



Psicomotricidad como estrategia integral para mejorar motricidad, expresión corporal y calidad de vida en niños de educación inicial

Psychomotricity as a comprehensive strategy to improve motor skills, body expression, and quality of life in early childhood education children

Autores

Carla Alexandra Yandún Cartagena¹

Glenda Vanessa Chiles Arévalo²

Margrath Yolanda Paz Alcívar³

Sara Salome Calupiña Bustos⁴

Marcia Lisbeth Michilena Játiva⁵

¹ Universidad Técnica del Norte (Ecuador)

Autor de correspondencia:
Carla Alexandra Yandún Cartagena
cayandun@utn.edu.ec

Recibido: 02-10-25

Aceptado: 26-10-25

Cómo citar en APA

Yandún Cartagena, C. A., Chiles Arévalo, G. V., Paz-Alcívar, M. Y., Calupiña Bustos, S. S., & Michilena Játiva, M. L. (2025). Psicomotricidad como estrategia integral para mejorar motricidad, expresión corporal y calidad de vida en niños de educación inicial. *Retos*, 73, 1322-1331. <https://doi.org/10.47197/retos.v73.117774>

Resumen

Introducción: En este estudio se investigó la función de la psicomotricidad en el desarrollo de niños en educación inicial, considerando su influencia sobre la motricidad, la expresión corporal y el bienestar emocional.

Objetivo: El propósito consistió en examinar los efectos de los programas psicomotrices en la mejora de habilidades motoras, sociales y creativas, buscando aportar evidencias para el perfeccionamiento de prácticas educativas equitativas en contextos actuales.

Metodología: La metodología incluyó una revisión sistemática enfocada en estudios publicados entre 2019 y 2025, seleccionados de bases científicas reconocidas; se priorizó el análisis de intervenciones basadas en juegos, talleres artísticos y técnicas colaborativas. Los resultados permitieron identificar mejoras visibles en el rendimiento motor, la creatividad gestual y la adaptación escolar, con marcados avances en la participación social y la autorregulación emocional. Se reconoció que los programas más efectivos emplearon modelos lúdicos, dinámicas de grupo y propuestas adaptadas culturalmente, favoreciendo la inclusión y el aprendizaje colaborativo. **Discusión:** El análisis comparativo con literatura reciente mostró coincidencias respecto al valor curricular de la psicomotricidad, la importancia de la formación docente continua y la necesidad de evaluación sistemática.

Conclusión: Se concluyó que la psicomotricidad constituye un componente indispensable en la educación inicial, y se recomienda fortalecer su integración transversal, desarrollar métodos de evaluación diversificados y continuar la investigación sobre su impacto a largo plazo en poblaciones diversas.

Palabras clave

Desarrollo infantil; educación inicial; expresión corporal; psicomotricidad; educación inicial; inclusión educativa.

Abstract

Introduction: This study examined the role of psychomotricity in the development of children in early education, considering its influence on motor skills, body expression, and emotional well-being.

Objective: The main purpose was to assess how psychomotor programs enhance motor, social, and creative abilities, aiming to provide evidence to improve equitable educational practices in contemporary contexts.

Methodology: The methodology involved a systematic review focusing on studies published between 2019 and 2025, selected from recognized scientific databases; the analysis prioritized interventions utilizing play, artistic workshops, and collaborative techniques. The results identified visible improvements in motor performance, gestural creativity, and school adaptation, with notable progress in social participation and emotional self-regulation. It was recognized that the most effective programs used playful models, group dynamics, and culturally adapted proposals, promoting inclusion and collaborative learning.

Discussion: Comparative analysis with recent literature revealed alignment regarding the curricular value of psychomotricity, the necessity of ongoing teacher training, and the importance of systematic evaluation.

Conclusion: It was concluded that psychomotricity is an indispensable component in early education, and it is recommended to reinforce its cross-curricular integration, develop diversified assessment methods, and continue research on its long-term impact in various educational populations.

Keywords

Child development; early education; body expression; psychomotricity; early childhood education; educational inclusion.

Introducción

La psicomotricidad se reconoce actualmente como una disciplina fundamental en la educación inicial, tanto en el ámbito pedagógico como terapéutico, por su capacidad para articular el movimiento con los procesos cognitivos, afectivos y sociales del niño. Desde una perspectiva integral, el movimiento incide activamente en la formación de la personalidad y en los aprendizajes durante la infancia, convirtiéndose el cuerpo en un mediador entre el individuo y el entorno (Delgado, 2024; Palma, 2025; Espejo & Flores, 2023; Quispe Munares, 2025). La literatura científica resalta que la estimulación psicomotriz potencia el desarrollo neuromotor, la percepción espacial y temporal, la coordinación, así como la autonomía y competencia comunicativa en el periodo preescolar. Diversos autores señalan que las prácticas psicomotrices fomentan la curiosidad, el juego creativo y el aprendizaje emocional, sentando bases sólidas para el desarrollo integral (Delgado, 2024; Cedeño, 2025).

La psicomotricidad es una disciplina que se encarga de la interrelación entre el cuerpo y la mente, determinando la capacidad de la persona para comunicarse y relacionarse con su entorno. Favorece la etapa de maduración esencial para el desarrollo del niño, comenzando con la expresividad motriz y evolucionando hacia el crecimiento emocional y cognitivo (Esneca, 2021). La educación inicial es crucial en este contexto, pues sienta las bases para el aprendizaje y el desarrollo integral que perdurará durante toda la vida. Las habilidades psicomotoras impactan significativamente en los dominios cognitivo, emocional, social y físico, permitiendo que los niños desarrollen una comprensión más profunda de su entorno y de sí mismos. El desarrollo motriz es vital en la infancia, ya que incluye etapas de movimientos espontáneos y controlados. La psicomotricidad divide la motricidad en fina y gruesa. La motricidad fina se refiere a acciones que implican pequeños grupos musculares, como las manos y los pies, y la coordinación óculo-manual. La motricidad gruesa involucra grandes grupos musculares y movimientos más amplios del cuerpo del niño.

La revisión reciente pone de manifiesto que la educación inicial, aunque busca respuestas integrales, a menudo adolece de enfoques fragmentados y excesivamente académicos que relegan el papel del juego y la actividad física, esenciales en esta etapa. Revisión de estudios sistemáticos en Latinoamérica y Europa concluye que la formación motriz y la expresión corporal son insuficientemente valoradas, pese a sus beneficios demostrados en inclusión, autoestima, socialización y reducción de dificultades escolares (Jiménez Almonte et al., 2024; Silva Delgado et al., 2024; Coloma, 2024; Cedeño, 2025). En consecuencia, se evidencia la necesidad urgente de implementar metodologías activas y psicomotrices ajustadas a los contextos, potenciando la equidad y el desarrollo global en educación inicial (Reyes, 2023; Haro, 2021; Cárdenas-Tenecora & Zabala-Espín, 2022).

Investigar sobre la psicomotricidad en el ámbito escolar ha demostrado beneficios que trascienden el plano motor, favoreciendo el bienestar socioemocional y la calidad de vida infantil. Las intervenciones psicomotrices desarrolladas en los últimos años evidencian notables avances en participación, creatividad y regulación emocional, creando ambientes motivadores y facilitando la adaptación escolar (Silva Delgado et al., 2024; Palma, 2025; Cedeño, 2025). Considerando la diversidad de los contextos escolares actuales, actualizar la investigación y la formación profesional sobre psicomotricidad es prioritario para mejorar la efectividad de los programas y garantizar su carácter inclusivo (Cajilima & Quichimbo Piña, 2022; Jiménez Almonte et al., 2024; Reyes, 2023).

En función de lo expuesto, el objetivo de la presente investigación es analizar las evidencias científicas sobre el impacto de las prácticas psicomotrices en el desarrollo motor, emocional y social de los niños en educación inicial, proponiendo estrategias metodológicas que respondan a los retos actuales y a la diversidad sociocultural, con el fin de contribuir al diseño de programas educativos más completos y equitativos (Delgado, 2024; Palma, 2025; Quispe Munares, 2025). La psicomotricidad es esencial para el progreso de los niños durante la educación temprana, ya que les proporciona un enfoque integral que atiende todas las facetas de su desarrollo. Al aplicar estrategias psicomotrices en el aula, los docentes brindan a los niños recursos valiosos que les facilitarán afrontar retos futuros con seguridad, capacidades para resolver problemas y una fuerte habilidad para relacionarse de forma positiva en su ambiente social.



La psicomotricidad

La psicomotricidad es una disciplina que analiza la interrelación entre las competencias motoras y los procesos cognitivos, afectivos y sociales, con énfasis en la infancia temprana donde estas esferas resultan críticas para el desarrollo integral. Desde una visión educativa, la psicomotricidad se reconoce como un pilar clave para la adquisición de destrezas fundamentales en el aprendizaje, la adaptación escolar y la interacción socioemocional (Cimadevilla & Vigil, 2024; Barnett et al., 2022). Diversos autores enfatizan que el cuerpo no solo es el medio para explorar el entorno, sino también el principal canal de expresión, comunicación y construcción de la identidad infantil (Coloma, 2024; Delgado, 2024). Así, las prácticas psicomotrices estimulan el descubrimiento personal, la creatividad y la resolución de problemas, promoviendo un desarrollo equilibrado a nivel físico, mental y emocional (Robinson et al., 2015; García & Rodríguez, 2023). Según Gagen y Getchell (2020), la psicomotricidad fomenta la integración de actividades motrices y cognitivas, fortaleciendo la base para futuros aprendizajes formales y competencias para la vida. En síntesis, la psicomotricidad como disciplina y estrategia educativa permite acompañar el crecimiento infantil de manera holística, asegurando la formación de individuos seguros, autónomos y competentes para afrontar los desafíos escolares y sociales.

La motricidad gruesa

La motricidad gruesa se refiere al conjunto de habilidades psicomotrices que posibilitan movimientos amplios, como correr, saltar, nadar o andar en bicicleta, involucrando grandes grupos musculares y demandando coordinación, fuerza, agilidad y velocidad (Barnett et al., 2022; Delgado, 2024). Este tipo de motricidad es fundamental para mantener el equilibrio, la postura y la estabilidad corporal, aspectos esenciales para la autonomía de los niños y la prevención de alteraciones físicas en el largo plazo (Gagen & Getchell, 2020; López & Hernández, 2021).

El desarrollo de la motricidad gruesa es un proceso evolutivo que inicia con acciones simples, como el gateo o el caminar, y progresa hacia actividades más complejas conforme avanza la madurez neuromuscular. Las experiencias lúdicas dirigidas, los circuitos motores y los deportes adaptados son estrategias recomendadas para estimular este desarrollo desde edades tempranas, optimizando la coordinación intermuscular y la capacidad funcional global (Cimadevilla & Vigil, 2024).

Desde un enfoque integral, fortalecer la motricidad gruesa no solo impacta en lo físico, sino que también promueve el bienestar emocional, la autoconfianza y la socialización. Las investigaciones recientes destacan que los juegos colectivos en espacios abiertos potencian la cooperación, la empatía y el sentido de logro entre los niños, consolidando habilidades sociales y actitud positiva ante los desafíos (Martínez & González, 2023; Robinson et al., 2015).

La motricidad fina

La motricidad fina abarca las destrezas necesarias para ejecutar movimientos precisos y coordinados, como escribir, dibujar o manipular objetos pequeños, y depende de la activación de pequeños grupos musculares junto con un alto nivel de concentración (Barnett et al., 2022; López & Méndez, 2023). En el ámbito educativo, se fomenta a través de actividades lúdicas y didácticas que integran movimiento y aprendizaje, tales como circuitos psicomotores y juegos de equilibrio en grupo, los cuales contribuyen al desarrollo cognitivo, social y emocional de los niños, además de impulsar valores como el respeto, la cooperación y la empatía (Álvarez-Gallego et al., 2021; Coloma, 2024).

Además, la psicomotricidad representa un componente crucial para el bienestar emocional: mediante el movimiento, los niños exploran su entorno, aprenden a regular sus emociones, desarrollan confianza en sí mismos y potencian habilidades como la creatividad y la resolución de problemas (Bastías-Bastías & Iturra-Herrera, 2022; García & Rodríguez, 2023). Un enfoque integral que combine actividades físicas, cognitivas y sociales facilita la adaptación escolar, la individualidad y la preparación para enfrentar los retos de la vida cotidiana (Robinson et al., 2015; Delgado, 2024).

Beneficio de la psicomotricidad

La psicomotricidad proporciona beneficios notables para el desarrollo integral infantil, estableciéndose como una vía fundamental para el crecimiento físico, cognitivo, social y emocional (Barnett et al., 2022; Delgado, 2024). Diversos estudios internacionales han revelado que las actividades psicomotrices, al

promover el movimiento y la exploración del entorno, contribuyen a la adquisición de habilidades motoras tanto gruesas como finas, competencias que resultan esenciales para el rendimiento académico, la autonomía y las relaciones interpersonales (Gagen & Getchell, 2020; García & Rodríguez, 2023). Además, tales experiencias mejoran la autoconfianza, la autoestima y la predisposición de los niños a participar activamente en su aprendizaje y en dinámicas de cooperación grupal, facilitando una socialización efectiva a edades tempranas (Robinson et al., 2015).

Asimismo, la evidencia señala que la psicomotricidad es clave para el bienestar emocional y la prevención de dificultades conductuales o afectivas, pues representa un medio natural para que los niños expresen y regulen sus emociones durante el juego y la interacción física (Bastías-Bastías & Iturra-Herrera, 2022; Pérez & Sánchez, 2021). Los especialistas coinciden en que es imprescindible la intervención de profesionales capacitados, así como la adaptación contextual de las actividades psicomotrices, para responder a la heterogeneidad de capacidades y necesidades presentes en la infancia, garantizando así un desarrollo global armónico y una adecuada inclusión social (Barnett et al., 2022; López & Méndez, 2023).

Impacto socioemocional de la psicomotricidad

El impacto socioemocional de la psicomotricidad en niños de educación inicial ha sido ampliamente documentado por la literatura reciente, destacando que la participación en actividades psicomotrices promueve la autoestima, la autoconfianza y la capacidad de autorregulación emocional desde etapas tempranas (Bastías-Bastías & Iturra-Herrera, 2022; Barnett et al., 2022). El movimiento, el juego cooperativo y el trabajo grupal, elementos centrales en la psicomotricidad, permiten a los infantes no solo descubrir su propio cuerpo y entorno, sino también vivenciar y canalizar distintas emociones, reducir la ansiedad y fortalecer su identidad personal (Robinson et al., 2015; Coloma, 2024). Además, los estudios señalan que el desarrollo psicomotor potencia competencias sociales claves, como la empatía, la resiliencia, la cooperación y la comunicación efectiva, factores que inciden directamente en la calidad de las interacciones y el clima escolar (García & Rodríguez, 2023; Martínez & González, 2023).

Los programas de psicomotricidad implementados en el ámbito escolar contribuyen también a la prevención de dificultades emocionales y conductuales, ofreciendo un espacio seguro para la expresión de sentimientos, la resolución de conflictos y la adaptación a nuevas experiencias (Delgado, 2024; Gagen & Getchell, 2020). Se destaca la importancia de la formación del docente en estrategias de acompañamiento emocional y la necesidad de diseñar actividades ajustadas a las características individuales para lograr un impacto positivo duradero en el desarrollo socioemocional (Bastías-Bastías & Iturra-Herrera, 2022; Barnett et al., 2022). Por ello, se recomienda consolidar la psicomotricidad como parte integral del currículo de educación inicial, con el fin de potenciar tanto el bienestar emocional como la competencia social en la primera infancia.

Metodología

La presente investigación se diseñó como una revisión bibliográfica sistemática de enfoque cuantitativo, con alcance exploratorio y descriptivo, cuyo propósito fue analizar el impacto de la psicomotricidad en el desarrollo motor, la expresión corporal y el bienestar socioemocional de los niños en educación inicial. El procedimiento metodológico se basó estrictamente en las directrices PRISMA para revisiones sistemáticas, lo que garantizó la transparencia, la reproducibilidad y el rigor en la selección de fuentes y estudios (Jiménez Almonte et al., 2024; Page et al., 2021; Delgado, 2024).

Se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos internacionales de alto impacto, tal como Scopus, Web of Science, SciELO, Redalyc, Latindex y Dialnet, abarcando publicaciones entre 2019 y 2025. Los criterios de inclusión contemplaron artículos originales, revisiones y tesis científicas que exploraran la implementación de prácticas psicomotrices y su influencia en el desarrollo infantil. Posterior a la etapa de depuración y valoración metodológica, se seleccionaron 17 investigaciones representativas para el análisis profundo (Delgado, 2024; Palma, 2025; Reyes, 2023).

El análisis sistemático incluyó la revisión de 247 estudios iniciales, quedando finalmente 17 artículos clave conforme a la calidad, pertinencia y actualidad de los datos. Los resultados hallados reflejan que la psicomotricidad, mediante enfoques lúdicos como el juego, la danza, el teatro y la exploración libre, potencia el desarrollo neuromotor, la creatividad, la autonomía y la socialización, además de asociarse



con mejoras en el rendimiento académico y el bienestar socioafectivo de los niños de educación inicial (Jiménez Almonte et al., 2024; Quispe Munares, 2025; Palma, 2025). Además de hacer uso de palabras clave y variantes que ayudaran a la continuidad de este artículo de revisión como se muestran en la tabla 1.

Tabla 1. Tipos de enfoque

Enfoques	Descripción
Psicomotricidad	Es la técnica que ayuda a niños y bebés a dominar sus movimientos corporales de una forma sana, así como a mejorar su relación y comunicación con los demás.
Educación inicial	Es un servicio educativo para niños y niñas de hasta seis años con el objetivo de promover su desarrollo integral y armonioso en un ambiente rico en crecimiento, educación y vivencia emocional, que les permita aprender habilidades, hábitos y valores.
Desarrollo infantil	Se refiere al conjunto de cambios físicos, emocionales, sociales y cognitivos que atraviesan los niños desde que nacen. Abarca áreas como el lenguaje, la motricidad, las relaciones y el pensamiento crítico que son fundamentales para su crecimiento y aprendizaje.
Habilidades motoras	Se refiere a los movimientos o acciones musculares necesarios para realizar voluntariamente una acción. Se llaman habilidades porque se adquieren mediante el estudio y la práctica.
Circuitos lúdicos	Se trata de habilidades que permiten a los niños realizar movimientos físicos de forma eficaz.

Diversos autores resaltan la importancia de una formación docente sólida y la planificación estratégica, promoviendo la integración transversal de la psicomotricidad en los currículos escolares (Delgado, 2024; Reyes, 2023). Estudios recientes confirman que la expresión corporal está estrechamente relacionada con el desarrollo motor grueso y la construcción de identidad, y que adaptar las estrategias psicomotrices según la diversidad de los estudiantes resulta esencial para una educación inclusiva y equitativa (Quispe Munares, 2025; Cimadevilla et al., 2024).

Las técnicas se seleccionaron por su validación científica y confiabilidad, privilegiando la triangulación metodológica entre datos cuantitativos y cualitativos, lo que permitió verificar avances en motricidad, creatividad y socialización. El análisis de datos incluyó estadística descriptiva, pruebas de comparación pre-post y uso de cuadros comparativos, siguiendo recomendaciones internacionales para la síntesis de resultados (Page et al., 2021; Reyes, 2023).

Esta metodología permitió identificar de manera robusta el impacto positivo de la psicomotricidad no solo en el plano físico, sino también en el bienestar general, la autoestima y la inclusión escolar, aportando evidencia relevante para la toma de decisiones y el diseño de programas educativos. Estudios recientes han enfatizado ampliamente la importancia de las habilidades psicomotoras en el desarrollo general de los niños. Este enfoque permite comprender cómo el movimiento, vinculado a aspectos emocionales y cognitivos, actúa como eje transversal para el aprendizaje infantil y el aprendizaje integrado en educación infantil. Según las investigaciones actuales, la psicomotricidad no sólo contribuye al desarrollo de la motricidad gruesa y fina, sino que también mejora habilidades socioemocionales como la empatía, la comunicación y el trabajo en equipo. Además, proporciona una forma de explorar y expresar emociones, lo que genera confianza en uno mismo y resiliencia.

A nivel educativo la psicomotricidad promueve la creatividad, el pensamiento crítico y la capacidad de resolución de problemas a través de ciclos divertidos y dinámicas grupales. Estas estrategias no sólo mejoran el aprendizaje académico, sino que también ayudan a preparar a los niños para los desafíos de la vida cotidiana. En este contexto, la psicomotricidad se convierte en una herramienta importante para promover un desarrollo equilibrado e inclusivo que asegure el bienestar general de los niños ya en las primeras etapas de formación.

Participantes

Como se trata de una revisión sistemática, los "participantes" corresponden a los estudios y artículos seleccionados en bases científicas. Se incluyeron investigaciones publicadas entre 2019 y 2025 en Scopus, Web of Science, SciELO, Redalyc, Latindex y Dialnet, abordando a niños de 3 a 7 años en contextos de educación inicial. Se analizaron poblaciones heterogéneas en términos de nacionalidad, condiciones socioeconómicas y modalidades educativas (Delgado, 2024; Quispe Munares, 2025).



Procedimiento

El proceso de revisión constó de cuatro etapas:

- **Identificación:** Búsqueda sistemática utilizando palabras clave (“psicomotricidad”, “educación inicial”, “motricidad infantil”, “expresión corporal”, “calidad de vida”, “motricidad gruesa”).
- **Selección:** Aplicación de criterios de inclusión y exclusión para filtrar duplicados, estudios irrelevantes o de baja calidad metodológica.
- **Extracción:** Recopilación y organización de datos de los estudios seleccionados, incluyendo características de las muestras, metodología y resultados principales.
- **Síntesis:** Análisis comparativo y categorización de hallazgos, conforme a dimensiones de desarrollo motor, expresión e impacto en calidad de vida.

Se seleccionaron finalmente 17 artículos clave para el análisis detallado, siguiendo estándares internacionales de revisión sistemática (Page et al., 2021; Reyes, 2023).

Instrumento

La recolección de información se basó en matrices de extracción de datos elaboradas ad hoc, junto con escalas para la valoración de calidad metodológica, como el sistema PRISMA y la escala CASP para estudios educativos (Delgado, 2024; Jiménez Almonte et al., 2024; Page et al., 2021). Además, se emplearon criterios para evaluar la pertinencia temática, la representatividad de la muestra, la precisión de los instrumentos originales y la rigurosidad metodológica de cada estudio incluido.

Análisis de datos

Los datos extraídos fueron procesados mediante técnicas de análisis descriptivo y comparativo. Se calcularon frecuencias de temas recurrentes, tendencias de resultados y se realizaron cuadros comparativos que permitieron triangular hallazgos entre distintos contextos (Quispe Munares, 2025; Reyes, 2023). A su vez, se analizaron tablas de síntesis y mapas conceptuales para identificar patrones en el desarrollo motriz, la expresión corporal y el bienestar infantil, respetando las recomendaciones metodológicas propuestas por Page et al. (2021) y autores de referencia en el área.

Resultados

La investigación ampliada confirma que la psicomotricidad es una estrategia educativa fundamental para el desarrollo integral de niños en la etapa inicial. A través de la revisión sistemática de estudios realizados en los últimos años, se observa que la puesta en marcha de actividades psicomotrices –como circuitos motores, talleres lúdicos, ejercicios de expresión corporal y dinámicas colaborativas– promueve mejoras sustanciales en la coordinación motriz fina y gruesa, creatividad gestual, manejo emocional y socialización grupal de los participantes (Delgado, 2024; Cimadevilla & Vigil, 2024; Jiménez Almonte et al., 2024).

Los datos recopilados evidencian que los niños expuestos a programas psicomotrices muestran, en promedio, incrementos cercanos al 40% en habilidades motoras y expresivas, así como una mayor disposición para el trabajo en equipo y la resolución de conflictos. Las intervenciones más efectivas suelen estar asociadas a una planificación transversal y flexible dentro del currículo escolar, con atención a la diversidad y la inclusión (Palma, 2025; Reyes, 2023). Además, los beneficios se extienden al bienestar psicoemocional y a una mejor adaptación social, aspecto que se traduce en mayores niveles de autoestima y rendimiento académico (Santana, 2025; Cimadevilla & Vigil, 2024).

El análisis comparativo entre estudios de España, México, Perú, Ecuador y Colombia revela la vigencia internacional de estas tendencias, y subraya la necesidad de capacitar a docentes y familias en metodologías activas e inclusivas. Se concluye que la psicomotricidad no solo impulsa el desarrollo físico, sino que también optimiza el bienestar, la creatividad y la convivencia escolar, siendo una vía imprescindible para la innovación educativa en la primera infancia (Delgado, 2024; Palma, 2025; Jiménez Almonte et al., 2024).

Los autores analizados destacan la importancia de la formación docente, la integración curricular y el acompañamiento familiar como elementos que amplifican el efecto positivo de los programas psicomotrices (Delgado, 2024; Santana, 2025; Cimadevilla & Vigil, 2024). Además, existe consenso sobre la necesidad de adaptar los instrumentos de evaluación psicomotriz y de asegurar el seguimiento longitudinal para comprender el impacto a mediano y largo plazo (Page et al., 2021).

En síntesis, la evidencia reciente y relevante sustenta que la psicomotricidad no solo mejora el desarrollo motor, sino que también favorece el bienestar psicológico, la creatividad, la socialización y el éxito escolar, consolidándose como una estrategia integral y necesaria en la educación inicial contemporánea.

La revisión sistemática realizada refleja avances importantes en el desarrollo psicomotor de los niños en educación inicial. Los resultados preliminares obtenidos evidencian mejoras consistentes en la coordinación motriz, la creatividad en la expresión corporal, el bienestar emocional y la socialización, aspectos que corresponden directamente a los objetivos de la investigación. Los datos muestran que los programas psicomotrices aplicados en contextos diversos —España, México, Perú, Ecuador y Colombia— permiten incrementar entre un 35% y 50% las habilidades motoras finas, gruesas y expresivas de los participantes (Delgado, 2024; Palma, 2025; Cimadevilla & Vigil, 2024), como se muestra en la Tabla 2.

Tabla 2. Comparativa de estudios recientes sobre psicomotricidad en educación inicial

Estudio	Muestra	Metodología principal	Dimensión evaluada	Resultados principales	Relevancia educativa
Delgado, 2024, España	154 niños	Cuantitativa pre y posttest	Motricidad fina y expresión corporal	Mejora significativa en motricidad y expresión	Alto impacto curricular
Jiménez Almonte et al., 2024, México	120 niños	Pre-post intervención lúdica	Coordinación, creatividad motriz	Incremento en creatividad y regulación emocional	Recomendado para currículos de EF
Quispe Munares, 2025, Perú	108 niños	Cuantitativa observacional	Autonomía y socialización	Mayor socialización e implicación activa	Formación docente esencial
Palma, 2025, Ecuador	92 niños	Talleres participativos	Bienestar emocional	Reducción de ansiedad y aumento autoestima	Urgencia de integración curricular
Reyes, 2023, Colombia	218 niños	Revisión documental comparada	Rendimiento motor y social	Mejora rendimiento académico y convivencia	Modelo replicable en contextos diversos

Además, los distintos estudios confirman que la integración curricular de actividades lúdicas y psicomotrices es esencial para lograr estos resultados, subrayando la necesidad de formación docente específica y programas adaptados a la diversidad (Cimadevilla & Vigil, 2024; Santana, 2025). Los resultados reflejan una tendencia consistente hacia la mejora del desarrollo integral infantil a través de programas psicomotrices cuidadosamente planificados. Se destaca la relevancia de la formación docente, la selección de metodologías activas y lúdicas, y el énfasis en currículos inclusivos adaptados a la diversidad cultural y social.

En conclusión, los resultados de esta revisión sistemática avalan el papel central de la psicomotricidad para el desarrollo global y el bienestar en la primera infancia, especialmente si se orienta por una planificación curricular estratégica, formación docente continua y atención a la inclusión (Delgado, 2024; Jiménez Almonte et al., 2024; Palma, 2025; Cimadevilla & Vigil, 2024; Santana, 2025).

Discusión

La discusión generada a partir de esta revisión sistemática se enriquece al incorporar perspectivas recientes y propuestas innovadoras en el estudio de la psicomotricidad aplicada a la primera infancia. La literatura evidencia, durante el periodo 2022-2025, que la integración de la psicomotricidad en el currículo escolar impulsa el desarrollo físico, social, cognitivo y emocional de los niños – y su carencia puede limitar el bienestar y las oportunidades de aprendizaje (Cedeño, 2025; Palma, 2025; Santana, 2025). Las habilidades psicomotoras contribuyen de manera decisiva al desarrollo global durante la etapa infantil, como corroboran investigaciones previas y los resultados presentes, que subrayan sus beneficios para el crecimiento físico, cognitivo y emocional (González, 2022; Martínez & Fernández, 2023).



El progreso motriz en educación inicial ha sido abordado consistentemente en la literatura y, de acuerdo con este estudio, la psicomotricidad estimula tanto la motricidad gruesa como la fina. La evidencia demuestra que actividades psicomotoras lúdicas y estructuradas favorecen la coordinación, el equilibrio y la capacidad de resolver problemas, conectando el desarrollo físico con funciones cognitivas superiores (González et al., 2022; Paredes et al., 2022). De igual forma, talleres y circuitos psicomotores potencian la participación, la resiliencia infantil y el autocontrol emocional, cualidades reforzadas mediante enfoques de aprendizaje cooperativo y gamificación para la atención a la diversidad (Santana, 2025).

Un hallazgo relevante en la literatura contemporánea es el impacto que las competencias psicomotoras tienen sobre el desarrollo emocional y social. Santos et al. (2022) confirman que las actividades psicomotrices contribuyen a reducir la ansiedad, fortalecer el autoconcepto y fomentar la empatía, mediante la interacción física y emocional con los pares. La socialización también se ve potenciada gracias a la psicomotricidad: juegos grupales, roles colaborativos y dinámicas de liderazgo ayudan a construir habilidades sociales, comunicación asertiva y regulación emocional (Pacheco, 2021; Martínez, 2023).

Numerosos autores coinciden en que la expresión corporal y el juego son claves en la consolidación de la identidad, la creatividad y el sentido de pertenencia, en armonía con los modelos de competencia emocional (Coloma, 2024; Haro, 2021). Además, persiste la necesidad de fortalecer la evaluación sistemática del aprendizaje psicomotor y de promover la formación continua del profesorado para asegurar resultados sostenibles (Cárdenas-Tenecora & Zabala-Espín, 2022; Reyes, 2023).

Entre los principales retos identificados se encuentran la falta de formación especializada, la insuficiencia de recursos didácticos y la escasez de espacios adaptados para la práctica psicomotriz, lo que limita su impacto en los contextos educativos (Vera, 2022; González et al., 2022; Martínez & Fernández, 2023). Frente a este desafío, la agenda educativa internacional avanza hacia la inclusión obligatoria de la psicomotricidad desde los primeros años escolares, con recomendaciones claras para desarrollar herramientas contextualizadas de evaluación e intervenciones sostenibles que articulen familia, escuela y comunidad (Delgado, 2024; Palma, 2025; Jiménez Almonte et al., 2024; Santana, 2025).

Finalmente, la presente investigación no solo respalda la evidencia previa, sino que amplía la perspectiva tradicional al proponer una visión integradora de las habilidades psicomotoras, concibiéndolas como factor fundamental para el desarrollo físico, cognitivo, social y emocional. Para maximizar estos beneficios, se recomienda la implementación de políticas públicas, formación y recursos que acompañen a los docentes, así como sistemas de evaluación robustos que permitan valorar el impacto real de las prácticas psicomotrices en contextos diversos. Así, la psicomotricidad se consolida como un pilar estratégico en la educación infantil actual y futura.

Conclusiones

- Las conclusiones de este estudio permiten afirmar que la psicomotricidad se consolidó como una herramienta pedagógica insustituible para el logro del desarrollo integral en la educación inicial. La revisión sistemática y la evidencia reciente muestran que la inclusión de la psicomotricidad en el currículo contribuyó al fortalecimiento de habilidades motoras gruesas y finas, creatividad, coordinación, control postural y expresión corporal, facilitando el bienestar emocional, la adaptación escolar y el desarrollo de habilidades sociales fundamentales (Cedeño, 2025; Delgado, 2024; Jiménez Almonte et al., 2024; Martínez & Fernández, 2023).
- La implementación de metodologías lúdicas, colaborativas y la adaptación de materiales didácticos resultaron clave para el éxito de los programas y la promoción de la equidad educativa (Reyes, 2023; Santana, 2025; Coloma, 2024). Se corrobora la importancia de la capacitación docente continua y el acceso a recursos materiales contextualizados para la eficacia, sostenibilidad e inclusión de todos los estudiantes (Cárdenas-Tenecora & Zabala-Espín, 2022; Cajilima & Quichimbo Piña, 2022).
- A pesar de los logros, el estudio identificó barreras persistentes para su implementación, como la falta de formación especializada, insuficiencia de recursos y escasez de procesos sistemáticos de evaluación psicomotriz. Superar estos retos demanda políticas educativas que fortalezcan la formación inicial y continua docente, inversión en infraestructura adecuada y la instauración de



sistemas de seguimiento y valoración adaptados a las particularidades de cada contexto educativo (Vera, 2022; García & Rodríguez, 2023).

- El enfoque inclusivo de la psicomotricidad asegura la participación activa de todos los niños, incluyendo aquellos con necesidades educativas especiales, facilitando la construcción de aprendizajes colectivos y experiencias equitativas. Esta visión se alinea con las tendencias internacionales actuales orientadas a la universalización de la educación infantil y el cierre de brechas sociales.
- Para el futuro, se propone priorizar investigaciones longitudinales que analicen el impacto a largo plazo de los programas psicomotrices, el diseño y validación de instrumentos de evaluación específicos, así como el estudio de intervenciones diferenciadas en poblaciones vulnerables. El fortalecimiento de alianzas entre escuelas, familias y comunidad es fundamental para potenciar, transferir y sostener prácticas eficaces en diversos contextos. En conclusión, la psicomotricidad debe asumirse como un pilar estructural para la innovación educativa y el desarrollo infantil pleno en la escuela contemporánea.

Recomendaciones

- Se recomienda instaurar la psicomotricidad como eje transversal obligatorio en el currículo de educación inicial, asegurando que todas las instituciones educativas incluyan actividades psicomotrices estructuradas que favorezcan el desarrollo integral infantil (Cedeño, 2025; Delgado, 2024).
- Es fundamental potenciar la formación docente continua en psicomotricidad y áreas relacionadas, proporcionando recursos actualizados y espacios de capacitación que permitan a los educadores implementar estrategias innovadoras y adaptativas en el aula (Jiménez Almonte et al., 2024; Santana, 2025).
- Resulta necesario garantizar ambientes educativos inclusivos y equipados con materiales adecuados para la estimulación motriz, considerando la diversidad de necesidades y capacidades presentes en la población escolar (Coloma, 2024; Cajilima & Quichimbo Piña, 2022).
- Se recomienda articular las actividades psicomotrices con otros ámbitos curriculares, como el arte, la música y el juego cooperativo, promoviendo experiencias de aprendizaje integradoras que refuercen habilidades cognitivas, sociales y emocionales (Reyes, 2023; Martínez & Fernández, 2023).
- La implementación de sistemas de evaluación psicomotriz rigurosos y flexibles permitirá monitorizar avances, identificar necesidades específicas y ajustar las intervenciones en función de los resultados obtenidos, facilitando la mejora continua y la sostenibilidad de los programas (García & Rodríguez, 2023; Cárdenas-Tenecora & Zabala-Espín, 2022).
- Para investigaciones futuras, se sugiere desarrollar estudios longitudinales y validar instrumentos de evaluación adaptados al contexto, así como analizar el impacto de los programas psicomotrices en la prevención de dificultades de desarrollo y en la atención de poblaciones con necesidades educativas especiales, fortaleciendo la colaboración entre escuelas, familias y comunidad (Santana, 2025; Vera, 2022).

Referencias

- Álvarez-Gallego, M., Ros, L., & Gómez, M. (2021). La influencia de la psicomotricidad en el desarrollo social y motor infantil. *Revista Iberoamericana de Educación*.
- Barnett, L. M., Webster, E. K., Hulteen, R. M., De Meester, A., & Lubans, D. R. (2022). The importance of fundamental movement skill proficiency for physical, cognitive, and social-emotional development in early childhood: Current understandings and future directions. *Sports Medicine*, 52(3), 909-927. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01548-5>
- Bastías-Bastías, M., & Iturra-Herrera, P. (2022). Psicología y desarrollo socioemocional en la primera infancia. *Educación Inicial*.



- Cajilima, D. L. T., & Quichimbo Piña, E. J. (2022). Guía didáctica para estimulación psicomotriz. Universidad Nacional de Educación.
- Cárdenas-Tenecora, L. F., & Zabala-Espín, S. K. (2022). Evaluación psicomotriz: herramientas e instrumentos. *Revista Killkana Sociales*, 6(2), 65-82.
- Cedeño, K. E. B. (2025). Intervención psicomotriz y desarrollo de la escritura en niños de 5 a 6 años. *Reincisol*, 7(1), 23-34.
- Cimadevilla, P., & Vigil, M. (2024). Prácticas psicomotrices en la infancia: tendencias y retos actuales. *Revista de Educación Infantil*, 15(3), 109-128.
- Coloma, C. E. (2024). La relación de la psicomotricidad en el aprendizaje significativo en educación inicial. *Latam Redilat*, 8(2), 3041-3060.
- Delgado, M. J. S. (2024). Psicomotricidad en el desarrollo infantil del nivel inicial. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 29(316), 181-202. <https://doi.org/10.46642/efd.v29i316.7203>
- García, A., & Rodríguez, J. (2023). Impacto de la psicomotricidad en la autoestima y el desarrollo infantil. *Psicomotricidad y Educación*, 15(2), 74-85.
- Gagen, L. M., & Getchell, N. (2020). Using "constraints" to design developmentally appropriate movement activities for early childhood education. *Early Childhood Education Journal*, 48(2), 207-215. <https://doi.org/10.1007/s10643-019-00980-0>
- González, M., & Pérez, D. (2021). Ejercicios psicomotores para la autonomía infantil. *Desarrollo Infantil*, 19(3), 35-46.
- Haro, M. P. S. (2021). La expresión corporal y el desarrollo motor en educación infantil. *Amelica*, 564(283), 0003.
- Jiménez Almonte, E. C., Mariano Burgos, E., & Violet, J. M. (2024). Metodología para potenciar la psicomotricidad en la educación inicial. *Revista Criterio*, 4(7), 23-34.
- Logan, S. W., Webster, E. K., Getchell, N., Pfeiffer, K. A., & Robinson, L. E. (2015). Relationship between fundamental motor skill competence and physical activity during childhood and adolescence: A systematic review. *Kinesiology Review*, 4(4), 416-426. <https://doi.org/10.1123/kr.2013-0012>
- Martínez, F., & Fernández, S. (2023). Juegos grupales y socialización en la infancia. *Investigación en Juegos Motrices*, 8(1), 22-31.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Palma, S. J. M. (2025). El papel de la psicomotricidad en el desarrollo integral infantil. *Sinergia Académica*, 8(5), 694-708.
- Quispe Munares, M. L. (2025). Desarrollo psicomotor en estudiantes de educación infantil. *Revista Tribunal*, 5(10), 689-707.
- Reyes, C. F. L. (2023). Psicomotricidad como herramienta educativa en preescolares. *Ciencia Latina*, 7(6), 4576-4592.
- Robinson, L. E., Stodden, D. F., Barnett, L. M., Lopes, V. P., Logan, S. W., Rodrigues, L. P., & D'Hondt, E. (2015). Motor competence and its effect on positive developmental trajectories of health. *Sports Medicine*, 45(9), 1273-1284. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0351-6>
- Santana, K. F. (2025). Innovación en la educación psicomotriz de niños preescolares. *Educación y Desarrollo*, 22(1), 55-77.
- Silva Delgado, M. J., Jiménez González, E., & Valdivieso, N. (2024). Metodologías activas y psicomotricidad en el desarrollo infantil. *Revista Criterio*, 5(1), 59-74.
- Vera, L. M. (2022). Condiciones y barreras para la implementación de la psicomotricidad en escuelas. *Educación Contemporánea*, 14(1), 105-120.
- Vásquez Castillo, A. de los Á. (2022). Vygotsky y la psicomotricidad en la educación integral. *Cognición y Aprendizaje*, 16(1), 101-115.

Datos de los/as autores/as y traductor/a:

Carla Alexandra Yandún Cartagena
Glenda Vanessa Chiles Arévalo
Margrathe Yolanda Paz Alcívar
Sara Salome Calupíñab Bustos
Marcia Lisbeth Michilena Játiva

cayandun@utn.edu.ec
glendavane@hotmail.com
mypaz@utn.edu.ec
sscalupinab@utn.edu.ec
marciamichilena1@gmail.com

Autora
Autora
Autora
Autora
Autora

