacidades físicas básicas. *GADE: Revista Científica*, 3(2), 89-107. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8946759>
  12. Chicaiza, D. L., Bayas, R. F., Sandoval, F. V., y Paz, B. S. (2023). Guía didáctica de actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en el primer año de educación básica. *Revista Polo Del Conocimiento*, 8(7), 219-239. <http://dx.doi.org/10.23857/pc.v8i7.5783>
  13. Colombé, E. M., Almora, C. N., y León, S. Y. (2022). Desarrollo de la motricidad desde la Educación Física. Su relación con trastornos del aprendizaje en escolares. *Arrancada*, 22(42), 244-268. <https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/489>
  14. Delgado, S. I., y Alarcón, L. A. (2023). Juegos didácticos innovadores para la estimulación del desarrollo psicomotor. *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada YACHASUN*, 7(12), 162-175. <https://editorialibkn.com/index.php/Yachasun/article/view/378>
  15. Devís, D. J., y Peiró, V. C. (1993). La actividad física y la promoción de la salud en niños/as y jóvenes : la escuela y la educación física. *Revista de psicología del deporte*, 2(2), 71-86. <https://ddd.uab.cat/record/63165>
  16. Domínguez, Á. L., Barcala, F. R., Peixoto, P. L., y Rico, D. J. (2021). Factores que influyen en la motricidad gruesa de niños y niñas con discapacidad visual: revisión de la literatura.

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

---

- Sportis. *Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 8(1), 40-59. <https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.1.8777>
17. Gamardo, P. F. (2019). Hábitos de actividad física en escolares de la EBN “Tomas Aguerrevere Pacanins” de la ciudad de Caracas. *Revista de Investigación*, 43(96), 52-73. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=376168555004>
  18. García, M. P., y Fernández, L. N. (2020). La competencia de las habilidades motrices en la educación infantil. *Apunts Educación Física y Deportes*, 36(141), 21-32. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551663679003>
  19. Garófano, V. V., Guirado, L. C., Cuberos, R. C., Ruiz, R. P., y Martínez, A. M. (2017). Importancia de la motricidad para el desarrollo integral del niño en la etapa de educación infantil. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 8(47), 89-105. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6038088>
  20. Goicoechea, M. V. (2022). Metodología para el estudio de la actividad en el área de la Educación Física. *Educación Física Y Ciencia*, 24(2), e219. <https://doi.org/10.24215/23142561e219>
  21. González, J., Cobo, K., y Vilaró, M. (2014). Revisión sistemática y meta-análisis. <http://hdl.handle.net/2117/183176>
  22. Jarrín, S. A., Rodríguez, H. I., Torres, Z. G., y Ávila, C. M. (2020). Incidencia de la educación física en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa de los niños. *Revista Polo Del Conocimiento*, 5(11), 482-495. DOI:10.23857/pc.v5i11.1938
  23. Kunzle, H. G., González, D. P., y Radice, C. A. (2018). Actividad física en niños y adolescentes para prevención de enfermedades crónicas no transmisibles. *Pediatría (Asunción)*, 45(1), 83-84. <https://doi.org/10.31698/ped.45012018011>
  24. Mariscal, M. C., y Mendoza, K. L. (2022). Actividades físicas para el mejoramiento de la motricidad gruesa en los estudiantes. *Mikarimin. Revista Científica Multidisciplinaria*, 8, 111–120. <https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/mikarimin/article/view/2926>
  25. Martínez, V. V., y Sánchez, L. M. (2008). Relación entre actividad física y condición física en niños y adolescentes. *Revista Española de Cardiología*, 61(2) <https://www.revespcardiol.org/es-relacion-entre-actividad-fisica-condicion-articulo-13116196>

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

---

26. Mocha, J. A., Ortiz, P. G., Zapata, E. G., y Cárdenas, A. V. (2018). Efectos de un programa de intervención en la motricidad gruesa: estudio con niños de 5 a 7 años. *Ciencia Digital*, 2(2), 64-78. <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v2i2.73>
27. Murcia, P, N., y Corvetto, C, G. (2021). Motricidad y corporeidad como relaciones basadas en el desarrollo de lo humano. *Cinta de moebio*, (70), 55-67. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-554x2021000100055>
28. Olivares, C. S., Bustos, Z. N., Moreno, H. X., Lera, M. L., y Cortez, F. S. (2006). Actitudes y prácticas sobre alimentación y actividad física en niños obesos y sus madres en Santiago, Chile. *Revista chilena de nutrición*, 33(2), 170-179. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182006000200006>
29. OMS. (2022, 5 de octubre). Actividad física. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
30. Pizarroa, T., Jaraa, M., Margaritb, D., Palaciosc, J. L., Pinheirod, A. C., Páezze, K., Suárez, R. M., Silvaa, D., Ariasd, A., Rivasf, M., Astudillof, M., y Gonzáleza, D. (2023). Prácticas y preferencias alimentarias y de actividad física en niños y niñas: Una aproximación desde los Parlamentos Escolares en establecimientos educacionales. *Andes pediatri*, 94(2), 170-180. DOI:10.32641/andespediatr.v94i2.4164
31. Posso, R. J., Ortiz, N. A., Paz, B. S., Marcillo, Ñ. J., y Arufe, G. V. (2022). Análisis de la influencia de un programa estructurado de Educación Física sobre la coordinación motriz y autoestima en niños de 6 y 7 años. *Journal of Sport and Health Research*. 14(1), 123-134. <https://www.researchgate.net/publication/357678387>
32. Revilla, S., Mina, J., Flores, E., y Mendoza, D. (2020). Importancia de la estimulación de la motricidad en el desarrollo integral en educación inicial. *Revista de Investigación Científica TSE´DE*, 3(2), 20-65. <http://repositorio.unae.edu.ec/bitstream/56000/1670/1/articulo%203---5-%20publicado.pdf>
33. Roa, S. V., Hernández, G. A., y Valero, I. A. (2019). Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa Educa a tu Hijo. *Conrado*, 15(69), 386-393. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442019000400386&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400386&lng=es&tlng=es)

Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

---

34. Rodríguez, M. D., y Caballero, B. P. (2022). El reto de educar y la aventura de aprender a través de la motricidad humana. *Sinéctica, Revista Electrónica de Educación*, (59), 1-3. [https://doi.org/10.31391/S2007-7033\(2022\)0059/001](https://doi.org/10.31391/S2007-7033(2022)0059/001)
35. Rodríguez, H. I., Torres, Z. G., Ávila, C. M., y Jarrín, S. A. (2020). Incidencia de la educación física en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa de los niños. *Revista Polo Del Conocimiento*, 5(11), 482-495. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659476>
36. Rosa, A., García, C. E., y Carrillo, P. J. (2018). Percepción de salud, actividad física y condición física en escolares. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(3), 179-189. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227068106013>
37. Sánchez, F. J., Campos, A. M., Vega, C. M., Cortés, R. O., Esparza, M. J., Sánchez, J. G., Gallego, I. A., García, A. J., Pallás, C. R., Rando, D. Á., San Miguel, M. J., Colomer, R. J., y Mengual, J. M. (2019). Promoción de la actividad física en la infancia y la adolescencia (parte 1). *Pediatría Atención Primaria*, 21(83), 279-291. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-76322019000300019&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322019000300019&lng=es&tlng=es)
38. Sánchez, F. J., Campos, A. M., Vega, C. M., Campos, A. M., Esparza, M. J., Galbe, V. J., Gallego, I. A., García, A. J., Pallás, C. R., Rando, D.Á., San Miguel, M. J., Colomer, R. J., Cortés, R. O., y Mengual, J. M. (2019). Promoción de la actividad física en la infancia y la adolescencia (parte 2). *Pediatría Atención Primaria*, 21(84), 415-425. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-76322019000400018&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322019000400018&lng=es&tlng=es)
39. Vanegas, C. J., y Aldas, H. G. (2021). Estrategias Innovadoras para el Desarrollo Motriz en la Educación Física. Bloque Curricular Prácticas Gimnásticas. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, 6(2), 623-648. <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1257>
40. Villamizar, M. A. (2021). Metodologías activas a través del juego y el interés de los niños y niñas de 5 a 6 años en Preescolar. *Revista Educación*, 45(2), 535-544. <https://doi.org/10.15517/revedu.v45i1.42861>
41. Zapatero, J. A., Gózales, M. D., y Campos, I. A. (2018). Consolidación de las metodologías activas en educación física en las escuelas de enseñanza secundaria. *Movimento - Revista de Educação Física da UFRGS*. 24(2), 509-526. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.70291>

## Importancia de la actividad física en el desarrollo motriz en estudiantes de EGB nivel elemental

---

©2024 por el autor. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-  
NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)  
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).|