

Recibido: 2026-04-30

Aceptado: 2026-05-14

Publicado: 2026-05-28

**Estrategias lúdicas basadas en movimiento para integrar cuerpo, juego
y aprendizaje en edades tempranas: una revisión sistemática**

**Playful strategies based on movement to integrate body, play and
learning in early childhood: a systematic review**

Autor(s)

Ximena Carlina Lituma Serrano ¹

xclsjb20@hotmail.es

<https://orcid.org/0009-0003-5733-0465>

MINEDEC

Cuenca – Ecuador

Silvia Beatriz Cárdenas Salamea ²

silvinobato@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-7839-0261>

MINEDEC

Cuenca–Ecuador

Fany Elizabet Encalada Espinoza ³

fanypms2013@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-7760-7922>

MINEDEC

Cuenca–Ecuador

Domenica Anabel Riera Durán ⁴

domerieraduran@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0008-9388-5042>

Unidad Educativa Particular Pasos

Cuenca–Ecuador

Herminio Mateo Durán Quituisaca ⁵

herminiodq@uets.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-3292-8300>

Unidad Educativa Técnico Salesiano

Cuenca–Ecuador

Resumen

La presente investigación sistemática, tuvo como objetivo analizar la evidencia científica relacionada con estrategias lúdicas basadas en movimiento para integrar el cuerpo, juego y aprendizaje en educación inicial y primeros años de escolaridad. La investigación se desarrolló bajo los lineamientos de la declaración PRISMA 2020, mediante la revisión de artículos científicos publicados entre 2014 y 2024 en bases de datos como Scopus, Web of Science, ERIC, PubMed y Google Scholar. Los estudios seleccionados abordaron temáticas relacionadas con aprendizaje basado en movimiento, actividad física, juego activo y cognición corporeizada en niños de educación inicial. Los resultados evidenciaron que las estrategias basadas en movimiento generan efectos positivos en diferentes dimensiones del desarrollo infantil. Entre los principales beneficios identificados se encontraron mejoras en habilidades motoras, atención, memoria, autorregulación, interacción social, motivación y rendimiento académico. Asimismo, las investigaciones revisadas demostraron que el juego y el movimiento favorecen procesos de aprendizaje significativo mediante experiencias activas y participativas. La revisión también permitió identificar limitaciones metodológicas en algunos estudios, especialmente relacionadas con tamaños reducidos de muestra y escasa evidencia longitudinal. No obstante, la evidencia científica analizada confirma la importancia de incorporar metodologías activas que integren cuerpo, juego y aprendizaje dentro de los contextos educativos iniciales.

Finalmente, se concluye que las estrategias lúdicas basadas en movimiento constituyen una alternativa pedagógica efectiva para fortalecer el desarrollo integral infantil y promover experiencias educativas más dinámicas, inclusivas y significativas.

Palabras Clave: Aprendizaje basado en movimiento, juego; educación inicial; desarrollo infantil; actividad física; cognición corporeizada.

Abstract

This systematic review aimed to analyze scientific evidence related to movement-based play strategies to integrate body, play, and learning in early childhood education and the first years of schooling. The study was conducted following the PRISMA 2020 guidelines through the review of scientific articles published between 2014 and 2024 in databases such as Scopus, Web of Science, ERIC, PubMed, and Google Scholar. The selected studies addressed topics related to movement-based learning, physical activity, active play, and embodied cognition in early childhood education.

The findings revealed that movement-based strategies generate positive effects on different dimensions of child development. The main benefits identified included improvements in motor skills, attention, memory, self-regulation, social interaction, motivation, and academic performance. Furthermore, the reviewed studies demonstrated that play and movement promote meaningful learning processes through active and participatory experiences.

The review also identified methodological limitations in some studies, particularly related to small sample sizes and limited longitudinal evidence. Nevertheless, the scientific evidence analyzed confirms the importance of incorporating active methodologies that integrate body, play, and learning into early childhood educational contexts.

Finally, it is concluded that movement-based play strategies constitute an effective pedagogical alternative to strengthen comprehensive child development and promote more dynamic, inclusive, and meaningful educational experiences.

Keywords: Movement-based learning, play, early childhood education, child development, physical activity; embodied cognition.

Introducción

El movimiento constituye una de las primeras formas de interacción, exploración y aprendizaje durante la infancia temprana. Desde los primeros años de vida, los niños construyen conocimientos mediante experiencias corporales, sensoriales y sociales que les permiten comprender el entorno y desarrollar habilidades cognitivas, emocionales y motrices. En este sentido, las teorías de la cognición corporeizada sostienen que los procesos cognitivos están estrechamente vinculados con las experiencias físicas y motoras del cuerpo (Wellsby & Pexman, 2014).

En el contexto de la educación inicial, diversas investigaciones han demostrado que las actividades basadas en movimiento favorecen el desarrollo integral de los niños. La actividad física y el juego motor contribuyen significativamente al desarrollo de habilidades motrices, la atención, la memoria de trabajo, la autorregulación y el rendimiento cognitivo (Zeng et al., 2017). Asimismo, el aprendizaje activo permite que los estudiantes participen de manera más significativa en la construcción del conocimiento, fortaleciendo la motivación, la creatividad y la interacción social.

El juego constituye un elemento fundamental en este proceso, ya que permite integrar el movimiento corporal con experiencias de exploración, descubrimiento y resolución de problemas. De acuerdo con Trawick-Smith (2014), el juego físico y las actividades lúdicas favorecen el desarrollo social, emocional y cognitivo, además de promover estilos de vida saludables desde edades tempranas. En consecuencia, limitar las oportunidades de movimiento en el aula puede afectar negativamente el desarrollo integral infantil.

La Organización Mundial de la Salud [OMS] (2019) destaca que los niños menores de cinco años deben participar diariamente en actividades físicas y juegos activos debido a sus beneficios sobre la salud física, el bienestar emocional y el aprendizaje. Estas recomendaciones han impulsado la incorporación de metodologías activas en los contextos educativos, promoviendo estrategias pedagógicas que integren cuerpo, juego y aprendizaje.

En los últimos años, el enfoque de aprendizaje basado en movimiento ha cobrado relevancia dentro de la educación inicial y primer año de Educación General Básica,

debido a su potencial para fortalecer el aprendizaje significativo. Estas metodologías incluyen dinámicas corporales, dramatizaciones, circuitos motrices, juegos cooperativos y actividades musicales que favorecen la participación activa de los estudiantes y la construcción de conocimientos desde experiencias concretas.

Sin embargo, aunque existe un creciente número de investigaciones relacionadas con movimiento, juego y aprendizaje, la evidencia científica se encuentra dispersa en diferentes áreas como educación, neurociencia, psicomotricidad y actividad física. Por ello, resulta necesario desarrollar una revisión sistemática que permita analizar, sintetizar y organizar los hallazgos científicos sobre estrategias lúdicas basadas en movimiento para integrar cuerpo, juego y conocimiento en edades tempranas. Para ello, la presente investigación se fundamenta en los lineamientos de la declaración PRISMA 2020, considerada una de las principales guías internacionales para la elaboración y reporte de revisiones sistemáticas (Page et al., 2021).

Materiales y métodos

Diseño de la investigación

La presente investigación corresponde a una revisión sistemática de literatura científica orientada al análisis de estrategias lúdicas basadas en movimiento para integrar cuerpo, juego y aprendizaje en educación inicial y primer año de Educación General Básica. La revisión se desarrolló siguiendo los lineamientos establecidos en la declaración PRISMA 2020 (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), la cual proporciona criterios para garantizar transparencia, rigurosidad y calidad metodológica en revisiones sistemáticas (Page et al., 2021).

Estrategia de búsqueda

La búsqueda bibliográfica se realizó en bases de datos científicas reconocidas internacionalmente: Scopus, Web of Science, ERIC, PubMed y Google Scholar. Se emplearon combinaciones de palabras clave en español e inglés relacionadas con el tema de estudio.

Los principales descriptores utilizados fueron:

- “aprendizaje basado en movimiento”
- “movimiento y aprendizaje”
- “juego y desarrollo infantil”
- “actividad física en educación inicial”
- “embodied cognition”
- “movement-based learning”
- “physical activity and early childhood education”
- “play-based learning”

Los términos se combinaron mediante operadores booleanos AND y OR para ampliar y refinar los resultados de búsqueda.

Criterios de inclusión

Se incluyeron estudios que cumplieron con los siguientes criterios:

1. Investigaciones publicadas entre 2014 y 2024.
2. Artículos científicos revisados por pares.
3. Estudios relacionados con educación inicial, preescolar o primeros años de escolaridad.
4. Investigaciones enfocadas en movimiento, juego, actividad física o aprendizaje corporeizado.
5. Estudios publicados en español o inglés.
6. Investigaciones con metodología cuantitativa, cualitativa o mixta.

Criterios de exclusión

Se excluyeron:

1. Documentos duplicados.
2. Estudios centrados exclusivamente en entrenamiento deportivo.
3. Investigaciones sin relación directa con procesos educativos.
4. Artículos de opinión, editoriales o reseñas no científicas.
5. Estudios con acceso limitado al texto completo.

Proceso de selección de estudios

La selección de artículos se realizó en cuatro fases: identificación, cribado, elegibilidad e inclusión, conforme al modelo PRISMA. Inicialmente se identificaron los estudios mediante búsquedas en bases de datos. Posteriormente se eliminaron duplicados y se revisaron títulos y resúmenes para determinar su pertinencia. Finalmente, se efectuó la lectura completa de los artículos seleccionados para verificar el cumplimiento de los criterios establecidos.

Extracción y análisis de datos

De cada estudio seleccionado se extrajeron los siguientes elementos:

- Autor y año de publicación.
- País de realización.
- Objetivo del estudio.
- Participantes y nivel educativo.
- Estrategias lúdicas o metodologías aplicadas.
- Resultados principales.
- Conclusiones relevantes.

La información recopilada fue organizada mediante matrices de análisis documental, permitiendo identificar tendencias, beneficios, limitaciones y aportes de las estrategias de aprendizaje basadas en movimiento.

Consideraciones éticas

La investigación se desarrolló respetando principios éticos de integridad académica, citación y reconocimiento de autoría. Todas las fuentes utilizadas fueron citadas conforme a las normas APA séptima edición.

Resultados

Se permitió identificar y analizar investigaciones relacionadas con estrategias lúdicas basadas en movimiento y su influencia en el aprendizaje infantil en educación inicial y primeros años de escolaridad. Los estudios seleccionados evidencian un creciente interés científico por integrar actividades corporales, juego y aprendizaje dentro de los contextos educativos, debido a sus efectos positivos sobre el desarrollo integral de los niños.

Los hallazgos encontrados muestran que el aprendizaje basado en movimiento favorece no solamente el desarrollo motor, sino también procesos cognitivos, emocionales, sociales y académicos. Asimismo, las investigaciones revisadas coinciden en que las metodologías activas y lúdicas incrementan la motivación, la participación y la interacción de los estudiantes durante las actividades escolares.

A continuación, se muestran los principales resultados organizados según las dimensiones identificadas en los estudios analizados.

Tabla 1 Características generales de los estudios analizados

Autor/Año	País	Participantes	Estrategia basada en movimiento	Principales hallazgos
Zeng et al. (2017)	Revisión internacional	Niños de 3 a 6 años	Actividad física y juegos motores	Mejoras significativas en habilidades motoras y desarrollo cognitivo.
Wellsby y Pexman (2014)	Canadá	Niños en etapa inicial	Cognición corporeizada	El movimiento favorece la comprensión conceptual y el lenguaje.
Trawick-Smith (2014)	Estados Unidos	Educación inicial	Juego físico y exploración motriz	Incremento del desarrollo social, emocional y creativo.

Autor/Año	País	Participantes	Estrategia basada en movimiento	Principales hallazgos
Becker et al. (2014)	Alemania	Preescolares	Aprendizaje activo	Mejoras en atención y autorregulación.
Mavilidi et al. (2018)	Australia	Niños de preescolar	Movimiento integrado en matemáticas	Mayor retención y comprensión de contenidos matemáticos.
Vazou et al. (2020)	Estados Unidos	Educación inicial	Actividades físicas en aula	Incremento de motivación y participación estudiantil.

Beneficios identificados del aprendizaje basado en movimiento

Los estudios revisados coinciden en que las estrategias lúdicas basadas en movimiento generan beneficios significativos en diferentes dimensiones del desarrollo infantil.

Tabla 2 Beneficios encontrados en los estudios revisados

Dimensión	Beneficios identificados
Desarrollo motor	Coordinación, equilibrio, motricidad gruesa y fina.
Desarrollo cognitivo	Atención, memoria, lenguaje y resolución de problemas.
Desarrollo emocional	Autorregulación, autoestima y reducción del estrés.
Desarrollo social	Cooperación, comunicación y trabajo en equipo.
Aprendizaje académico	Mayor comprensión y retención de contenidos.
Participación escolar	Incremento de motivación e interés por aprender.

Resultados relacionados con el desarrollo cognitivo

Los estudios analizados evidencian que el movimiento corporal favorece procesos cognitivos fundamentales durante la infancia. Zeng et al. (2017) encontraron que la

actividad física mejora significativamente el desarrollo cognitivo y las funciones ejecutivas en niños pequeños.

Asimismo, Wellsby y Pexman (2014) sostienen que las experiencias corporales contribuyen a la construcción del pensamiento y del lenguaje, fortaleciendo la comprensión conceptual en edades tempranas.

Por otra parte, Mavilidi et al. (2018) demostraron que integrar movimientos físicos en actividades matemáticas incrementa la retención de información y mejora el aprendizaje significativo.

Resultados relacionados con el juego y el desarrollo socioemocional

La revisión evidenció que el juego físico constituye un elemento clave para el desarrollo socioemocional infantil. Los estudios muestran que las dinámicas corporales favorecen la interacción social, la cooperación y la resolución de conflictos.

Trawick-Smith (2014) destaca que el juego activo permite desarrollar habilidades emocionales y sociales esenciales mediante experiencias de exploración y creatividad.

Además, varios estudios reportaron que las actividades basadas en movimiento incrementan la motivación y participación de los estudiantes dentro del aula, generando ambientes educativos más dinámicos y participativos.

Resultados sobre aprendizaje académico

Diversas investigaciones reportaron efectos positivos del aprendizaje basado en movimiento sobre el rendimiento académico.

Tabla 3 Efectos del movimiento sobre áreas académicas

Área académica Resultados encontrados

Matemáticas	Mejor comprensión de conceptos abstractos y resolución de problemas.
Lenguaje	Incremento de vocabulario y comprensión verbal.

Área académica Resultados encontrados

Ciencias	Mayor participación en actividades experimentales y exploratorias.
Lectoescritura	Mejora en atención y asociación de contenidos.

Principales limitaciones encontradas

Aunque la mayoría de investigaciones reportan efectos positivos, algunos estudios presentaron limitaciones metodológicas.

Tabla 4 Limitaciones identificadas en los estudios revisados

Limitación	Descripción
Tamaño de muestra reducido	Algunos estudios trabajaron con pocos participantes.
Corta duración	Intervenciones aplicadas durante períodos breves.
Diversidad metodológica	Diferencias en instrumentos y estrategias utilizadas.
Escasos estudios longitudinales	Poca evidencia sobre efectos a largo plazo.
Contextos específicos	Resultados limitados a ciertos entornos educativos.

Discusión

Los resultados obtenidos en la presente revisión sistemática evidencian que las estrategias lúdicas basadas en movimiento generan efectos positivos en el desarrollo integral de los niños en educación inicial y primeros años de escolaridad. Los estudios analizados coinciden en que integrar actividades corporales dentro de los procesos de enseñanza favorece dimensiones motoras, cognitivas, emocionales y sociales del aprendizaje infantil.

En correspondencia con el desarrollo cognitivo, los hallazgos encontrados respaldan los planteamientos de la cognición corporeizada, los cuales sostienen que el cuerpo y el movimiento participan activamente en la construcción del conocimiento (Wellsby & Pexman, 2014). Las investigaciones revisadas demostraron que las actividades que

integran movimiento corporal con contenidos académicos mejoran la atención, la memoria, la comprensión conceptual y la retención de información. Estos resultados coinciden con lo señalado por Mavilidi et al. (2018), quienes afirman que el aprendizaje activo favorece procesos cognitivos más significativos en edades tempranas.

También, la revisión permitió identificar que el juego físico constituye una herramienta pedagógica fundamental en educación inicial de la niñez. Las dinámicas lúdicas favorecen la interacción social, la cooperación y la expresión emocional, aspectos esenciales para el desarrollo infantil. En este sentido, Trawick-Smith (2014) sostiene que el juego activo fortalece habilidades sociales y emocionales mediante experiencias de exploración, creatividad y participación.

Otro aspecto relevante identificado en los estudios analizados es el impacto positivo del movimiento sobre la motivación y participación estudiantil. Las metodologías activas generan ambientes de aprendizaje más dinámicos e interactivos, incrementando el interés de los niños por las actividades escolares. Estos hallazgos coinciden con Vazou et al. (2020), quienes destacan que las intervenciones físicas dentro del aula mejoran significativamente la participación y el compromiso académico de los estudiantes.

Por otra parte, los resultados muestran que las estrategias basadas en movimiento también contribuyen al desarrollo motor y al bienestar físico infantil. La actividad física en edades tempranas favorece la coordinación, el equilibrio y la motricidad, además de prevenir estilos de vida sedentarios. La Organización Mundial de la Salud (2019) enfatiza la importancia de promover actividades físicas y juegos activos durante la primera infancia debido a sus beneficios para la salud y el aprendizaje.

Aunque la mayoría de investigaciones reportan resultados favorables, también se identificaron algunas limitaciones metodológicas. Entre ellas destacan el reducido tamaño de muestra en ciertos estudios, la corta duración de las intervenciones y la escasez de investigaciones longitudinales que permitan analizar efectos a largo plazo. Asimismo, la diversidad de estrategias e instrumentos utilizados dificulta la comparación directa entre investigaciones.

En términos pedagógicos, los resultados de esta revisión evidencian la necesidad de fortalecer metodologías activas dentro de los contextos educativos iniciales. Integrar movimiento, juego y aprendizaje no solo responde a las necesidades del desarrollo infantil, sino que también permite construir experiencias educativas más significativas, participativas e inclusivas.

Se considera necesario continuar desarrollando investigaciones que profundicen en el impacto del aprendizaje basado en movimiento sobre diferentes áreas curriculares y contextos educativos, especialmente en países latinoamericanos, donde aún existe limitada evidencia científica sobre esta temática.

Conclusiones

La revisión sistemática permitió analizar la evidencia científica relacionada con las estrategias lúdicas basadas en movimiento y su influencia en el aprendizaje infantil en educación inicial y primeros años de escolaridad. Los resultados obtenidos evidencian que integrar cuerpo, juego y aprendizaje dentro de los procesos pedagógicos favorece el desarrollo integral de los niños.

En principio, se concluye que las actividades basadas en movimiento generan beneficios significativos en el desarrollo motor, cognitivo, emocional y social. Las investigaciones demostraron mejoras en habilidades como coordinación, atención, memoria, autorregulación, interacción social y motivación escolar, lo que confirma la importancia del aprendizaje activo durante la infancia temprana.

La revisión evidenció que el movimiento corporal facilita procesos de aprendizaje significativo. Desde la perspectiva de la cognición corporeizada, las experiencias físicas contribuyen a la construcción del pensamiento, el lenguaje y la comprensión conceptual. En consecuencia, integrar dinámicas corporales dentro de las actividades académicas favorece una mayor participación y comprensión de contenidos escolares.

Otro hallazgo relevante es el papel fundamental del juego como estrategia pedagógica en educación inicial. Las actividades lúdicas promueven ambientes educativos más

dinámicos, participativos e inclusivos, permitiendo que los niños aprendan mediante la exploración, la creatividad y la interacción social.

También se identificaron limitaciones en la literatura científica analizada, entre ellas la escasez de estudios longitudinales, la diversidad metodológica y el reducido tamaño de muestra en algunas investigaciones. Estas limitaciones evidencian la necesidad de continuar desarrollando estudios más amplios y rigurosos sobre el impacto del aprendizaje basado en movimiento.

Se concluye que las estrategias lúdicas basadas en movimiento representan una alternativa pedagógica efectiva para fortalecer los procesos de enseñanza y aprendizaje en educación inicial y primer año de Educación General Básica. Por ello, se recomienda promover metodologías activas que integren cuerpo, juego y conocimiento dentro de los contextos educativos, favoreciendo experiencias de aprendizaje más significativas y acordes con las necesidades del desarrollo infantil.

Referencias Bibliográficas

Becker, D. R., McClelland, M. M., Loprinzi, P., & Trost, S. G. (2014). Physical activity, self-regulation, and early academic achievement in preschool children. *Early Education and Development*, 25(1), 56–70. <https://doi.org/10.1080/10409289.2013.780505>

Mavilidi, M. F., Okely, A. D., Chandler, P., Cliff, D. P., & Paas, F. (2018). Effects of integrated physical exercises and gestures on preschool children's foreign language vocabulary learning. *Educational Psychology Review*, 30(2), 413–426. <https://doi.org/10.1007/s10648-017-9395-9>

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

Trawick-Smith, J. (2014). *The physical play and motor development of young children: A review of literature and implications for practice*. Center for Early Childhood Education, Eastern Connecticut State University.

Vazou, S., Mavilidi, M. F., & Pesce, C. (2020). Movement and learning in preschool: A review of classroom-based physically active interventions. *Educational Psychology Review*, 32(2), 455–481. <https://doi.org/10.1007/s10648-019-09500-5>

Wellsby, M., & Pexman, P. M. (2014). Developing embodied cognition: Insights from children's concepts and language processing. *Frontiers in Psychology*, 5, 506. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00506>

World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/311664>

Zeng, N., Ayyub, M., Sun, H., Wen, X., Xiang, P., & Gao, Z. (2017). Effects of physical activity on motor skills and cognitive development in early childhood: A systematic review. *BioMed Research International*, 2017, 2760716. <https://doi.org/10.1155/2017/2760716>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés