



DOI: <https://doi.org/10.46296/yc.v10i18.0861>

SISTEMA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA FORTALECER EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA EN NIÑOS DE 3 A 4 AÑOS

SYSTEM OF RECREATIONAL ACTIVITIES TO STRENGTHEN THE DEVELOPMENT OF GROSS MOTOR SKILLS IN CHILDREN AGED 3 TO 4 YEARS

Pardo-Guayanay Mariuxi Yadira ¹; Arroyo-Vera Zoila Julia ²

¹ Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador.

Correo: mpardo5149@utm.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-7661-4585>

² Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador.

Correo: zoila.arroyo@utm.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7741-6213>

Resumen

La investigación como tal, analiza el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años de la Escuela Miguel Riofrío ubicada en Loja, Ecuador, con el objetivo de elaborar un sistema de actividades recreativas que fortalezcan habilidades motoras esenciales como equilibrio, coordinación, fuerza muscular y desplazamiento. La metodología utilizada fue, mixta descriptivo-experimental cuasi-experimental, se aplicó una entrevistando a dos docentes y una lista de cotejo a 20 niños, evaluando así, la coordinación, fuerza, equilibrio y participación. Los resultados evidenciaron la existencia de actividades esporádicas, como circuitos simples y saltos, donde se destacaron las habilidades de desplazamiento con un 80% de éxito. Sin embargo, se encontraron debilidades importantes en el equilibrio unipodal, en los saltos bilaterales y en la coordinación óculo-manual. Estas limitaciones se debieron a espacios reducidos y a la falta de materiales adecuados. Por lo que se realizó una propuesta de cinco actividades lúdicas estructuradas, misma que recibió una validación mediante especialistas del 95.66%. En conclusión, se confirma que las prácticas recreativas actuales no son suficientes para un desarrollo motriz integral, lo que justifica el sistema propuesto como una herramienta pedagógica sistemática. Este sistema supera las limitaciones institucionales a través de una planificación secuencial, portafolios evaluativos y un enfoque lúdico adaptado. Esta intervención no solo potencia las habilidades físicas y la autonomía socioemocional, sino que también combate el sedentarismo infantil, contribuyendo de manera significativa a los currículos locales de educación inicial con experiencias motoras que son evaluables y transformadoras.

Palabras claves: motricidad gruesa, actividades recreativas, desarrollo infantil, juego lúdico, coordinación motora.

Abstract

This research analyzes the development of gross motor skills in 3- to 4-year-old children at the Miguel Riofrío School in Loja, Ecuador, with the objective of developing a system of recreational activities that strengthen essential motor skills such as balance, coordination, muscle strength, and locomotion. The methodology employed was a mixed descriptive-experimental quasi-experimental approach. Two teachers were interviewed, and a checklist was administered to 20 children to evaluate their coordination, strength, balance, and participation. The results revealed the existence of sporadic activities, such as simple obstacle courses and jumping, where locomotion skills stood out with an 80% success rate. However, significant weaknesses were found in single-leg balance, bilateral jumping, and hand-eye coordination. These limitations were attributed to limited space and a lack of appropriate materials. Therefore, a proposal of five structured play activities was developed, which received 95.66% validation from specialists. In conclusion, it is confirmed that current recreational practices are insufficient for comprehensive motor development, justifying the proposed system as a systematic pedagogical tool. This system overcomes institutional limitations through sequential planning, evaluative portfolios, and an adapted play-based approach. This intervention not only enhances physical skills and socio-

Información del manuscrito:

Fecha de recepción: 13 de enero de 2026.

Fecha de aceptación: 25 de marzo de 2026.

Fecha de publicación: 27 de abril de 2026.



emotional autonomy but also combats childhood sedentary behavior, contributing significantly to local early childhood education curricula with motor experiences that are both assessable and transformative.

Keywords: gross motor skills, recreational activities, child development, play, motor coordination.

1. Introducción

Durante los primeros años de vida, el desarrollo de la motricidad gruesa es esencial para el crecimiento físico, cognitivo y emocional del niño. Estas habilidades incluyen movimientos amplios como correr, saltar, trepar y lanzar, que permiten al pequeño interactuar de manera activa con su entorno, ganar autonomía e integrarse en actividades sociales. La investigación científica muestra que un desarrollo deficiente de estas habilidades puede provocar retrasos en otras áreas del aprendizaje y afectar el bienestar general del niño (Ávila y Cazarez, 2024). Por lo tanto, es fundamental desarrollar estrategias educativas que promuevan la estimulación de la motricidad gruesa desde una edad temprana, enfocándose en actividades que sean tanto estructuradas como significativas.

A nivel internacional, los estudios están revelando una tendencia alarmante en cuanto al sedentarismo

infantil. En lugares como España, se ha encontrado que el 23,6% de los niños de entre 3 y 5 años tienen déficits en sus habilidades motoras gruesas. Esto se debe, en gran parte, a la falta de espacios adecuados para el juego activo y al aumento del tiempo que pasan en actividades sedentarias, como el uso excesivo de dispositivos electrónicos (Ortiz et al., 2021). Estas estadísticas nos muestran una situación que necesita la atención inmediata de la comunidad educativa, sobre todo en la educación inicial, que es la etapa donde se sientan las bases del desarrollo motor y se cultiva el amor por el movimiento a través del juego.

En América Latina, este fenómeno se presenta con una intensidad notable. Tomemos Brasil como ejemplo: se ha descubierto que solo el 45% de los niños de 3 a 4 años logran alcanzar los niveles esperados de desempeño motor, según los indicadores de desarrollo infantil (Tagle y Barberi, 2024). Estas



cifras reflejan la falta de implementación de propuestas pedagógicas que combinen el juego con actividades físicas estructuradas, lo que dificulta el desarrollo de la motricidad gruesa en el entorno escolar. Además, en muchos contextos, los docentes no cuentan con la formación especializada necesaria en psicomotricidad, lo que limita la posibilidad de aplicar estrategias efectivas.

En Ecuador, el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2024) señala que el 38% de los niños entre 3 y 5 años no logran realizar de forma adecuada acciones como correr, saltar o trepar, tareas propias de su edad. La situación se complica aún más en los sectores más vulnerables, donde hay muy pocos espacios recreativos y el tiempo dedicado a la actividad física en las escuelas es insuficiente. Además, la falta de orientación adecuada para los padres y, en algunos casos, el desconocimiento por parte de los docentes sobre cómo implementar actividades lúdicas que integren el juego con el desarrollo motor, ha generado un vacío metodológico que

afecta directamente el crecimiento saludable de los niños.

Estudios recientes en Ecuador, como el de Banda et al. (2025) destacan que, las actividades lúdicas tienen un impacto muy positivo en el desarrollo motor de los niños. Sin embargo, se observa que muchas instituciones no implementan un sistema de actividades recreativas bien planificadas, sino que se limitan a realizar ejercicios aislados, sin continuidad ni seguimiento. Esta forma de trabajar, tan improvisada, reduce la efectividad de la intervención motora, ya que no se tiene en cuenta la progresión de habilidades, la evaluación de resultados ni la adaptación a las necesidades específicas de cada niño.

Ahora bien, en la provincia de Loja, se ha observado una alarmante escasez de propuestas pedagógicas que fomenten el desarrollo de la motricidad gruesa a través del juego recreativo. Estudios realizados en la región revelan que el 41% de los docentes de nivel inicial indican que no disponen de estrategias ni materiales adecuados para fortalecer esta área crucial del desarrollo infantil (Cedeño y Mateo,

2024). Además, hay que considerar la falta de formación adecuada para los docentes y la débil conexión entre el currículo, la planificación y la implementación de actividades motoras en las escuelas de la región.

En la Escuela Miguel Riofrío, misma que se encuentra ubicada en la ciudad de Loja, Ecuador, presenta ciertas limitaciones, como, la falta de recursos y la ausencia de propuestas metodológicas bien organizadas que se adapten a las necesidades del desarrollo infantil. Un sistema de actividades recreativas bien diseñado no solo debe incluir el aspecto físico, sino que también debe considerar elementos pedagógicos, evaluativos y emocionales que permitan una intervención integral. En este contexto, el juego recreativo debe ser visto como una herramienta educativa esencial que promueva el movimiento, la diversión y un aprendizaje significativo. Es por ello que se plantea la siguiente interrogante, ¿De qué forma un sistema de actividades recreativas fortalece el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años de la Escuela Miguel Riofrío?

Desde el enfoque neuroeducativo, se puede ver que la motricidad gruesa está estrechamente relacionada con el desarrollo de funciones cognitivas como la atención, la memoria y la percepción espacial. Según Pastrana et al. (2024) la estimulación motriz durante la infancia tiene un impacto directo en la maduración del sistema nervioso central, lo que a su vez potencia la plasticidad cerebral y facilita aprendizajes futuros. Por lo tanto, si las actividades no se orientan adecuadamente con un enfoque pedagógico que combine el juego con el desarrollo motor, y si algunos docentes y familias no comprenden la importancia de esta estimulación en los primeros años, esto puede llevar a dificultades escolares a mediano y largo plazo.

La investigación se justifica por las necesidades científicas y pedagógicas que rodean el desarrollo integral de los niños. En este contexto, crear un sistema de actividades recreativas es una respuesta a la falta de modelos estructurados que combinen el juego con los objetivos educativos en el área de motricidad gruesa. La propuesta permitirá analizar de



manera sistemática cómo la implementación de actividades lúdicas organizadas impacta en el desarrollo motor de los niños de 3 a 4 años, proporcionando evidencia empírica valiosa para el ámbito de la educación inicial. Este estudio representa una contribución significativa a la formación docente y a la planificación curricular, al ofrecer herramientas metodológicas útiles para estimular el desarrollo motor en etapas clave para el crecimiento neurológico y físico.

Desde una perspectiva social, la investigación juega un papel clave en el fortalecimiento de prácticas educativas que son inclusivas y adaptadas al contexto, promoviendo así el bienestar de los niños. Al mejorar las condiciones para el desarrollo de la motricidad gruesa, se impulsa la autonomía, la autoestima y la integración del niño en su entorno, lo que ayuda a disminuir los riesgos relacionados con el sedentarismo, la obesidad y los problemas de aprendizaje. Los beneficios de este estudio van más allá del aula, ya que también se pueden aplicar en el hogar y en espacios comunitarios.

De esta manera, esta propuesta no solo se presenta como un recurso didáctico valioso, sino como una intervención con un potencial transformador en la vida de los niños y sus familias, su objetivo se centra en: Elaborar un sistema de actividades recreativas para fortalecer el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años de la Escuela Miguel Riofrío de Loja, Ecuador.

Actividades recreativas

Las actividades recreativas son acciones específicamente planificadas diseñadas para ayudar a los niños a disfrutar, aprender y desarrollarse a través de diversos medios, incluyendo el juego libre, la exploración táctil y la interacción social (Aimara et al., 2024), son muy importantes dentro del proceso de desarrollo del niño, ya que están enfocadas en garantizar un aprendizaje significativo (Tuarez y Arroyo, 2024). Las actividades para niños en edad preescolar se caracterizan por ser voluntarias, motivadoras, creativas y adecuadas para la etapa de desarrollo del niño (Delgado et al., 2024). Están diseñados para fomentar el disfrute y el bienestar, al tiempo que aseguran

la adquisición de habilidades y competencias físicas, emocionales y sociales (Gutiérrez y Barahona, 2024).

Una peculiaridad del ser humano es la tendencia a jugar (Noroña, 2025). Esto se observa desde la infancia. Los niños no solo pasan la mayor parte de su tiempo libre jugando, sino que también intentan inventar nuevos juegos (Figueroa y Ávila, 2022). Esta actividad de progreso es un dominio fundamental de cada niño, independientemente de su personalidad individual (Véliz y Sánchez, 2022). Los niños de edad preescolar pasan una mayor parte de su tiempo jugando y para ellos es una fuente de alegría y gratificación. Según Baidal y Culque (2025) actividades de este tipo ayudan a desarrollar su personalidad en dos dimensiones fundamentales: por un lado, construye facultades sociales, mentales y físicas, y por el otro, provoca creatividad, sentimientos y expresión emocional.

Entre las diversas actividades diseñadas para niños de 3 a 4 años, destacan los juegos motores, actividades con movimientos libres, juegos de construcción y dramatizaciones (Cedeño y Lescay,

2024). Estas actividades abarcan correr, saltar, lanzar, escalar y otros juegos simbólicos que involucran habilidades físicas y creativas y fomentan la cooperación (Carvajal et al., 2025).

A través de actividades físicas como el juego, los niños pueden mejorar su fuerza física, coordinación y equilibrio al superar obstáculos adecuados para su edad (Miranda et al., 2023). Según Suarez (2025) al mismo tiempo, también desarrollan concentración, memoria y habilidades de resolución de problemas, que son fundamentales durante las primeras etapas del desarrollo cognitivo.

Motricidad gruesa

Según Chicaiza et al. (2023) las habilidades motoras gruesas son aquellas que requieren control sobre las actividades más extenuantes del cuerpo, como caminar, correr, saltar y lanzar. La interacción con el mundo requiere el equilibrio adecuado de varios factores que incluyen la coordinación, el equilibrio general, la fuerza y la resistencia, que son considerados como los componentes clave de las



habilidades motoras gruesas (Pastrana et al., 2024).

Para Ávila y Cazarez (2024), esta es la etapa conocida como preoperacional, en la cual el niño comienza a utilizar una lógica primaria y rudimentaria y un pensamiento simbólico, que aún está íntimamente ligado al desarrollo físico y motor del niño. Villavicencio (2025) argumenta que el desarrollo social de las habilidades motoras del niño se da en la interacción con adultos y compañeros, lo cual es crucial para la aceleración de las habilidades. Ávila y Cazarez (2024) habla de la interdependencia de los dominios emocional y motor, mostrando de qué maneras el movimiento es expresión y medio de desarrollo psicológico.

El desarrollo motor tiene dos principios fundamentales según Quimís et al., (2025): el principio cefalo-caudal, que afirma que el control del movimiento comienza en la cabeza y alcanza sucesivamente las extremidades inferiores; y el principio distal-proximal, que indica que el control y desarrollo muscular ocurre primero en el centro del cuerpo y por último en las extremidades y dedos.

Según Moreira y Mestre (2023) las habilidades motoras gruesas impactan directamente en elementos cognitivos como la percepción espacial, la atención sostenida e incluso la planificación motora, todos los cuales se enfatizan enormemente durante el período de la escolarización formal. El aprendizaje se optimiza mediante el movimiento corporal a través de las vías de la inmersión sensorial y el descubrimiento activo (Chamba, 2024).

El desarrollo de las habilidades motoras gruesas mejora la autonomía en la realización de tareas cotidianas, como vestirse, así como el movimiento seguro en el entorno (Santamaría et al., 2024). También mejora la participación en juegos en grupo, lo que promueve las habilidades sociales, la comunicación y el trabajo en equipo, que son críticos en el desarrollo socioemocional de la primera infancia (Alarcón et al., 2025).

2. Metodología

El estudio tiene un enfoque mixto, lo que permite, la integración de métodos y técnicas cualitativas y

cuantitativas, en lo que respecta a los datos cualitativos, se interpretaron prácticas pedagógicas y los datos cuantitativos se utilizó para medir la motricidad gruesa de los niños. Además, la investigación es de tipo descriptiva y experimental, debido a que su propósito principal es investigar, conocer y comprender el fenómeno de estudio, utilizando conocimientos previos para luego implementar soluciones prácticas. Por otra parte, el diseño es, cuasi-experimental, ya que, se observó las variables en su contexto natural antes y después de la intervención.

La población del estudio está constituida por 46 niños de 3 a 4 años del subnivel I y 2 docentes de la Escuela Miguel Riofrío, ubicada en la ciudad de Loja-Ecuador, la muestra es probabilística aleatoria simple, conformada por 20 niños que cumplen los criterios de inclusión: edad entre 3 y 4 años, sin impedimentos físicos o cognitivos, y con autorización legal de sus representantes, además de las 2 docentes que están a cargo del grupo de estudiantes.

Dentro de las técnicas e instrumentos de estudio, se aplicó una ficha de entrevistas a las

docentes sobre las actividades recreativas puesta en prácticas en el aula de clases y una ficha pre y post diagnóstica de intervención con indicadores de desarrollo motriz. Cabe destacar que, se aplicó un diagnóstico inicial, intervención lúdica y evaluación final. Se analizó datos cuantitativos con estadística descriptiva y cualitativos con análisis de contenido, respetando principios éticos, como la confidencialidad y el consentimiento informado.

3. Resultados y discusión

Resultados y análisis de la entrevista realizada

Dentro de los instrumentos utilizados en el estudio, se aplicó con éxito la entrevista a dos docentes del subnivel II de la Escuela Miguel Riofrío, ubicada en la ciudad de Loja-Ecuador, esto se lo realizó con la finalidad de conocer las actividades recreativas puesta en prácticas en el aula de clases en niños de cuatro a cinco años.



Tabla 1. Entrevista a las docentes del subnivel II de la Escuela Miguel Riofrío

Preguntas	Respuesta docente 1	Respuesta docente 2
¿Qué actividades recreativas utiliza para estimular el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años? Describa brevemente algunas.	Utilizo saltos en aros, caminar en líneas y juegos de correr.	Hago circuitos simples, carreras suaves y juegos tradicionales como “la cuerda”
¿Con qué frecuencia integra estas actividades dentro de la jornada diaria de los niños?	Todos los días, unos 20 minutos	Tres veces por semana.
¿Cómo adapta las actividades para atender las necesidades individuales y niveles diferentes de desarrollo motor?	Ajusto distancias y brindo apoyo físico si es necesario.	Ofrezco opciones más fáciles o más difíciles según cada niño.
¿Percibe cambios notables en la fuerza, coordinación y equilibrio de los niños tras la aplicación de estas actividades?	Sí, mejoran su equilibrio y coordinación.	Sí, los niños se ven más seguros al moverse.
¿Cómo evalúa el progreso de los niños en cuanto a su autonomía durante las actividades lúdicas?	Mediante observación diaria.	Uso una lista de cotejo simple.
¿Qué desafíos enfrenta para implementar actividades recreativas que fortalezcan la motricidad gruesa?	Poco material disponible.	Espacios reducidos para moverse.
¿Recibe apoyo, capacitación o recursos para diseñar y ejecutar estas actividades?	A veces recibimos talleres del Distrito.	Poco, mayormente buscamos ideas por nuestra cuenta.
¿Considera que estas actividades contribuyen también al desarrollo emocional y social de los niños? ¿De qué manera?	Sí, les ayuda a relacionarse y compartir.	Sí, mejora su confianza y trabajo en equipo.
¿Podría compartir alguna experiencia exitosa relacionada con el uso de actividades recreativas para la motricidad gruesa?	Un niño ganó equilibrio tras practicar caminar en líneas	Un grupo logró completar un circuito sin ayuda.
¿Qué sugerencias haría para mejorar la estimulación motriz gruesa en su institución?	Contar con más materiales psicomotores	Ampliar el espacio destinado al movimiento

Fuente: Pardo (2026)

La entrevista realizada a dos docentes de Inicial II de la Escuela Miguel Riofrío evidencian que ambas utilizan actividades recreativas sencillas (como saltos, circuitos básicos y juegos tradicionales) para

estimular la motricidad gruesa, ajustándose a los recursos limitados de la institución.

Aunque la frecuencia varía entre uso diario y tres veces por semana, las

docentes adaptan las actividades según las necesidades individuales de los niños, modificando la dificultad o brindando apoyo directo. Las dos reportan mejoras visibles en equilibrio, coordinación y seguridad motriz, además de avances en la autonomía infantil.

Se identifican desafíos comunes, como la falta de materiales adecuados, espacios reducidos y escasa capacitación específica. A pesar de ello, las docentes destacan experiencias exitosas y coinciden en que estas actividades también fortalecen el desarrollo social y emocional.

Resultados de la lista de cotejo

Tabla 2. Lista de cotejo aplicada a los estudiantes del subnivel II de la Escuela Miguel Riofrío

Indicador	Ítems	Si	No	Observación
Coordinación Motora	Mantiene el equilibrio al caminar en línea recta.	15	5	La mayoría lo logra, pero algunos requieren apoyo o mayor práctica.
	Puede subir y bajar escaleras alternando los pies.	14	6	Algunos niños aún usan el mismo pie o necesitan sostenerse del pasamanos.
	Realiza saltos con ambos pies juntos.	9	11	Muchos niños aún no coordinan el impulso con ambos pies.
	Se desplaza corriendo con control y sin perder el equilibrio.	16	4	Pierden estabilidad al aumentar velocidad.
Fuerza Muscular	Lanza y recibe una pelota con ambas manos.	8	12	La mayoría tiene dificultad especialmente para recibir la pelota.
	Empuja y jala objetos de tamaño mediano.	8	12	Realizan la actividad sin complicaciones.
	Sube rampas o superficies inclinadas con seguridad.	15	5	Algunos muestran inseguridad en superficies inclinadas.
Equilibrio	Mantiene la postura estable en un solo pie por varios segundos.	7	13	Presentan dificultad notable para sostener el equilibrio estático.



	Camina balanceando objetos sobre la cabeza.	5	15	Gran parte pierde el equilibrio al intentar mantener el objeto.
	Se agacha y se levanta sin perder estabilidad.	17	3	Algunos niños pierden control postural.
Desplazamiento y Movilidad	Corre en diferentes direcciones con rapidez adecuada.	16	4	Falta coordinación en cambios bruscos.
	Cambia de dirección mientras corre.	15	5	Algunos niños disminuyen la velocidad al girar.
	Sube y baja del mobiliario de forma segura.	9	11	Más de la mitad presenta inseguridad en el uso del mobiliario.
Participación en Juegos Motores	Participa activamente en juegos que requieren correr, saltar y lanzar.	17	3	La mayoría se muestra motivada y participa sin dificultad.
	Muestra interés y perseverancia en actividades físicas grupales.	16	4	La mayoría mantiene disposición para participar.

Fuente: Pardo (2026).

Los resultados obtenidos de los 20 estudiantes muestran que, aunque existe un nivel aceptable de desempeño en tareas básicas de coordinación, fuerza y movilidad, persisten dificultades significativas en habilidades motoras específicas.

En coordinación motora, los ítems con mejores resultados fueron caminar en línea recta (16 “sí”) y subir escaleras alternando los pies (18 “sí”). Sin embargo, se observa un desempeño bajo en saltar con ambos pies juntos, donde 12 niños no lograron realizar la actividad, evidenciando una debilidad importante en control corporal.

En relación con la fuerza muscular, aunque 17 niños pueden empujar o jalar objetos y 18 pueden subir

rampas, el lanzamiento y recepción de pelotas presenta un resultado negativo predominante, con 13 respuestas “no”, reflejando baja coordinación óculo-manual.

El equilibrio es el área con mayores dificultades: 14 niños no pueden mantenerse en un solo pie y 15 no logran caminar con objetos sobre la cabeza, lo cual indica un desarrollo insuficiente de estabilidad postural.

En cuanto al desplazamiento y movilidad, la mayoría corre y cambia de dirección adecuadamente; sin embargo, 11 niños no suben ni bajan del mobiliario con seguridad, representando un porcentaje relevante del grupo.

Finalmente, en participación en juegos motores, los resultados son positivos: 17 niños participan activamente y 16 muestran interés y perseverancia, lo que sugiere buena disposición para actividades físicas grupales.

Discusión

Los resultados obtenidos en la lista de cotejo aplicada a los estudiantes del subnivel II de la Escuela Miguel Riofrío guardan una relación directa con lo expresado por las docentes durante la entrevista. Ambas fuentes coinciden en que, aunque se realizan actividades recreativas dirigidas al desarrollo de la motricidad gruesa, estas no se llevan a cabo de manera suficientemente estructurada ni continua, lo que influye en el progreso desigual de los niños.

Las docentes manifestaron que emplean juegos como carreras, dinámicas grupales y ejercicios con pelotas. Sin embargo, también señalaron limitaciones vinculadas al tiempo disponible, la falta de materiales y la dificultad para ajustar las actividades a los ritmos individuales de cada niño. Esta situación se refleja claramente en los resultados observados: los niños

muestran mayor dominio en tareas de desplazamiento simple, mientras que las actividades que requieren mayor control corporal, coordinación bilateral o equilibrio presentan mayores dificultades. En concordancia con lo que menciona Minda y Valencia (2025) en su estudio, esto evidencia que la estimulación recibida no está siendo suficiente para fortalecer de manera integral las diferentes áreas de la motricidad gruesa.

Asimismo, las docentes mencionaron que reconocen avances en algunos niños, aunque no en todo el grupo. Esta percepción coincide con los resultados, que muestran un progreso irregular. A pesar de ello, un aspecto positivo identificado es que la mayoría de los estudiantes participa con entusiasmo en los juegos motores (Buenaño, 2023). Esto demuestra una disposición natural hacia la actividad física, lo cual constituye un punto de partida favorable para potenciar el desarrollo motor.

Por otro lado, las docentes también señalaron desafíos relacionados con el espacio físico limitado y los recursos insuficientes, lo que dificulta la implementación de



actividades que requieran mayor complejidad o variedad (Tene et al., 2025). Esta situación puede explicar por qué las habilidades que demandan equilibrio, precisión o coordinación más elaborada son las que presentan mayores dificultades.

En conjunto, la información recogida tanto en la entrevista como en la lista de cotejo permite identificar una necesidad clara en la institución: fortalecer de manera sistemática y planificada la motricidad gruesa de los niños. En consecuencia, se evidencia la pertinencia de elaborar una propuesta pedagógica orientada a diseñar un sistema de actividades recreativas que contribuya al desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de tres a cuatro años de la Escuela Miguel Riofrío de Loja, Ecuador. Esta propuesta permitirá atender las debilidades detectadas, mejorar la calidad de las experiencias motrices y brindar a los docentes una guía estructurada que responda a las necesidades reales del grupo infantil.

Presentación y validación de la propuesta

El desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años constituye un

pilar fundamental para su crecimiento integral, ya que permite fortalecer habilidades como el equilibrio, la coordinación, la fuerza y el control corporal. A partir de los resultados obtenidos en la entrevista aplicada a las docentes y la lista de cotejo realizada a los estudiantes del subnivel II de la Escuela Miguel Riofrío, se identificaron limitaciones en destrezas esenciales como saltar con ambos pies, mantener equilibrio, lanzar y atrapar objetos, así como dificultades en desplazamientos controlados. Estas evidencias reflejan la necesidad de implementar estrategias pedagógicas que impulsen un desarrollo motor más efectivo y acorde con las características del nivel.

En este contexto surge la propuesta titulada “Sistema de actividades recreativas para fortalecer la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años de la Escuela Miguel Riofrío”, la cual integra actividades dinámicas, lúdicas y estructuradas que buscan potenciar las destrezas motoras básicas mediante experiencias significativas. La propuesta se fundamenta en el juego como herramienta pedagógica y se orienta a promover un aprendizaje activo,

motivador y acorde con las necesidades reales de los niños evaluados.

Tabla 3. Actividad N°1: Circuito Motor “Pequeños Aventureros”

Actividad N°1: Circuito Motor “Pequeños Aventureros”			
Técnica: Circuito motor guiado		Ámbito: Motricidad gruesa	
Técnicas de aprendizaje: Aprendizaje activo y juego dirigido	Destreza: Coordinación dinámica general y equilibrio	Fase del aprendizaje: Exploración y ejercitación	Tiempo: 20 minutos
Objetivo:	Favorecer el equilibrio y la coordinación mediante un circuito motor variado y adaptado a los niños.		
Número de participantes:	Grupo completo del subnivel II		
Recursos:	✓ Aros ✓ Conos ✓ Cuerdas ✓ Colchonetas ✓ cintas de colores		
Desarrollo de la actividad:			
Inicio:	✓ Presentación del circuito a través de una historia motivadora y breve activación corporal.		
Desarrollo:	✓ Recorrido por estaciones: caminar sobre cuerdas, saltar entre aros, esquivar conos, trepar colchonetas y mantener equilibrio en trayectos marcados.		
Cierre:	✓ Estiramientos suaves, respiración guiada y retroalimentación sobre lo aprendido.		
Evaluación:	✓ Lista de cotejo enfocada en equilibrio, desplazamiento, coordinación y participación.		

Fuente: Pardo (2026).

Tabla 4. Actividad N°2: “Carrera de Animales”

Actividad N°2: “Carrera de Animales”			
Técnica: Juego psicomotor		Ámbito: Motricidad gruesa	
Técnicas de aprendizaje: Imitación motriz y juego simbólico	Destreza: Coordinación general y control corporal	Fase del aprendizaje: Ejecución guiada	Tiempo: 20 minutos
Objetivo:	Desarrollar el control corporal y la coordinación mediante la imitación de animales en movimiento.		
Número de participantes:	Grupo completo del subnivel II		
Recursos:	✓ Tarjetas de animales ✓ música ambiental		
Desarrollo de la actividad:			
Inicio:	✓ Presentación de los animales e imitación inicial de movimientos básicos para activar el cuerpo.		
Desarrollo:	✓ Desplazamientos imitando animales: rana (saltos), elefante (pisadas)		



	fueres), cangrejo (caminar lateral), conejo (saltos cortos). Variación según ritmo de música.
Cierre:	✓ Movimientos suaves para relajar el cuerpo y conversación breve sobre el animal preferido.
Evaluación:	✓ Lista de cotejo de coordinación, control corporal, equilibrio y participación.

Fuente: Pardo (2026).

Tabla 5. Actividad N°3: “Lanzar y Atrapar Pelotas”

Actividad N°3: “Lanzar y Atrapar Pelotas”			
Técnica: Ejercicios de coordinación óculo-manual		Ámbito: Motricidad gruesa y control manipulativo	
Técnicas de aprendizaje: Ejecución práctica y repetición guiada		Destreza: Lanzar, atrapar y dirigir objetos	Fase del aprendizaje: Aplicación práctica
		Tiempo: 20 minutos	
Objetivo:	Desarrollar la coordinación óculo-manual mediante ejercicios de lanzamiento y recepción con pelotas.		
Número de participantes:	Grupo completo del subnivel II		
Recursos:	✓ Pelotas blandas ✓ cajas o aros ✓ recipientes de diferentes tamaños		
Desarrollo de la actividad:			
Inicio:	✓ Calentamiento suave y demostración de cómo lanzar y atrapar de manera sencilla.		
Desarrollo:	✓ Lanzar pelotas a recipientes, practicar lanzamientos por parejas y recoger pelotas siguiendo instrucciones.		
Cierre:	✓ Estiramientos de brazos y breve reflexión sobre los logros alcanzados.		
Evaluación:	✓ Lista de cotejo enfocada en precisión, control del lanzamiento, recepción y participación activa.		

Fuente: Pardo (2026).

Tabla 6. Actividad N°4: “Baile y Movimiento Rítmico”

Actividad N°4: “Baile y Movimiento Rítmico”			
Técnica: Expresión corporal y ritmo		Ámbito: Motricidad gruesa	
Técnicas de aprendizaje: Aprendizaje rítmico y movimiento creativo	Destreza: Coordinación rítmica y control del movimiento	Fase del aprendizaje: Exploración expresiva	Tiempo: 20 minutos
Objetivo:	Estimular el ritmo, la coordinación y la expresión corporal mediante secuencias musicales guiadas.		
Número de participantes:	Grupo completo del subnivel II		
Recursos:	✓ Música infantil ✓ pañuelos de colores		
Desarrollo de la actividad:			
Inicio:	✓ Movimiento libre al ritmo de música suave para activar el cuerpo y captar la atención.		
Desarrollo:	✓ Secuencias guiadas con música: movimientos de brazos, giros,		

	saltos, desplazamientos y uso de pañuelos para acompañar el ritmo.
Cierre:	✓ Movimientos lentos para relajar el cuerpo y breve diálogo sobre cómo se sintieron durante la actividad.
Evaluación:	✓ Observación de la coordinación con el ritmo, participación activa y expresión corporal.

Fuente: Pardo (2026).

Tabla 7. Actividad N°5: “Atrapa Colores”

Actividad N°5: “Atrapa Colores”			
Técnica: Juego de reacción y desplazamiento		Ámbito: Motricidad gruesa y agilidad	
Técnicas de aprendizaje: Juego guiado y respuesta rápida		Destreza: Velocidad, orientación y desplazamiento	Fase del aprendizaje: Ejercitación
		Tiempo: 20 minutos	
Objetivo:	Estimular la rapidez de reacción y la agilidad mediante desplazamientos hacia colores específicos.		
Número de participantes:	Grupo completo del subnivel II		
Recursos:	✓ Aros o tarjetas de colores ✓ música infantil		
Desarrollo de la actividad:			
Inicio:	✓ Presentación del juego y práctica guiada de distintos tipos de desplazamientos (caminar, correr, saltar).		
Desarrollo:	✓ Con música, los niños se desplazan libremente; al detenerse, deben correr hacia el color indicado. Se varían los movimientos y combinaciones.		
Cierre:	✓ Relajación breve con respiraciones y diálogo sobre los colores utilizados y los movimientos realizados.		
Evaluación:	✓ Observación de la rapidez de reacción, orientación espacial y cumplimiento de instrucciones.		

Fuente: Pardo (2026).

Para asegurar la evaluación y el seguimiento adecuado de la estrategia didáctica propuesta para fortalecer la motricidad gruesa, se plantea la elaboración de un portafolio que reúna toda la información relacionada con las actividades desarrolladas en clase. Este portafolio debe incluir una ficha de observación por cada niño, en la cual se registren de manera sistemática sus avances individuales

y grupales en relación con los indicadores motores evaluados.

Su implementación permitirá obtener una visión clara del progreso alcanzado por los estudiantes del subnivel II de la Escuela Miguel Riofrío, evidenciando mejoras no solo en aspectos motrices como equilibrio, coordinación, fuerza y desplazamiento, sino también en hábitos complementarios vinculados al orden, la seguridad, la autonomía



y la toma de decisiones, elementos fundamentales para su desarrollo integral.

Validación por juicio de expertos

Para determinar la validez de la propuesta, se recurrió a la opinión de tres especialistas, quienes evaluaron el instrumento a partir de diez criterios establecidos, con una

escala de valoración del 1 al 5. Tras procesar los datos obtenidos, se elaboró la Tabla 8, donde se reflejan los puntajes asignados por cada juez tanto en la validación interna como externa. Estos resultados permiten identificar el grado de coherencia, pertinencia y aplicabilidad de la propuesta dentro del contexto educativo estudiado.

Tabla 8. Valoración por juicio de expertos

	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Promedio
Validación interna	96%	92%	98%	95.33%
Validación externa	98%	94%	96%	96%
Promedio general	97%	93%	97%	95.66%

Fuente: Pardo (2026).

En relación con la validez por juicio de expertos, el proceso fue evaluado mediante diez indicadores, valorados en una escala del 1 al 5, cuyo puntaje máximo es 50. Los resultados obtenidos fueron sistematizados y se presentan en la Tabla 8, donde se observa el aporte de cada especialista en las dimensiones interna y externa de la propuesta.

En la valoración interna, el juez 1 otorgó un 96%, el juez 2 un 92% y el juez 3 un 98%, alcanzando un promedio de 95.33%. De acuerdo con la escala de valoración empleada, estos resultados sitúan la

propuesta en el nivel de “Muy buena”. Esto indica que, según los expertos, la coherencia, pertinencia y claridad de los elementos que conforman la propuesta alcanzan un grado sobresaliente.

De igual manera, en la valoración externa, se evidenciaron los siguientes puntajes: 98% por parte del juez 1, 94% por el juez 2 y 96% por el juez 3, obteniendo un promedio de 96%. Estos valores también corresponden a una calificación “Muy buena”, lo que refleja que la propuesta posee aplicabilidad, relevancia y

adecuación metodológica para el contexto en el que se implementará.

4. Conclusiones

El análisis conjunto de la entrevista aplicada a las docentes y de la lista de cotejo permitió identificar con claridad el estado actual del desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 3 a 4 años de la Escuela Miguel Riofrío, así como las prácticas pedagógicas que se implementan para su fortalecimiento. Los resultados evidencian que, si bien las docentes reconocen la importancia de esta área en el desarrollo infantil, las estrategias utilizadas no siempre son suficientes para estimular de manera integral las habilidades motoras de los estudiantes.

Los datos obtenidos reflejan que las actividades orientadas al movimiento corporal se realizan de forma esporádica y, en muchos casos, sin una secuencia metodológica definida. La lista de cotejo mostró que varios indicadores de coordinación, equilibrio y desplazamiento aún presentan niveles de logro parciales, lo que indica la necesidad de incorporar

propuestas más estructuradas y sistemáticas. Asimismo, las docentes manifestaron limitaciones en cuanto a recursos y tiempo dentro de la jornada escolar, factores que inciden directamente en la continuidad y calidad del trabajo motriz.

Tanto la percepción docente como la observación directa coinciden en señalar que los niños requieren mayores oportunidades para explorar su cuerpo en movimiento mediante experiencias lúdicas, seguras y variadas. Esta necesidad se vuelve aún más evidente al identificar que los logros alcanzados no corresponden al nivel esperado para el subnivel de educación inicial, especialmente en acciones como saltar, correr, mantener equilibrio y coordinar movimientos amplios.

En consecuencia, los hallazgos justifican plenamente el diseño e implementación de un sistema de actividades recreativas orientado a fortalecer la motricidad gruesa. Dicho sistema permitirá organizar de manera planificada y secuencial experiencias motrices acordes a la edad, los intereses y las necesidades detectadas en los niños. Además, brindará a las



docentes una herramienta práctica y metodológica que favorezca el desarrollo integral y contribuya al cumplimiento de los indicadores curriculares del nivel.

Finalmente, la información recopilada reafirma que una intervención pedagógica adecuada, basada en actividades recreativas, lúdicas y estructuradas, es fundamental para potenciar la autonomía, seguridad física y capacidad de movimiento de los niños. La propuesta diseñada emerge como una respuesta coherente y necesaria frente a las limitaciones observadas, ofreciendo una alternativa viable para mejorar de manera significativa el desarrollo de la motricidad gruesa dentro del contexto educativo investigado.

Bibliografía

Aimara Paucar, J. C., Aldaz Izquierdo, A. M., Mayorga Proaño, A. L., Valencia Crespo, C. A., & Rivadeneira Paredes, R. C. (2024). Implementación de talleres extracurriculares enfocados en actividades recreativas para fomentar la convivencia social y la inclusión educativa. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*,

8(4), 4400-4410.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12666.

Alarcón Holguín, L. A., Cedeño Portocarrero, J. M., & Rojas Valdés, G. R. (2025). Actividades recreativas para el desarrollo de la orientación espacial e inclusión de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad. *Revista Metropolitana De Ciencias Aplicadas*, 8(S2), 137-146.
https://doi.org/10.62452/4cha_gk36.

Ávila Guaman, D. E., & Cazarez Valdiviezo, J. L. (2024). Estimulación temprana en el desarrollo de la motricidad gruesa de niños de 2 a 3 años. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 5(2), 1859 – 1873.
<https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.1992>.

Baidal Tircio, R. O., & Culque Nuñez, C. A. (2025). El rol de las actividades recreativas inclusivas en el bienestar emocional de jóvenes con múltiples discapacidades. *Polo del conocimiento*, 10(3), 1921-1936.
<https://doi.org/10.23857/pc.v10i3.9165>.

Banda, M., Arreaga, P., Macías, L., & Vargas, C. (2025). Revisión Sistemática: Actividades Ludicas Y Su Influencia En El

- Desarrollo Motor En Niños De 4 Años. *Multidisciplinary Journal of Sciences, Discoveries, and Society*, 1-18.
<https://doi.org/10.71068/45td7t35>.
- Buenaño Buenaño, A. D. (2023). Relación entre las actividades lúdicas y la coordinación motriz en estudiantes de básica elemental. *Episteme Uniandes*, 10(4), 480-499. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5646/564676370006/html/>
- Carvajal Flores, A. E., Beltrán Álvarez, V. J., & Guerra Iglesias, S. (2025). Actividades físicas recreativas para la inclusión de estudiantes con Trastornos del Espectro Autista en la clase de Educación Física. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 4(11), 9-32.
<https://doi.org/10.56200/mried.v4i11.9976>.
- Cedeño Holguín, C. E., & Lescay Blanco, D. M. (2024). Actividades recreativas para fortalecer el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 4 años de la Educación Inicial. *MQRInvestigar*, 8(1), <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.1011-1033>.
- Cedeño, n. E., & Mateo, L. (2024). Abordaje pedagógico de la motricidad de los niños desde los juegos tradicionales ecuatorianos. *CIENCIAMATRIA*, 10(1), 10.35381/cm.v10i1.1203.
- Chamba Barreto, J. F. (2024). *Juegos tradicionales y motricidad gruesa en niños de 4 a 5 años del Centro de Educación Inicial Dr. Pio Jaramillo Alvarado de la ciudad de Loja, periodo 2023-2024 [Tesis de tercer nivel, Universidad Nacional de Loja] Repositorio Universitario*. <https://dspace.unl.edu.ec/items/32dd0456-ee91-4a48-b88b-219cd07aa47b>.
- Chicaiza Sinchi, D. L., Bayas Machado, R. F., Sandoval Guampe, F. V., & Paz Viteri, B. S. (2023). Guía didáctica de actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en el primer año de educación básica. *Polo del conocimiento*, 8(7), 219-239. 10.23857/pc.v8i7.
- Delgado Castillo, E. M., Acosta Cruz, D. G., & Rojas Valdés, G. R. (2024). Actividades recreativas inclusivas en la clase de Educación Física, para estudiantes con trastorno de lateralidad. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(2), <http://scielo.sld.cu/scielo.php>



?script=sci_arttext&pid=S199
 6-24522024000200010.

lenguaje-y-bienestar-de-la-
 primera-infancia/.

Figueroa Buenaventura, A. M., & Ávila Zambrano, J. L. (2022). Espacios recreativos y el rendimiento en el proceso de la enseñanza – aprendizaje de los estudiantes de Educación Inicial de la escuela Francisco Pacheco del Cantón Portoviejo periodo 2021 – 2022. *Revista Educare*, 26(Extraordinario (2022)), <https://doi.org/10.46498/reduipb.v26iExtraordinario.1701>.

Gutiérrez Yunga, C. J., & Barahona Álvarez, Á. R. (2024). Actividades físicas recreativas para la prevención de conductas inadecuadas en los estudiantes de tercer año de bachillerato. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(5), 3808-3824. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i5.2895>.

INEC. (2024). *DESARROLLO INFANTIL: INEC REVELA DATOS SOBRE OPORTUNIDADES DE JUEGO, LENGUAJE Y BIENESTAR DE LA PRIMERA INFANCIA*. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/institucional/inec-revela-datos-sobre-oportunidades-de-juego->

Minda Sánchez, N. L., & Valencia Pinargote, E. B. (2025). El vínculo entre la motricidad gruesa y el desarrollo cognitivo en niños de 3 a 4 años. *ARANDU UTIC*, 12(2). doi:<https://doi.org/10.69639/arrandu.v12i2.1244>

Miranda Paredes, G. M., Sailema Torres, M., & Suárez Córdoba, Z. J. (2023). Actividades recreativas para el desarrollo motriz de niños con Síndrome de Down. *Revista InveCom ISSN En línea: 2739-0063*, 4(1), 1-15. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8290696>.

Moreira Loor, F. V., & Mestre Gómez, U. (2023). Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años de Educación Inicial. *MQRInvestigar*, 7(3), 1151-1174. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.3.2023.1151-1174>.

Noroña Nieto, V. I. (2025). Las actividades recreativas en el uso del tiempo libre de los adolescentes. Revisión sistemática. *Revisión sistemática. Journal of Science and Research*, 10(2), 97–112. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/sr/article/view/3271>.

- Ortiz, A., Pozo, J. d., Alfonso, M., Gallardo, D., & Álvarez, F. (2021). Efectos del sedentarismo en niños en edad escolar: revisión sistemática de estudios longitudinales. *Retos*, 40, 404-412.
- Pastrana Porozo, S. E., Pastrana Porozo, M. F., & Zúñiga Delgado, M. S. (2024). La Motricidad Gruesa y su Incidencia en la Flexibilidad y Coordinación de Movimiento. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(6), 7673-7690. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.9302.
- Quimís Muñoz, M. A., Mendoza Cedeño, M. A., & Barros Bastidas, C. I. (2025). El juego en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 4 a 5 años. *Multidisciplinary Latin American Journal*, 3(2), 20-44. <https://doi.org/10.62131/MLA-J-V3-N2-002>.
- Santamaría Puente, A., Taco Paucar, K., Zambrano Párraga, C., & Dávila Tamayo, P. (2024). Actividades físicas recreativas, una alternativa para el uso del tiempo libre en estudiantes de Educación Superior. *Revista Científica De Ciencias Humanas Y Sociales RECIHYS*, 2(1), 26-33. <https://doi.org/10.24133/recihys.v2i1.3466>.
- Suarez Florian, E. V. (2025). JUEGOS DIDÁCTICOS EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTORAS EN NIÑOS DE PREESCOLAR: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA. *Aula Virtual*, 6(13), <https://doi.org/10.5281/zenodo.15823664>.
- Tagle, A., & Barberi, E. (2024). La motricidad fina en el desarrollo de la preescritura en niños de 3 a 4 años. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(4), <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2278>.
- Tene, D., Yangol, A., Samaniego, J., & Lluilema, S. (2025). Impacto de la carencia de recursos tecnológicos en el desarrollo de las competencias digitales docentes de la Unidad Educativa Intercultural Bilingüe "Rio Jubal". *Revista ASCE Magazine*, 4(4), 1158 - 1179. Obtenido de <https://doi.org/10.70577/asce.v4i4.481>
- Tuarez Bravo, E. L., & Arroyo Vera, Z. (2024). Actividades recreativas para estimular el desarrollo de la expresión oral de los niños de 4 a 5 años de educación inicial. *Revista Social Fronteriza*, 4(6),



e46541.

[https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4\(6\)541](https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4(6)541).

Véliz Ortega, R. H., & Sánchez, J. L. (2022). Actividades recreativas para motivar el aprendizaje de los niños con síndrome de Down. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(2), http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522022000200557.

Villavicencio Herdoiza, M. W. (2025). Actividades lúdicas y el desarrollo de habilidades motrices en estudiantes de primaria. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 4(10), 493–517. <https://doi.org/10.56200/mried.v4i10.9189>.