

**BENEFICIOS COGNITIVOS, EMOCIONALES EN EL
APRENDIZAJE VIVENCIAL Y AL AIRE LIBRE
EN NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS**

**COGNITIVE AND EMOTIONAL BENEFITS
OF EXPERIENTIAL AND OUTDOOR LEARNING
IN CHILDREN AGED 3 TO 5**

Recibido: 18/11/2025 Aceptado: 22/12/2025

<https://editorial.uaw.edu.ec/beneficios-cognitivos-emocionales-en-el-aprendizaje-vivencial-y-al-aire-libre-en-ninos-de-3-a-5-anos/>

Katty Elizabeth Paredes Veintimilla

<https://orcid.org/0009-0000-6358-2659>

*Universidad Central del Ecuador. Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación
Quito - Ecuador*

email: kattylizaparedes@gmail.com / Keparedesv1@uce.edu.ec

Alexandra Oña

<https://orcid.org/0009-0004-9994-2301>

*Universidad Central del Ecuador. Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación
Quito - Ecuador*

email: alejitatkm7@gmail.com / vaonat@uce.edu.ec

Alisson Tatiana Acero Gómez

<https://orcid.org/0009-0004-3245-7977>

*Universidad Central del Ecuador. Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación
Quito - Ecuador*

email: alissonacero123@gmail.com / ataacero@uce.edu.ec



Núm. 4, julio - diciembre, 2025

ISSN 3028-8584 • e-ISSN 3028-8592

*editorial.uaw.edu.ec/revista-cientifica-amawtakuna
editorial@uaw.edu.ec*

RESUMEN

El presente artículo analiza los beneficios cognitivos y emocionales del aprendizaje vivencial y al aire libre en niños y niñas de 3 a 5 años de educación inicial. Esta investigación se base en la crítica al modelo tradicional de enseñanza, el cual limita la creatividad, la exploración y la autonomía infantil. En contraste, al enfoque vivencial, sustentado en las teorías de varios pedagogos entre ellos las de Kolb, propone un aprendizaje activo basado en la interacción con el entorno natural, promoviendo el desarrollo integral del niño. A través de una revisión sistemática bajo el enfoque PRISMA, se identificaron evidencias científicas que demuestran cómo estas metodologías favorecen habilidades cognitivas como la atención, la memoria, el lenguaje y la resolución de problemas, al mismo tiempo que fortalecen aspectos emocionales como la empatía, la autorregulación y la autoestima. El estudio también evidencia que, pese a los beneficios comprobados, su implementación en instituciones educativas aún enfrenta barreras como la falta de formación docente, recursos y apoyo institucional.

PALABRAS CLAVE:

Aprendizaje vivencial, Educación al aire libre, Desarrollo cognitivo, Desarrollo emocional, Educación inicial.

ABSTRACT

This article analyzes the cognitive and emotional benefits of experiential and outdoor learning in children aged 3 to 5 in early childhood education. This research is based on a critique of the traditional teaching model, which limits children's creativity, exploration, and autonomy. In contrast, the experiential approach supported by the theories of several pedagogues, including Kolb proposes active learning grounded in interaction with the natural environment, promoting the child's integral development.

Through a systematic review following the PRISMA approach, scientific evidence was identified demonstrating how these methodologies enhance cognitive skills such as attention, memory, language, and problem-solving, while also strengthening emotional aspects such as empathy, self-regulation, and self-esteem. The study also shows that, despite the proven benefits, implementation within educational institutions still faces barriers, including a lack of teacher training, resources, and institutional support.

KEYWORDS:

Experiential learning, Outdoor education, Cognitive development, Emotional development, Early childhood education.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, los métodos tradicionales de enseñanza resultan insuficientes para que los niños de 3 a 5 años desarrollen adecuadamente sus habilidades cognitivas y emocionales, pues limitan las oportunidades de exploración y experimentación, fundamentales en esta etapa en la que consolidan las bases de su desarrollo. (Navarrete, et al., 2021). De manera similar, otros estudios destacan que el enfoque tradicional de enseñanza convierte a los niños en receptores pasivos, es decir, el docente suministra la información y el saber, mientras que ellos únicamente la absorben. Así, al depender completamente de lo que el maestro les ofrece, su capacidad creativa se ve progresivamente mermada (Galván y Siado, 2021).

Es importante destacar la necesidad de promover metodologías pedagógicas que potencien un crecimiento equilibrado y saludable, aprovechando los múltiples beneficios que me proporciona el aprendizaje vivencial y al aire libre con herramientas importantes para el desarrollo integral (Medina & Domínguez, 2020). A pesar de su impacto positivo hay muchas instituciones educativas donde las actividades al aire libre y el aprendizaje vivencial son estrategias pedagógicas que no están consideradas en sus proyectos educativos ya que existen brechas importantes para la implementación de estas metodologías motivadas por factores como la falta de recursos, la escasa formación de los docentes en metodologías activas y la resistencia cultural (Waite et al., 2022; Bentsen et al., 2022).

En las instituciones de los Estados Unidos muestran que los estudiantes en las escuelas que utilizan aulas al aire libre y otras formas de educación vivencial basadas en la naturaleza presentan mejoras significativas en el aprendizaje, es por eso que este tipo de educación es importante porque estimula la curiosidad, la concentración, ya que los niños aprenden de forma activa y significativa al relacionarlos con la teoría, y experiencias reales (Spanich Connecting Children With Nature, 2012).

Muchos entornos educativos se limitan a espacios cerrados y a actividades altamente dirigidas, lo que puede restringir el desarrollo integral de los menores. Promover experiencias educativas al aire libre y basadas en la vivencia directa no solo estimula la curiosidad natural de los niños, sino que también favorece el aprendizaje significativo, motivado por la acción y la experiencia personal (Louv, 2008).

La justificación de este estudio se sustenta lo interesante de incorporar estas metodologías, ya que permite un desarrollo integral a través la conexión directa con el entorno fomentando habilidades prácticas, sociales, emocionales como la empatía, la autoestima, la regulación emocional y cognitiva como la atención, la resolución de problemas. Puede sostener este criterio de la mano de David A. Kolb (1984). quien manifiesta que el aprendizaje experiencial, especialmente en entornos naturales, fortalece las capacidades cognitivas como la memoria, la resolución de problemas, la atención, y todas estas habilidades mencionadas se fusionan con otros aspectos como el desarrollo de la responsabilidad y respeto por el medio ambiente que son aspectos fundamentales para la formación de niños y niñas conscientes y comprometidos.

Beneficios cognitivos y emocionales en el aprendizaje vivencial y al aire libre en niños y niñas de 3 a 5 años de educación inicial

El aprendizaje vivencial es una metodología educativa que utiliza el entorno natural como espacio principal para que los niños exploren, descubran y aprendan a través de experiencias directas y juegos libres. Este enfoque promueve el desarrollo integral de los niños, abarcando aspectos cognitivos, físicos, emocionales y sociales mediante la interacción con un ambiente menos estructurado y más estimulante que el aula tradicional (Pérez, 2025).

La teoría de Piaget considera que, durante la fase sensoriomotora inicial, los bebés y niños pequeños adquieren su saber a través de experiencias sensoriales y del manejo directo de objetos. En este periodo temprano, todo su contacto con el mundo se produce mediante reflejos innatos, percepciones, respuestas motoras básicas y es cuando experimentan un crecimiento y aprendizaje de manera intensa al explorar su entorno van descubriendo de forma constante nuevos mecanismos sobre cómo funciona la realidad que los rodea (Navarrete, et al., 2021).

En este apartado se destacaron las principales características del desarrollo cognitivo en la primera infancia, señalando que es fundamental que los niños tengan un buen desarrollo motriz, capacidad crítica, y que comprendan conceptos básicos como el tiempo (mañana, tarde, noche) y las relaciones espaciales. Además, se explicó que el desarrollo cognitivo está estrechamente relacionado con la educación

inicial, ya que este proceso debe reflejarse en las actividades de enseñanza y aprendizaje dirigidas a los niños pequeños (Peñalosa, 2023).

Durante la etapa de 3 a 5 años, los niños desarrollan su capacidad para entender y representar el mundo que los rodea, aunque su pensamiento aún está centrado en lo que ellos mismos perciben directamente. En esta etapa, muestran egocentrismo, lo que significa que les cuesta entender que otras personas pueden tener ideas o sentimientos diferentes a los suyos. Además, su razonamiento se basa en lo que ven o experimentan en el momento, y todavía no pueden pensar en procesos complejos o reversibles, como imaginar que una acción puede deshacerse.

En este periodo, los niños empiezan a usar el lenguaje, el juego simbólico y el dibujo para representar objetos y situaciones, lo que es un avance importante hacia un pensamiento más abstracto. Su atención se concentra en un solo aspecto a la vez, y comienzan a organizar lo que aprenden en categorías simples. También aparecen las primeras señales de memoria personal y la capacidad de entender que los demás tienen pensamientos diferentes, lo que favorece su desarrollo social y cognitivo. Estos aprendizajes se fortalecen especialmente cuando reciben ayuda o acompañamiento de adultos o compañeros más experimentados. (Maestra Online, 2021).

Las características emocionales en los niños de 3 a 5 años se presentan a través de la distinción y manifestación de emociones básicas, desarrollando paulatinamente la capacidad para reconocer sus propios estados emocionales y los de los demás. Esto les permite mejorar sus habilidades sociales y de comunicación emocional (Denham, 2006).

Uno de los logros centrales de esta etapa es el desarrollo del control emocional, es decir, la capacidad de regular impulsos y ajustar su comportamiento a las normas sociales. Este proceso está ligado a la maduración del cerebro, particularmente en áreas responsables de la autorregulación como la corteza prefrontal (Thompson, 2011). Además, los niños empiezan a mostrar una mayor empatía y comprensión de cómo sus acciones afectan emocionalmente a los demás (Kopp, 1989).

Asimismo, las experiencias sociales como el juego con pares y la interacción en contextos educativos permiten que los niños practiquen y aprendan a gestionar emociones como la frustración, la alegría o la tristeza. Estas vivencias contribuyen significativamente al desarrollo de

la inteligencia emocional y al posterior rendimiento escolar (Denham, Bassett, & Zinsser, 2012).

En esta investigación se abordará el aprendizaje vivencial y al aire libre como una estrategia pedagógica alternativa que contribuye al desarrollo de una educación inicial, permitiendo integrar experiencias y saberes desde el entorno natural en igualdad de condiciones para todos los niños y niñas, respetando sus ritmos, contextos y formas de aprender.

La implementación de esta metodología es de gran relevancia ya que, en los primeros años de vida, los niños experimentan un rápido desarrollo neuronal y emocional, siendo esta etapa crucial para la formación de habilidades cognitivas como la atención, la memoria, el lenguaje, la solución de problemas, y para el fortalecimiento de aspectos socioemocionales como la autorregulación, la empatía y la autonomía (Shonkoff & Phillips, 2000).

También el aprendizaje vivencial y al aire libre se presenta como una estrategia pedagógica que favorece no solo el desarrollo cognitivo, sino también el emocional y social, por eso es que este enfoque permite que los niños interactúen directamente con su entorno natural, fomentando la exploración, el juego libre y la experimentación, elementos esenciales para su crecimiento integral, además, el aprendizaje al aire libre contribuye a la regulación emocional y al bienestar general, aspectos fundamentales en esta etapa escolar (UNESCO, 2023).

Además, el Ministerio de Educación en colaboración con diversas instituciones han comenzado a incorporar espacios educativos al aire libre, reconociendo su impacto positivo en el desarrollo infantil. Estas experiencias destacan la importancia de adaptar los entornos de aprendizaje para responder a las necesidades de los niños y niñas, promoviendo su autonomía, autoestima y habilidades sociales (Currículo Educación Inicial, 2014).

Los niños que participan en actividades al aire libre presentan mejoras significativas en su motricidad, habilidades sociales y creatividad (Fjørtoft 2004). Del mismo modo, investigaciones como las de Gill, (2014) y Waite, (2016) han resaltado que el contacto con la naturaleza contribuye al desarrollo emocional, disminuye el estrés infantil y mejora

la concentración. Este beneficio se incrementará cuando los educadores reciben capacitación adecuada y las instituciones educativas cuentan con el respaldo cultural y logístico necesario para llevar a cabo esta metodología (Williams-Sieghfredsen, 2017).

Estudios recientes han evidenciado que los entornos naturales influyen positivamente en el desarrollo infantil. Los niños que participan en actividades al aire libre presentan mejoras significativas en su motricidad, habilidades sociales y creatividad (Fjørtoft 2004). Del mismo modo, investigaciones como las de Gill, (2014) y Waite, (2016) han resaltado que el contacto con la naturaleza contribuye al desarrollo emocional, disminuye el estrés infantil y mejora la concentración. Además, la literatura actual presenta una carencia de estudios que aborden de forma integrada los efectos combinados cognitivos y emocionales del aprendizaje vivencial al aire libre en los niños de 3 a 5 años.

La implementación de esta metodología educativa sigue siendo limitada en muchas áreas como la participación activa de los niños, contacto con el mundo real, sin embargo, los beneficios que me ofrece este tipo de aprendizaje son ampliamente reconocidos. Esto plantea preguntas sobre las barreras y los desafíos asociados con esta metodología (Ernst & Tornabene, 2012).

El problema central de este artículo se relaciona con la limitada incorporación de estrategias pedagógicas activas, como el aprendizaje vivencial y al aire libre, en la educación inicial; esto dificulta el desarrollo integral de los niños y niñas de 3 a 5 años, al no atender plenamente sus necesidades cognitivas, emocionales y sociales.

La pregunta central que guía esta investigación es: ¿Cuáles son los beneficios cognitivos y emocionales del uso del aprendizaje vivencial y al aire libre en comparación con los métodos tradicionales en niños de 3 a 5 años de educación inicial?

El objetivo de esta investigación es analizar los beneficios cognitivos y emocionales que genera el aprendizaje vivencial y al aire libre en niños y niñas de 3 a 5 años en educación inicial visibilizando la importancia del contacto con la naturaleza como recurso educativo, fomentando métodos de enseñanza más participativos, y presentando a docentes y directivos evidencias sobre cómo el aprendizaje al aire libre ayuda al desarrollo integral de los niños y niñas.

METODOLOGÍA

El presente estudio tuvo como objetivo analizar a través de una revisión sistemática los beneficios cognitivos y emocionales del aprendizaje vivencial y al aire libre en niños de 3 a 5 años. Para ello, se utilizó el método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), que permite realizar un proceso riguroso, transparente y reproducible en la selección y análisis de estudios científicos. Esta herramienta había sido desarrollada para mejorar la calidad y transparencia en la elaboración de revisiones de literatura científica, proporcionando un marco estandarizado ampliamente aceptado en el ámbito académico (Moher et al., 2009).

El procedimiento se articuló en cuatro fases: identificación, cribado, elegibilidad e inclusión, tal como lo plantea la guía PRISMA. En la fase de identificación, se consultaron bases de datos académicas como Scopus, Scielo, Redalyc, Google Scholar y ERIC, utilizando descriptores como: “aprendizaje vivencial”, “educación inicial”, “desarrollo cognitivo”, “juego al aire libre” y “beneficios emocionales en la infancia”. Para elaborar el artículo, el trabajo de investigación se inició el 07 de mayo de 2025; los operadores booleanos aplicados fueron AND, OR y NOT, con el fin de optimizar la búsqueda de artículos pertinentes.

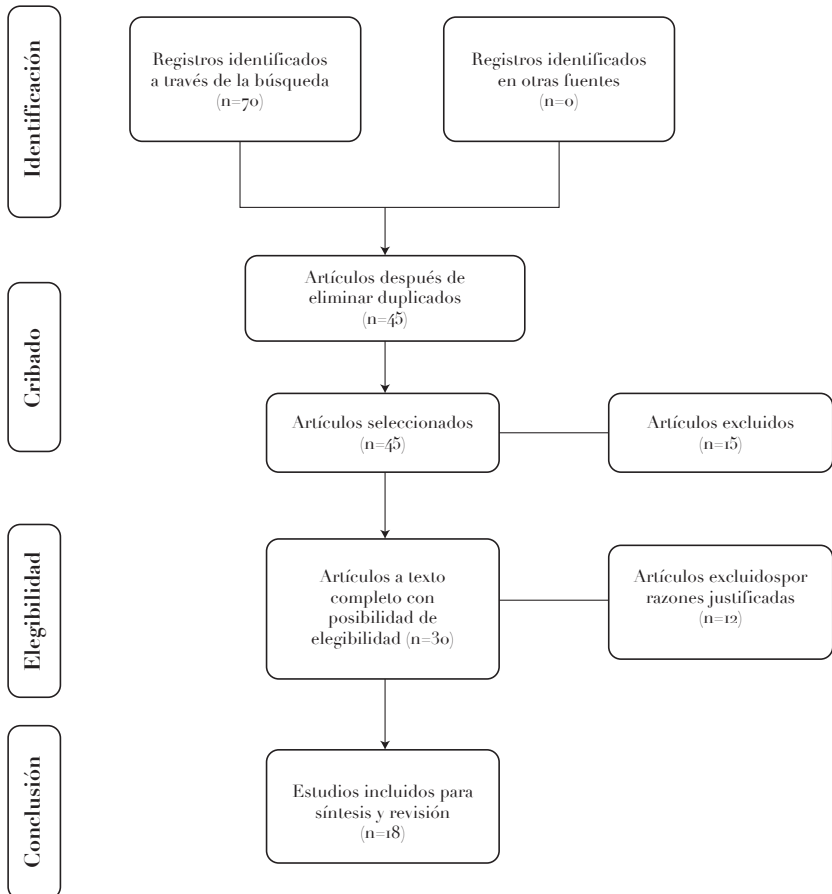
Respecto a los criterios de inclusión, se consideraron publicaciones entre los años 2000 y 2025, que abordaran de forma directa la educación infantil, con evidencia empírica o teórica sobre los efectos del contacto con la naturaleza y las metodologías vivenciales. Se excluyeron estudios orientados a adolescentes o adultos, artículos sin acceso completo, artículos de opinión y documentación sin metodologías claras.

RESULTADOS

De un total de 70 artículos inicialmente encontrados, tras aplicar los criterios de selección y eliminación de duplicados, se revisaron 30 a texto completo, de los cuales se seleccionaron 18 estudios que cumplieron con los parámetros de calidad y relevancia temática. Estos documentos fueron analizados mediante una lectura crítica, identificando resultados relacionados con los beneficios cognitivos (atención, memoria, lenguaje, pensamiento lógico) y emocionales (autorregulación, empatía, autoestima)

de las metodologías vivenciales y al aire libre, lo cual permitió fundamentar teóricamente la investigación. Este método contribuye a garantizar la validez y confiabilidad del estudio, al sustentar con evidencias científicas actualizadas y sistematizadas (Page et al., 2021).

Figura 1
*Representación del diagrama de flujo método Prisma
como resultado de los artículos seleccionados*



Datos extraídos del diagrama PRISMA

El diagrama PRISMA presentado organiza de manera sistemática el proceso actual de búsqueda, selección y depuración de la literatura incluida en la revisión. En la fase de identificación, se registran 70 artículos obtenidos mediante búsquedas en bases científicas, sin hallazgos adicionales en otras fuentes. Este número inicial evidencia que existe una producción significativa relacionada con el aprendizaje vivencial y al aire libre, pero también muestra la necesidad de aplicar criterios estrictos para asegurar la calidad de las fuentes. Al eliminar los duplicados, la cantidad de artículos se reduce a 45, lo cual demuestra que una parte considerable de los documentos proviene de bases que indexan contenidos repetidos.

Durante la fase de cribado, se mantienen los 45 artículos para una revisión preliminar, mientras que 15 se excluyen por no cumplir con los criterios establecidos. Este proceso garantiza que solo los estudios pertinentes continúen a la siguiente etapa. En la fase de elegibilidad, 30 artículos se analizan a texto completo, pero 12 se descartan por razones justificadas, como insuficiencia metodológica, falta de relación con la temática o ausencia de datos relevantes. Finalmente, 18 estudios cumplen con todos los requisitos y se incluyen en la síntesis y revisión. Este proceso, representado en el diagrama, refleja una selección rigurosa, transparente y coherente, que respalda la validez y confiabilidad de los resultados de la investigación.

Tabla 1

Presenta los artículos más relevantes que se han estudiado, incluyendo los nombres de los autores, el año en que fueron publicados y el título o tema central.

Nº	Autor(es)	Año	Título	País	Tipo de documento	Aporte principal al estudio
1	Navarrete, R., Tamayo, A., Guzmán, M., & Pacheco, M.	2021	Piaget ano en la educación de la matemática en estudiantes de educación básica superior	Cuba	Artículo científico	Desarrollo cognitivo desde la teoría de Piaget
2	Galván, A. & Siado, E.	2021	Educación tradicional: Un modelo de enseñanza centrado en el estudiante	México	Artículo en Research Gate	Crítica a métodos pasivos de enseñanza
3	Medina, R. & Domínguez, M.	2020	Aprendizaje vivencial y entornos naturales	México	Revista académica	Relación entre naturaleza y desarrollo integral
4	Waite, S., Bentsen, P., Mygind, E., & Randrup, T. B.	2022	International Views on School-Based Outdoor Learning	Internacional	Libro académico	Obstáculos y beneficios del aprendizaje al aire libre
5	Spanich Connecting Children With Nature	2012	Conectando niños con la naturaleza	EE.UU.	Documento institucional	Beneficios del contacto con la naturaleza en la infancia
6	Louv, R.	2008	El último niño en el bosque	EE.UU.	Libro	Impacto del déficit de naturaleza en el desarrollo infantil
7	Kolb, D. A.	1984	Teoría del Aprendizaje Experiencial	EE.UU.	Libro académico	Base teórica para el aprendizaje vivencial
8	Peñaloza, A.	2023	Desarrollo cognitivo con pedagogía constructivista	Ecuador	Trabajo académico (PDF)	Aplicación de la teoría de Piaget en educación inicial

9	Maestra Online	2021	Características del desarrollo cognitivo	España	Sitio educativo	Etapas y habilidades cognitivas en la infancia
10	Denham, S. A.	2006	Social-emotional competence as support for school readiness	EE.UU.	Artículo científico	Desarrollo de la competencia emocional en edad temprana
11	Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K.	2012	Teachers as socializers of emotional competence	EE.UU.	Artículo científico	Rol docente en el desarrollo emocional
12	Thompson, R. A.	2011	Emotion and emotion regulation	EE.UU.	Artículo científico	Regulación emocional en la infancia
13	Kopp, C. B.	1989	Regulation of distress and negative emotions	EE.UU.	Artículo científico	Perspectiva evolutiva del control emocional
14	Fjørtoft, I.	2004	El paisaje como espacio de juego	Noruega	Artículo científico	Desarrollo motor en entornos naturales
15	Gill, T.	2014	Children and Nature: A Quieter Revolution	Reino Unido	Artículo académico	Influencia de la naturaleza en la salud mental infantil
16	Williams-Sieghfredsen, J.	2017	Enfoque de escuela forestal danesa	Dinamarca	Libro académico	Modelo pedagógico de aprendizaje en la naturaleza
17	Perea, F.	2023	Teoría ecológica y valores ambientales	Ecuador	Artículo académico	Relación entre entorno y formación de valores
18	Ministerio de Educación (Ecuador)	2014	Currículo de Educación Inicial	Ecuador	Documento oficial	Marco normativo que incluye entornos naturales en la enseñanza

En base a lo expuesto, presenta una recopilación sólida y diversa de estudios que fundamentan teóricamente la relación entre aprendizaje vivencial, contacto con la naturaleza y desarrollo infantil. Los documentos incluidos abarcan enfoques cognitivos, emocionales, socioambientales y pedagógicos, lo que demuestra un respaldo interdisciplinario a la investigación. Destacan autores clásicos como Piaget, Kolb y Louv, quienes aportan bases conceptuales sobre el desarrollo cognitivo, el aprendizaje experiencial y la importancia del entorno natural en el bienestar infantil. Asimismo, investigaciones más recientes como las de Medina y Domínguez (2020), Navarrete et al. (2021) y Peñaloza (2023) actualizan estas teorías, evidenciando que el aprendizaje vivencial sigue siendo pertinente y eficaz en los contextos educativos actuales.

El conjunto de obras seleccionadas también muestra una coherencia en los aportes, al identificar de manera reiterada beneficios en áreas cognitivas, emocionales, motrices y sociales derivados del aprendizaje al aire libre. Además, la inclusión de documentos institucionales y normativos, como el Currículo de Educación Inicial del Ministerio de Educación (2014), fortalece la validez de la investigación al alinearla con políticas educativas nacionales. De esta manera, la tabla evidencia que existe abundante literatura que respalda la importancia de metodologías activas y basadas en la naturaleza, al tiempo que identifica retos como la falta de implementación sistemática en las instituciones. En conjunto, estos estudios justifican la necesidad de profundizar en el impacto integral del aprendizaje vivencial en niños de 3 a 5 años.

Tabla 2

Representa una síntesis de los beneficios cognitivos, emocionales, sociales, motrices, del medio ambiente y educación, identificada en literatura especializada sobre experiencia de aprendizaje en el entorno al aire libre y vivencial.

Categoría de beneficio	Indicadores observados	Autores/Fuentes
Cognitivos	- Mejora de la atención y concentración- Estimulación de la memoria- Desarrollo del lenguaje- Pensamiento crítico y lógico- Resolución de problemas	Kolb (1984); Navarrete et al. (2021); Peñaloza (2023); UNESCO (2023); Medina & Domínguez (2020)
Emocionales	- Autorregulación emocional- Reducción del estrés- Desarrollo de la autoestima- Identificación y expresión de emociones- Regulación de impulsos	Denham (2006); Thompson (2011); Kopp (1989); Denham et al. (2012); Gill (2014); Williams-Siegfredsen (2017)
Sociales	- Desarrollo de empatía- Interacción con pares- Trabajo cooperativo- Respeto por las normas y la diversidad	Medina & Domínguez (2020); Denham et al. (2012); Ministerio de Educación (2014); UNESCO (2023)
Motrices	- Coordinación física- Agilidad y equilibrio- Desarrollo grueso y fino- Exploración activa del entorno	Fjørtoft (2004); Louv (2008); Waite (2017); Gill (2014)
Ambientales / Éticos	- Desarrollo del respeto y cuidado por la naturaleza- Sensibilización hacia el medio ambiente	Perea (2023); Kolb (1984); Williams-Siegfredsen (2017); Currículo Educación Inicial (2014)
Pedagógicos	- Aprendizaje significativo- Mayor motivación- Participación activa- Autonomía en el aprendizaje	Kolb (1984); Louv (2008); Medina & Domínguez (2020); Waite et al. (2022); Garrido-Pérez (2025)

En base a lo expuesto, queda claro que el aprendizaje vivencial y al aire libre genera un impacto integral en el desarrollo infantil, ya que promueve simultáneamente beneficios cognitivos, emocionales, sociales, motrices, ambientales y pedagógicos. Las investigaciones de Kolb (1984), Gill (2014), UNESCO (2023) y otros autores demuestran que la interacción directa con el entorno fortalece procesos cognitivos como la atención, el pensamiento crítico y la resolución de problemas, al mismo tiempo que favorece la autorregulación emocional y la autoestima, aspectos fundamentales para el bienestar infantil. Esto confirma que el entorno natural se convierte en un mediador pedagógico, capaz de estimular múltiples áreas del desarrollo en forma simultánea y más efectiva que los métodos tradicionales.

Además, refleja que el aprendizaje al aire libre fomenta habilidades sociales, motrices y ambientales que difícilmente se desarrollan con igual profundidad en entornos rígidos o exclusivamente estructurados. Las evidencias muestran mejoras en la empatía, el trabajo cooperativo, la coordinación física y el respeto por la naturaleza, lo que aporta a una formación integral y sostenible. Asimismo, los autores coinciden en que estas experiencias incrementan la motivación y autonomía de los niños, generando aprendizajes significativos y duraderos.

DISCUSIÓN

Como señala Pérez (2025), cuando se traslada el aprendizaje al entorno natural, se amplían las posibilidades de descubrimiento y se promueve un desarrollo más equilibrado, donde lo cognitivo, lo emocional y lo social se fortalecen de manera integrada, en cambio para Gill (2014) y Waite (2016) destacan cómo los espacios abiertos, verdes y no estructurados reducen los niveles de estrés en los niños y mejoran su capacidad de atención, aspectos esenciales para el aprendizaje significativo. A su vez, la UNESCO (2023) resalta que este tipo de experiencias favorecen la regulación emocional y fortalecen la autoestima, competencias fundamentales en los primeros años de vida.

En la actualidad, muchos espacios educativos continúan centrando sus actividades en ambientes cerrados y altamente estructurados, lo que puede limitar el desarrollo pleno de los niños. Frente a esto, las propuestas pedagógicas que se apoyan en experiencias directas al aire libre promueven aprendizajes más profundos, al despertar la curiosidad natural de los estudiantes y motivarlos a aprender a través de la acción (Louv, 2008). (Fjørtoft, 2004) señala que la participación en este tipo de entornos favorece notablemente el desarrollo de la motricidad, la creatividad y las habilidades sociales. De hecho, en países como Estados Unidos, se ha evidenciado que los niños que estudian en escuelas con aulas al aire libre o que aplican metodologías vivenciales basadas en la naturaleza muestran avances académicos relevantes, mayor capacidad de concentración y una mejor conexión entre lo aprendido y su aplicación práctica (Spanich Connecting Children With Nature, 2012).

El desarrollo cognitivo en la primera infancia es un proceso clave para la forma-

ción integral del niño, y por eso es tan importante que desde la educación inicial se propongan actividades que estimulen su pensamiento, lenguaje y motricidad. Como menciona Peñalosa (2023), esta etapa debe incluir experiencias que ayuden a los niños a desarrollar habilidades como la comprensión del tiempo, las relaciones espaciales y la capacidad para resolver problemas sencillos. Además, durante estos años, los niños comienzan a usar el lenguaje para expresar ideas, el juego simbólico para representar situaciones imaginarias y el dibujo como medio de comunicación, lo que demuestra que están dando pasos hacia un pensamiento más abstracto (Maestra Online, 2021). También empiezan a formar sus primeras memorias personales y a comprender que otras personas pueden pensar diferente, lo que mejora su capacidad para convivir con otros. Estos avances se logran con más facilidad cuando hay adultos o compañeros que los acompañan, guían y motivan, ya que el aprendizaje en esta etapa se fortalece a través de la interacción y el apoyo emocional. Por eso, el rol del docente y del entorno es fundamental para ayudar a los niños a construir conocimientos de forma significativa y segura.

Este enfoque promueve el desarrollo integral de los niños, abarcando aspectos cognitivos mediante la interacción con un ambiente menos estructurado y más estimulante que el aula tradicional (Pérez, 2025). Piaget considera que, durante la fase sensoriomotora inicial, los bebés y niños pequeños adquieren su saber a través de experiencias sensoriales y del manejo directo de objetos. En este periodo temprano, todo su contacto con el mundo se produce mediante reflejos innatos, percepciones, respuestas motoras básicas y es cuando experimentan un crecimiento y aprendizaje de manera intensa al explorar su entorno van descubriendo de forma constante nuevos mecanismos sobre cómo funciona la realidad que los rodea (Navarrete, et al., 2021).

Durante la primera infancia, uno de los avances más importantes es la adquisición del control emocional, que implica la capacidad de manejar impulsos y adaptar el comportamiento a las normas sociales, proceso que está estrechamente relacionado con la maduración cerebral, especialmente en áreas como la corteza prefrontal, responsable de la autorregulación (Thompson, 2011). En este sentido, el aprendizaje vivencial en entornos naturales ha demostrado tener un impacto positivo en el estado emocional de los niños, ya que favorece la reducción del estrés, mejora su estado de ánimo y fortalece una

relación emocional saludable con el entorno (Louv, 2005). Además, las experiencias sociales que se generan en contextos educativos, como el juego con otros niños, brindan oportunidades para aprender a gestionar emociones diversas como la frustración, la alegría o la tristeza. Estas interacciones son clave en el desarrollo de la inteligencia emocional, lo cual influye directamente en el bienestar infantil y en su futuro rendimiento académico (Denham, Bassett & Zinsser, 2012).

El aprendizaje tradicional se basa en una enseñanza centrada en el docente, donde los niños actúan como receptores pasivos del conocimiento, lo que limita su creatividad y participación activa (Galván y Siado, 2021). Este modelo utiliza métodos repetitivos y expositivos, poco adecuados para el desarrollo integral de los niños de 3 a 5 años, ya que restringe su capacidad de explorar y experimentar (Navarrete et al., 2021). En cambio, el aprendizaje vivencial propone un enfoque más activo y significativo, en el que los niños construyen el conocimiento a través de experiencias directas, juegos y el contacto con su entorno. El docente se convierte en un guía que estimula el pensamiento autónomo y la interacción emocional y social. Este enfoque, que surge como parte de un movimiento pedagógico reformista desde 1875, busca transformar la educación tradicional en una experiencia más integral y centrada en las necesidades reales del niño (Pozo Andrés, 2004).

Diversos estudios incluidos en la revisión indican que el aprendizaje vivencial en espacios naturales potencia el desarrollo cognitivo en niños de 3 a 5 años, especialmente en funciones como la atención, la memoria operativa y la capacidad de resolver problemas. (Pozo y Domínguez, 2025), el juego activo en entornos abiertos estimula procesos mentales superiores, ya que la interacción directa con el entorno favorece el pensamiento crítico, la creatividad y la comprensión del entorno físico y social. Además, estos autores destacan que los niños que participan en experiencias lúdicas al aire libre muestran un nivel más alto de concentración durante las actividades educativas, en comparación con aquellos que permanecen en espacios cerrados.

La literatura analizada señala que el juego libre en la naturaleza no solo mejora la autorregulación emocional, sino que también fortalece habilidades como la empatía, la autoestima y la capacidad de convivir armónicamente con los demás. (Creixell, 2015), los niños que interactúan cotidianamente con espacios naturales desarrollan una mayor seguridad emocional, logran expresar mejor sus sentimientos y mues-

tran más disposición a cooperar con sus compañeros. El estudio remarca que la experiencia sensorial, el contacto con elementos diversos del entorno y la libertad de movimiento contribuyen al bienestar emocional y a una actitud más positiva frente al aprendizaje.

A pesar de los beneficios documentados, los estudios revisados advierten sobre limitaciones estructurales que dificultan la aplicación del aprendizaje vivencial al aire libre en instituciones educativas. (Aivar, 2020) identifica como principales barreras la falta de formación docente en metodologías activas, la escasez de espacios naturales accesibles y la resistencia cultural a cambiar modelos tradicionales de enseñanza. No obstante, se concluye que cuando estas metodologías se integran adecuadamente, permiten una enseñanza más inclusiva y personalizada, favoreciendo no solo el aprendizaje académico, sino también la conciencia ambiental y la autonomía infantil.

CONCLUSIONES

El aprendizaje vivencial y al aire libre se revela como una estrategia educativa profundamente transformadora para la educación inicial. A través de esta revisión sistemática, se ha evidenciado que los entornos naturales no solo enriquecen el desarrollo cognitivo de los niños mejorando la atención, la memoria, el lenguaje y la capacidad de resolver problemas, sino que también fortalecen su mundo emocional, promoviendo la autorregulación, la autoestima, la empatía y una relación más armónica con sus pares y el entorno.

Durante la primera infancia, la interacción directa con la naturaleza despierta la curiosidad innata de los niños y les brinda oportunidades únicas para aprender con sentido, a través del juego, la exploración y la experiencia. Esta metodología favorece un desarrollo más integral, en el que lo cognitivo, lo emocional, lo motriz y lo social se entrelazan de forma natural y significativa.

Sin embargo, a pesar de los beneficios comprobados, la aplicación del aprendizaje vivencial en las instituciones educativas aún enfrenta desafíos importantes: limitaciones estructurales, falta de formación docente, escasos recursos y una cultura escolar que todavía privilegia el modelo tradicional. Frente a esta realidad, se hace urgente

replantear las prácticas pedagógicas y apostar por una educación más activa, inclusiva y conectada con la vida real.

En definitiva, educar al aire libre no es solo una alternativa metodológica, sino una invitación a construir una escuela más humana, que respete los ritmos y necesidades de la infancia, y que permita a cada niño y niña crecer, aprender y descubrir el mundo con todos sus sentidos.

REFERENCIAS

Aivar. (2016). Aprendizaje al aire libre en educación infantil. Proyecto de intervención educativa. <https://www.ugr.es/~patrimonioeducativo/ambitos/socializacion/Mar%C3%ADa%20Garc%C3%ADa%20Aivar%20TFG%20educacion%20naturaleza.pdf>

Bentsen, P., Mygind, E., & Randrup, T. B. (2022). *International Views on School-Based Outdoor Learning: Training, Barriers, and Cultural Resistance*. Springer.

Currículo Educación Inicial (2014). Ministerio de Educación.
https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2023/02/LINEA-MIENTOS-AMBIENTES-DE-APRENDIZAJE.pdf?utm_source=chatgpt.com

Creixell. (2014). La Educación infantil al aire libre, propuesta de intervención para segundo ciclo de infantil. Universidad Internacional de Loja. <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2506/creixell.cabeza.pdf>

Denham, S. A. (2006). Social-emotional competence as support for school readiness: What is it and how do we assess it? *Early Education and Development*, 17(1), 57–89. https://doi.org/10.1207/s15566935eed1701_4

Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2012). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, 40, 137–143. <https://doi.org/10.1007/s10643-012-0504-2>

Ernst, J., & Tornabene, L. (2012). Percepciones de los futuros educadores de la primera infancia sobre los entornos al aire libre como entornos de aprendizaje. *Environ.*
https://www.researchgate.net/publication/254250167_Preservice_early_childhood_educators%27_perceptions_of_outdoor_settings_as_learning_environments

Fjærtøft, I. (2004). El paisaje como espacio de juego: Los efectos de los entornos naturales en el juego y el desarrollo motor infantil. *Niños, jóvenes y entornos*, 14(2), 21–44.

https://www.researchgate.net/publication/349883723_Early_childhood_educator_perceptions_of_risky_play_in_an_outdoor_loose_parts_intervention

Galván, A., & Siado, E. (2021). Educación Tradicional: Un modelo de enseñanza centrado en el estudiante. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/352068137_Educacion_Tradicional_Un_modelo_de_ensenanza_centrado_en_el_estudiante

Garrido-Pérez, E. I. (2025). La educación al aire libre: eficaz, divertida y aconsejable. *Acción y Reflexión Educativa*, (50), 63-76.

https://revistas.up.ac.pa/index.php/accion_reflexion_educativa/article/download/6544/5064/10837

Kolb, D. A. (1984). *Teoría de los Estilos de Aprendizaje de Kolb*. Escuela de Profesores Del Perú.

Kopp, C. B. (1989). Regulation of distress and negative emotions: A developmental view. *Developmental Psychology*, 25(3), 343–354. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.25.3.343>

<https://epperu.org/teoria-de-los-estilos-de-aprendizaje-de-kolb/>

Louv, R. (2008). *El último niño en el bosque: Salvando a nuestros niños del trastorno por déficit de naturaleza*. Libros Algon-quin.

<https://www.environmentandsociety.org/mml/last-child-woods-saving-our-children-nature-deficit-disorder>

Maestra Online, 2023. Características del Desarrollo cognitivo. Desarrollo infantil. https://maestraonline.es/caracteristicas-del-desarrollo-cognitivo/?utm_source=chatgpt.com

Medina, R., & Domínguez, M. (2020). Aprendizaje vivencial y entornos naturales: estrategias para el desarrollo integral en la infancia. *Revista de Educación y Desarrollo*, 52(3), 45-58.

Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D.G., & The PRISMA Group. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS Med*, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>

Navarrete, R., Tamayo, A., Guzmán, M., & Pacheco, M. (2021). Piaget en la educación de la matemática en estudiantes educación básica superior. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v13n6/2218-3620-rus-13-06-598.pdf>

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

Peñaloza, A. (2023). *Desarrollo Cognitivo a través de la pedagogía constructivista de Piaget en niños de 3 a 4 años del CEI “Ciudad de Cuenca”*. PDF.

<https://repositorio.unae.edu.ec/server/api/core/bitstreams/665ac4f4-6004-4970-a3bb-0414e1b8bbad/content>

Perea, F. (2023). *Incidencia de la Teoría Ecológica de Bronfenbrenner en la Formación de Valores Ambientales*. Obtenido de <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/9100/13571>

Piaget, J. (1952). La construcción del conocimiento en la infancia.

<https://www.redalyc.org/pdf/4418/441846102003.pdf>

Pozo y Domínguez. (2025). Influencia del juego en el desarrollo cognitivo en niños de 3 a 5 años: Revisión Sistemática. file:///C:/Users/HP/Downloads/Influencia_del_juego_en_el_desarrollo_cognitivo_en.pdf

Spanish Connecting Children With Nature (2012). Beneficios de conectar a los niños con la naturaleza

<https://naturalearning.org/wp-content/uploads/2017/09/Spanish-Connecting-Children-with-Nature.pdf>

Thompson, R. A. (2011). Emotion and emotion regulation: Two sides of the developing coin. *Emotion Review*, 3(1), 53–61. <https://doi.org/10.1177/1754073910380969>

UNESCO (2023). La actividad al aire libre, un juego de niños.

<https://courier.unesco.org/es/articles/la-actividad-al-aire-libre-un-juego-de-ninos>

Williams-Siegfriedsen, J. (2017). Comprender el enfoque de la escuela forestal danesa: la educación de los primeros años en la práctica.

<https://www.routledge.com/Understanding-the-Danish-Forest-School-Approach-Early-Years-Education-in/Williams-Siegfriedsen/p/book/9781138688094>

Waite, S. (2017). *Children Learning Outside the Classroom: From Birth to Eleven*. Routledge.