



DOI: <https://doi.org/10.23857/dc.v9i4.3638>

Ciencias Técnicas y Aplicadas  
Artículo de Investigación

*Desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad*

*Development of physical and mental skills in children from 2 to 6 years of age*

*Desenvolvimento de habilidades físicas e mentais em crianças de 2 a 6 anos*

Paola Alejandra Espinosa-Cevallos <sup>I</sup>  
[pespinosa@itsjapon.edu.ec](mailto:pespinosa@itsjapon.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0002-5304-3763>

Mónica Carolina Ojeda-Chimborazo <sup>II</sup>  
[carolina.ojeda@educacion.gob.ec](mailto:carolina.ojeda@educacion.gob.ec)  
<https://orcid.org/0000-0003-1242-978X>

**Correspondencia:** [pespinosa@itsjapon.edu.ec](mailto:pespinosa@itsjapon.edu.ec)

**\*Recibido:** 04 de agosto de 2023 **\*Aceptado:** 03 de octubre de 2023 **\* Publicado:** 17 de octubre de 2023

- I. Instituto Superior Tecnológico Japón, Ecuador.
- II. Universidad Católica de Cuenca, Ecuador.

## Resumen

El desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad es crucial para su crecimiento y bienestar a largo plazo. Durante este período, los niños experimentan un rápido desarrollo físico y cognitivo, y es importante proporcionarles oportunidades para mejorar sus habilidades y capacidades. En cuanto a las habilidades físicas, es importante fomentar la actividad física y el juego activo para promover el desarrollo muscular y la coordinación. Los padres y cuidadores también pueden ayudar a mejorar la motricidad fina de los niños mediante la introducción de actividades como el dibujo y la manipulación de objetos pequeños. En cuanto a las habilidades mentales, la estimulación temprana del cerebro puede ayudar a desarrollar habilidades como la memoria, la atención y el razonamiento. Los padres pueden proporcionar a los niños una variedad de experiencias sensoriales y mentales para ayudarles a desarrollar estas habilidades. Además, el juego imaginativo y creativo puede ayudar a los niños a desarrollar su pensamiento crítico y su capacidad para resolver problemas. En general, el desarrollo de habilidades físicas y mentales en los niños pequeños es crucial para su crecimiento y bienestar a largo plazo, y los padres y cuidadores pueden desempeñar un papel importante en fomentar el desarrollo de estas habilidades a través de la interacción y el juego.

**Palabras Claves:** Desarrollo infantil; Habilidades físicas; Habilidades mentales; Niños de 2 a 6 años; Estimulación temprana; Educación física en primaria.

## Abstract

The development of physical and mental skills in children ages 2 to 6 is crucial for their long-term growth and well-being. During this period, children experience rapid physical and cognitive development, and it is important to provide them with opportunities to improve their skills and abilities. Regarding physical skills, it is important to encourage physical activity and active play to promote muscle development and coordination. Parents and caregivers can also help improve children's fine motor skills by introducing activities such as drawing and manipulating small objects. In terms of mental skills, early stimulation of the brain can help develop skills such as memory, attention and reasoning. Parents can provide children with a variety of sensory and mental experiences to help them develop these skills. Additionally, imaginative and creative play can help children develop their critical thinking and problem-solving abilities. Overall, the development of physical

## Desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad

---

and mental skills in young children is crucial to their long-term growth and well-being, and parents and caregivers can play an important role in encouraging the development of these skills through interaction and play.

**Keywords:** Child development; Physical abilities; Mental abilities; Children from 2 to 6 years old; Early stimulation; Primary physical education.

### Resumo

O desenvolvimento de competências físicas e mentais em crianças dos 2 aos 6 anos é crucial para o seu crescimento e bem-estar a longo prazo. Durante este período, as crianças experimentam um rápido desenvolvimento físico e cognitivo, e é importante proporcionar-lhes oportunidades para melhorar as suas competências e habilidades. Em relação às habilidades físicas, é importante incentivar a atividade física e as brincadeiras ativas para promover o desenvolvimento e a coordenação muscular. Os pais e cuidadores também podem ajudar a melhorar as habilidades motoras finas das crianças, introduzindo atividades como desenhar e manipular pequenos objetos. Em termos de habilidades mentais, a estimulação precoce do cérebro pode ajudar a desenvolver habilidades como memória, atenção e raciocínio. Os pais podem proporcionar aos filhos uma variedade de experiências sensoriais e mentais para ajudá-los a desenvolver essas habilidades. Além disso, brincadeiras imaginativas e criativas podem ajudar as crianças a desenvolver o pensamento crítico e as habilidades de resolução de problemas. Globalmente, o desenvolvimento de competências físicas e mentais nas crianças pequenas é crucial para o seu crescimento e bem-estar a longo prazo, e os pais e cuidadores podem desempenhar um papel importante no incentivo ao desenvolvimento destas competências através da interação e da brincadeira.

**Palavras-chave:** Desenvolvimento infantil; Habilidades físicas; Habilidades mentais; Crianças dos 2 aos 6 anos; Estimulação Precoce; Educação física primaria.

### Introducción

El desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad es un tema fundamental en el ámbito de la pedagogía y la psicología infantil. El conocimiento y comprensión de las diferentes habilidades que se deben desarrollar en esta etapa son claves para el correcto desarrollo integral del

## Desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad

---

niño. La literatura científica aborda este tema desde diversas perspectivas y enfoques, lo que permite tener una visión más amplia y completa sobre el desarrollo infantil.

Un aspecto fundamental a considerar en el desarrollo de habilidades físicas y mentales es el estado nutricional del niño. De acuerdo a la investigación de Calceto et al. (2019), existe una relación directa entre el estado nutricional del niño y su desarrollo cognitivo y psicomotor. Por lo tanto, es importante asegurarse de que los niños tengan una alimentación adecuada y equilibrada.

Por lo que, las habilidades motoras también son un aspecto clave en el desarrollo infantil. Luarte et al., (2014) estudiaron el nivel de desarrollo motor grueso en preescolares sin intervención de profesores de educación física en Concepción, Chile, y encontraron que la mayoría de los niños tenían un nivel adecuado de desarrollo motor. Sin embargo, es importante fomentar la actividad física en los niños desde temprana edad para promover su desarrollo motor.

Por consiguiente, el estado de desarrollo psicomotor de los niños es un aspecto que ha sido abordado por diversos estudios. De acuerdo con Román & Calle (2017) analizaron el estado de desarrollo psicomotor en niños sanos que asisten a un centro infantil en Santo Domingo, Ecuador, encontrando que la mayoría de los niños tenían un estado de desarrollo psicomotor adecuado para su edad. Estos resultados resaltan la importancia de monitorear el desarrollo psicomotor en los niños y tomar medidas en caso de detectar alguna alteración.

Entre tanto, la estimulación temprana es una estrategia que ha sido propuesta para favorecer el desarrollo de habilidades y capacidades en los niños. Así, Fajardo et al., (2018) enfocaron su investigación en la estimulación temprana en niños de 6 a 7 años, encontrando que la estimulación temprana puede tener efectos positivos en el desarrollo cognitivo y psicomotor de los niños.

En otras palabras, es importante considerar las estrategias pedagógicas que se utilizan en el aprendizaje de los niños de esta edad. Como Cortés & Garcia (2017) analizaron estrategias pedagógicas que favorecen el aprendizaje de niñas y niños de 0 a 6 años en Villavicencio, Colombia, encontrando que el uso de materiales didácticos y la interacción constante con los niños son estrategias efectivas para el aprendizaje infantil. Estas estrategias pueden ser utilizadas por los padres y docentes para favorecer el desarrollo de habilidades físicas y mentales en los niños.

### **Revisión de literatura**

El desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad es un tema de gran importancia para la educación infantil. En este sentido, Rodríguez et al. (2020) afirman que la actividad física en el contexto escolar tiene múltiples beneficios para niños y adolescentes. Con arreglo a Rojas et al. (2020), las habilidades motrices básicas son fundamentales para la educación física en primaria. Asimismo, Quilumbaquin (2021) destaca la importancia de las actividades físicas-recreativas para el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños de 5-6 años durante la pandemia de COVID-19.

De igual importancia, la estimulación temprana en niños menores de 5 años también es un tema relevante en relación al desarrollo físico y mental infantil. En ese ámbito, Salas (2002) destaca la importancia de la estimulación temprana en el desarrollo cognitivo y emocional de los niños. Por su parte, Rincón et al. (2019) señalan que la estimulación temprana es fundamental para el desarrollo motor y cognitivo de los niños menores de 5 años.

En cuanto al desarrollo cognitivo y del lenguaje en niños de edad preescolar, Ternera (2009) destaca las características de este proceso en la etapa preescolar. Además, Ternera (2010) enfatiza la importancia del desarrollo motor en relación con los procesos evolutivos del lenguaje y la cognición en niños de 3 a 7 años.

Después de esto, la resiliencia en niños también es un factor importante en su desarrollo mental y emocional. Asimismo, Vega et al. (2011) afirman que los recursos psicológicos y la resiliencia son factores protectores en niños de 6, 8 y 10 años de edad.

En cuanto a las personas con discapacidad intelectual, Lozada et al., (2020) hacen una caracterización del desarrollo de las habilidades motrices básicas en este grupo poblacional. Por último, González et al. (2016) proponen indicadores para la evaluación de habilidades motrices en niños de 6 años con necesidades educativas especiales.

Mejor dicho, la literatura destaca la importancia de la actividad física, las habilidades motrices básicas, la estimulación temprana, el desarrollo cognitivo y del lenguaje, la resiliencia y la inclusión en el desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad. Los estudios presentados en esta revisión literaria proporcionan información valiosa para el diseño de programas educativos y de intervención que promuevan el desarrollo integral de los niños en esta etapa de su vida.

## **Metodología**

La metodología de búsqueda para esta investigación sobre el desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad incluirá una búsqueda exhaustiva en bases de datos electrónicas como PubMed, PsycINFO y Scopus, utilizando términos clave como "desarrollo infantil", "habilidades físicas", "habilidades mentales", "niños de 2 a 6 años", "estimulación temprana" y "educación física en primaria". También se realizará una búsqueda manual en revistas relevantes como la Revista Cubana de Medicina General Integral, la Revista de Educación y Desarrollo y la Revista Científica Especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte. Se incluirán estudios publicados en inglés y español, sin restricciones de fecha, y se aplicarán filtros para incluir solo estudios empíricos y revisión sistemática de literatura. Conjuntamente, se examinarán las referencias bibliográficas de los estudios relevantes para identificar posibles estudios adicionales. Todos los estudios serán evaluados por dos revisores independientes para asegurar la calidad metodológica y la relevancia para la investigación.

## **Resultados**

El desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad es fundamental para su crecimiento y aprendizaje. La estimulación temprana juega un papel clave en el desarrollo de estas habilidades, ya que permite mejorar el estado nutricional y favorece el desarrollo cognitivo y psicomotor.

Según la bibliografía consultada, se observa que las habilidades motrices son importantes en el desarrollo físico de los niños. Por ejemplo, un estudio realizado en el Colegio Meira del Mar de Barranquilla evidenció que los niños entre 6 y 13 años presentaron un buen nivel de habilidades motrices.

Por otro lado, se encontró que el estado de desarrollo psicomotor en niños de 2 a 6 años que asisten a centros infantiles en Santo Domingo, Ecuador, es adecuado. Al mismo tiempo, se identificó que las estrategias pedagógicas que favorecen el aprendizaje de niñas y niños de 0 a 6 años de edad en Villavicencio, Colombia, son importantes para su desarrollo cognitivo y psicomotor.

Entre tanto, la actividad física es beneficiosa para el desarrollo físico y mental de los niños y adolescentes en el contexto escolar. En este sentido, se evidencia que las habilidades motrices básicas

## Desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad

---

son fundamentales para la educación física en primaria, por lo que se sugiere implementar actividades físicas-recreativas para el desarrollo de estas habilidades.

Igualmente, la resiliencia y los recursos psicológicos también son importantes en el desarrollo de los niños, y se ha encontrado que los niños de 6, 8 y 10 años de edad presentan recursos psicológicos y resiliencia.

Posteriormente, se concluye que la estimulación temprana y la implementación de estrategias pedagógicas adecuadas son fundamentales para el desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad. Conjuntamente, se sugiere la implementación de actividades físicas-recreativas para el desarrollo de habilidades motrices básicas y el fomento de recursos psicológicos y resiliencia en los niños.

### **Discusión**

El desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años es fundamental para garantizar un crecimiento adecuado. Los estudios de Fajardo et al., (2018) sugieren que la estimulación temprana puede tener un impacto significativo en el desarrollo de las habilidades y capacidades de los niños en esta edad. De hecho, la actividad física se asocia con múltiples beneficios para el desarrollo cognitivo y psicomotor de los niños (Rodríguez et al., 2020). De otra manera, se destaca la importancia de las habilidades motoras básicas, que se deben promover a través de estrategias pedagógicas adecuadas, como señalan Rojas et al., (2020). De esta forma, Calceto et al., (2019) señalan la relación del estado nutricional con el desarrollo cognitivo y psicomotor de los niños en la primera infancia, por lo que la nutrición adecuada es crucial.

Por tanto, la literatura científica también destaca la importancia del desarrollo psicomotor en niños de esta edad. El estudio de Román & Calle (2017) se enfoca en el estado de desarrollo psicomotor en niños sanos que asisten a un centro infantil, y destaca la relevancia de la detección temprana de retrasos en el desarrollo motor y cognitivo para la intervención oportuna. Entonces, Vega et al., (2011) exploran los recursos psicológicos y la resiliencia en niños de diferentes edades, destacando la importancia de promover habilidades emocionales para mejorar su bienestar.

En definitiva, es necesario considerar la importancia de la inclusión en el desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años. Las investigaciones de Lozada & Vargas (2020) y Quilumbaquin (2021) se enfocan en el desarrollo de habilidades motoras básicas en personas con

## Desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad

---

discapacidad intelectual y niños en situación de pandemia, respectivamente. Estos proyectos de investigación destacan la importancia de adaptar las estrategias pedagógicas y las actividades físicas-recreativas para garantizar la inclusión de todos los niños. En síntesis, estos estudios resaltan la importancia de una intervención temprana y adaptada a las necesidades individuales de los niños para garantizar un desarrollo adecuado de habilidades físicas y mentales.

### **Conclusiones**

El desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad es un tema de gran importancia en la educación y la salud infantil. Los estudios revisados demuestran que la estimulación temprana es fundamental para el desarrollo integral de los niños. La actividad física es un componente clave en este proceso ya que permite el desarrollo de habilidades motrices básicas y gruesas, y tiene un impacto positivo en el desarrollo neurológico del niño. La relación entre el estado nutricional y el desarrollo cognitivo y psicomotor también es un aspecto importante que debe ser considerado.

Consecuentemente, las estrategias pedagógicas también juegan un papel importante en el desarrollo de habilidades físicas y mentales. Los estudios muestran que es necesario que los profesores de educación física estén involucrados en el proceso educativo desde edades tempranas para garantizar el desarrollo motor adecuado. Además, se ha observado que los recursos psicológicos y la resiliencia en los niños son factores que pueden influir positivamente en el desarrollo de habilidades físicas y mentales.

Concatenada mente, los estudios también señalan la importancia de la evaluación de las habilidades motrices para niños con necesidades educativas especiales. La caracterización del desarrollo de las habilidades motrices básicas en personas con discapacidad intelectual es crucial para diseñar programas de estimulación adecuados. Asimismo, en tiempos de pandemia como el COVID-19, es importante buscar alternativas como actividades físicas-recreativas que fomenten el desarrollo de habilidades motrices básicas.

Por último, la estimulación temprana, la actividad física, la estrategia pedagógica adecuada, la evaluación de habilidades motrices, los recursos psicológicos y la resiliencia son factores clave en el desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad. Por lo tanto, es importante que los padres, educadores y profesionales de la salud trabajen juntos para asegurar un desarrollo integral adecuado de los niños desde edades tempranas.



## Referencias

- Calceto-Garavito, L., Garzón, S., Bonilla, J., & Cala-Martínez, D. (2019). Relación del estado nutricional con el desarrollo cognitivo y psicomotor de los niños en la primera infancia. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 28(2), 50-58.
- Cortés, A., & Garcia, G. (2017). Estrategias pedagógicas que favorecen el aprendizaje de niñas y niños de 0 a 6 años de edad en Villavicencio-Colombia. *Revista Interamericana De Investigación Educación Y Pedagogía RIIIEP*, 10(1), 125-143.
- Fajardo, Z. I. E., Solórzano, J. A. M., & Quiñonez, M. (2018). La estimulación temprana en el desarrollo de las habilidades y capacidades de los niños y niñas de 6 a 7 años. *Espirales revista multidisciplinaria de investigación*, 2(15), 26-41.
- Gómez Andrés, D., Pulido Valdeolivas, I., & Fiz Pérez, L. (2015). Desarrollo neurológico normal del niño. *Pediatr Integral*, 19(9), 641-7.
- González-Ramírez, N., Rodríguez, I. S., & Leyva-Rodríguez, N. (2016). Indicadores para la evaluación de habilidades motrices: lanzar y golpear en niños de 6 años con necesidades educativas especiales. *Revista científica especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte*, 13(29), 47-56.
- Lozada Muñoz, T. S., & Vargas Hernández, J. S. (2020). Caracterización del desarrollo de las habilidades motrices básicas en personas con discapacidad intelectual.
- Luarte, C., Poblete, F., & Flores, C. (2014). Nivel de desarrollo motor grueso en preescolares sin intervención de profesores de Educación Física, Concepción, Chile. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 15(1), 7-16.
- Quilumbaquin Cabascango, M. D. (2021). Actividades físicas-recreativas para el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños de 5-6 años, Unidad Educativa “Jacinto Collahuazo” durante el Covid-19 (Master's thesis).
- Rincón, S. H., Pérez, L. V., Gómez, B. B., & Vega, A. M. (2019). Importancia de la estimulación temprana en niños menores de 5 años. *TEPEXI Boletín Científico de la Escuela Superior Tepeji del Río*, 6(11), 46-48.
- Rodero, E. A., & Esmeral, L. M. (2013). Habilidades motrices en niños de 6 a 13 años del Colegio Meira del Mar de Barranquilla. *Ciencia e innovación en salud*.

Desarrollo de habilidades físicas y mentales en niños de 2 a 6 años de edad

---

- Rodríguez Torres, Á. F., Rodríguez Alvear, J. C., Guerrero Gallardo, H. I., Arias Moreno, E. R., Paredes Alvear, A. E., & Chávez Vaca, V. A. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2).
- Rojas, H. F. L., García, R. F. M., Mediavilla, C. M. Á., & Jarrín, S. A. (2020). Las habilidades motrices básicas como base para la educación física en primaria. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 5(11), 100-115.
- Román Sacón, J., & Calle Contreras, P. (2017). Estado de desarrollo psicomotor en niños sanos que asisten a un centro infantil en Santo Domingo, Ecuador. *Enfermería: Cuidados Humanizados*, 6(2), 49-65.
- Salas, A. M. (2002). La estimulación temprana. *Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación*, 14(2-4), 63-64.
- Tenera, L. A. C. (2009). Características del desarrollo cognitivo y del lenguaje en niños de edad preescolar. *Psicogente*, 12(22).
- Tenera, L. A. C. (2010). Importancia del desarrollo motor en relación con los procesos evolutivos del lenguaje y la cognición en niños de 3 a 7 años de la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 26(1), 65-76.
- Vega-Vázquez, M. A. R. G. A. R. I. T. A., Rivera-Heredia, M. E., & Quintanilla-Montoya, R. O. Q. U. E. (2011). Recursos psicológicos y resiliencia en niños de 6, 8 y 10 años de edad. *Revista de educación y desarrollo*, 17, 33-41.