



Viscarro, I.; Cañabate, D.; Güell, R.; Martínez, M.A.; Cachón, J. (2014). Psychomotor content and its contribution to the healthy habits formation in childhood. *Journal of Sport and Health Research*. 6(1):99-106.

**Original**

## ESTUDIO DE LOS CONTENIDOS PSICOMOTRICES Y SU CONTRIBUCIÓN A LA FORMACIÓN DE HÁBITOS SALUDALES EN LA INFANCIA

## PSYCHOMOTOR CONTENT AND ITS CONTRIBUTION TO THE HEALTHY HABITS FORMATION IN CHILDHOOD

Viscarro, I.<sup>1</sup>; Cañabate, D.<sup>2</sup>; Güell, R.<sup>2</sup>; Martínez, M.A.<sup>3</sup>; Cachón, J.<sup>4</sup>

*Universidad Rovira i Virgili<sup>1</sup>*

*Universidad de Girona<sup>2</sup>*

*INS Vidal i Barraquer y Universidad Rovira i Virgili<sup>3</sup>*

*Universidad de Jaén<sup>4</sup>*

---

Correspondence to: Dolors Cañabate  
First author: Isabel Viscarro  
Institution: Universitat de Girona  
Address: Plaça Sant Domènec. Girona  
Tel.972418335  
Email: [dolors.canyabate@udg.edu](mailto:dolors.canyabate@udg.edu)

---

*Edited by: D.A.A. Scientific Section  
Martos (Spain)*



Received: 17-4-2013  
Accepted: 17-7-2013

**RESUMEN**

La psicomotricidad constituye uno de los pilares fundamentales a la hora de hacer explícitas las consideraciones sobre la salud dentro del contexto educativo. Su práctica educativa, basada en el movimiento espontáneo de los niños y niñas de educación infantil, fomenta el desarrollo de las habilidades motrices básicas y la formación de hábitos saludables. En este estudio se identifican los contenidos psicomotores que los docentes de los centros escolares de Tarragona y Girona priorizan en sus programaciones. Asimismo se analiza la relación que guardan con la higiene, la salud y los hábitos posturales.

**Palabras clave:** Educación Infantil. Hábitos saludables. Psicomotricidad. Contenidos educativos. Actividad motriz espontánea

**ABSTRACT**

Psychomotricity is one of the basic stones at the time of making explicit health considerations within the educational context. Its educational practice, based on the spontaneous movement of children in early childhood education, encourages the development of basic motor skills and the formation of healthy lifestyle. In this study is identified the content that teachers psychomotor Tarragona and Girona prioritize in their programs. As well analyze how they relate with hygiene, health and postural habits.

**Keywords:** Childhood Education, Healthy Habits, Psychomotricity, Educational content, Spontaneous motor activity



## INTRODUCCIÓN

Este artículo gira alrededor de la potencialidad educativa de la psicomotricidad, un tipo de intervención basada en el movimiento espontáneo y dirigida a la globalidad de la persona que le permite conocerse a sí misma y al mundo que la rodea a través de su propia experiencia y que, en coherencia con los planteamientos curriculares, se sitúa como uno de los ejes fundamentales de la metodología de la etapa.

El currículo de la Educación Infantil (2009) define como finalidad de la etapa la contribución al desarrollo físico, afectivo, social y cognitivo de los niños, proporcionándoles un clima y un entorno de confianza donde se sientan acogidos y con perspectivas de aprendizaje. De esta manera sitúa a la etapa como aquella en que los niños tienen que desarrollar unas capacidades que les permitan desarrollarse y formar parte de la sociedad, contribuyendo a crear contextos y formas de vivir saludables.

La práctica educativa de la psicomotricidad, al permitir la actividad motriz espontánea, facilita la expresión de la globalidad de los niños así como la vivencia placentera del cuerpo y del movimiento Arnáiz, Rabadán y Vives (2001). Este entorno les ofrece la oportunidad de explorar sus propias posibilidades de acción: caminar, correr, saltar, balancear, girar, saltar, equilibrios y desequilibrios. Partiendo de lo que son capaces de hacer y de su nivel evolutivo más alto, se ponen a prueba en actividades variadas de equilibrio y de coordinación, tanto general como específica (Viscarro, 2000; Arnaiz, Rabadán, Vives, 2001; Franc, 2001; Mendiara, 2005; Sugrañes y Ángel, 2007; Bustos 2010). El docente, prepara el espacio, los materiales y las propuestas de juego con intencionalidad educativa, ofreciendo la seguridad necesaria para que los niños puedan actuar placenteramente, lo que les permite responsabilizarse de sus acciones. El educador, con su actitud de disponibilidad, no directividad y acogida, pone los límites que asegura y facilita el control progresivo del propio cuerpo, la formación de una autoimagen positiva y el desarrollo de la capacidad de autoestima y autonomía (Viscarro, Martínez, Cañabate, 2010). Interactuando de manera respetuosa y

aseguradora los educadores permiten que niños y niñas puedan actuar movidos por las metas que ellos mismos se proponen. Procediendo con autonomía en un ambiente seguro y estable son capaces de reconocer los retos que están a su alcance, pueden tener la sensación placentera de ser y reconocerse como actores. Partiendo de los movimientos más evolucionados de los que son capaces pueden adoptar posturas seguras que le permitan gestos delicados y movimientos armoniosos que realizan con soltura, fluidez, comodidad y eficacia. De esta manera, aprenden a afrontar nuevos retos respetando los propios límites lo que es una habilidad personal básica para conseguir el control y dirección de la propia vida, y desarrollar la capacidad de convivir con el entorno y de modificarlo.

La sesión de psicomotricidad se convierte así en un contexto educativo donde se fomenta el bienestar físico y psicológico de los escolares favoreciendo la formación de hábitos saludables (Jiménez, Martínez, Miró, y Sánchez, 2008). Allí, los niños y niñas ponen en práctica y se apropian de estrategias que les permiten conocer sus posibilidades y sus limitaciones, interiorizar normas básicas de higiene, salud y hábitos posturales, así como fomentar el interés por la vida activa, los hábitos sociales, el respeto a la convivencia, la ayuda a los otros, promocionando la autonomía personal y protegiendo la autoestima.

Todos estos aspectos son los ingredientes básicos para construir unos cimientos sólidos de una vida sana y plena (Bassedas, Huguet, Solé, 1996). La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1946) señala que *la salud es el estado de completo bienestar físico, mental y social*, definición que aporta un concepto integral de la salud que comprende las dimensiones física, fisiológica y social (Sánchez Bañuelos, 1996). Tal y como afirman Contreras y García López (2011:106), *los niños tienen una necesidad de movimiento inherente a su estadio de desarrollo ya que colabora a un crecimiento óptimo*.

La actividad física y deportiva es importante para el mantenimiento de la salud y la calidad de vida en la niñez, en la adolescencia y en la edad adulta. Diversos estudios realizados desde el ámbito de las ciencias de la salud muestran los beneficios físicos y biológicos,



psíquicos y sociales, además de terapéuticos que producen (Shephard, 1996; Jiménez y Montil, 2006; Contreras, 2006; Whitt-glover, Neill y Stettler, 2006); Rimmer, 2008; Zagalaz et al., 2009; Moscoso y Moyano, 2009; Van Roie, Delecluse, Opdenacker, De Bock, Kennis, y Boen, (2010).

Hecho este preámbulo, hemos de destacar que la psicomotricidad puede y debe constituir uno de los pilares fundamentales a la hora de hacer explícitas las consideraciones sobre la salud dentro del contexto educativo. Estamos hablando de una educación que debe ser continua, secuenciada y adaptada a los períodos sensibles de desarrollo motor del niño, la que requiere de un elemento de análisis transdisciplinar que permita elegir, secuenciar, desarrollar y evaluar estratégicamente cada uno de sus contenidos (Cañabate, Güell, Serdà, 2011).

## PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

Que la psicomotricidad llegue a ser una buena práctica educativa promotora de estilos de vida saludables es algo que, en sí mismo, no garantiza la existencia de un currículum sino que depende en gran medida de la actuación docente.

El trabajo que presentamos forma parte de un macroestudio que se ha realiza en distintas fases a lo largo de diferentes cursos académicos, cuyo objeto de estudio es analizar las respuestas relacionadas con el conocimiento y desarrollo de la psicomotricidad en los centros educativos de la provincia de Tarragona, con el propósito de conocer su situación en este ámbito. Para ampliar el contexto geográfico de la investigación se ha hecho extensiva a la demarcación de Girona obteniendo así una muestra de población más variada y representativa. Concretamente, se pretende mostrar el sentido que los docentes de los centros escolares de Tarragona y Girona atribuyen al currículum de educación infantil, e identificar los contenidos psicomotores que estos profesionales relacionan con la formación de hábitos saludables. Para ello nos planteamos el siguiente

## OBJETIVO

El objetivo general de este trabajo es:

*Identificar qué contenidos psicomotores seleccionan y priorizan los docentes en la programación de psicomotricidad de los centros estudiados y su relación con la higiene, la salud y los hábitos posturales*

## METODOLOGÍA

La metodológica adoptada para el estudio orientado al conocimiento de la práctica educativa, asimismo, se ha incorporado el método de la ciencia crítica, es decir, la investigación acción en la modalidad participativa (Ferrerres y González, 2006), implicando a un grupo de profesionales del ámbito de la práctica educativa para participar en la revisión de los resultados una vez hecho el análisis y la valoración de los mismos.

Como instrumento de recogida de datos se optó por el cuestionario. La elección de este instrumento metodológico nos permite obtener información tanto cualitativa como cuantitativa. Para el diseño del cuestionario, proceso complejo y delicado, se siguieron las orientaciones de Sierra Bravo (1994) Duverger (1996), Tejada (1997) y Bizquerra (2003). Una vez diseñado el cuestionario se procedió a su validación, realizada por un grupo piloto de profesionales del ámbito educativo y de especialistas en psicomotricidad.

Su contenido, constituido por 66 ítems, se estructuró en cuatro dimensiones: valoración de la psicomotricidad en el centro educativo, perfil de los profesionales que realizan la práctica psicomotriz, enfoque pedagógico de la psicomotricidad y posición de ésta en el currículum.

1. Análisis del centro educativo (12 ítems)
  - a. Identificación.
  - b. Valoración de la psicomotricidad.
2. Características de los profesionales encargados realizar la psicomotricidad en el centro (15 ítems).
  - a. Perfil del profesional.
  - b. Formación del profesional.
3. La tercera dimensión, referente a la intervención psicomotriz, la conforman 34 ítems que por su amplitud se han agrupado en 4 bloques en función de la temática.



- a. Aspectos organizativos.
- b. Aspectos metodológicos.
- c. Actividades, juegos y hábitos.
- d. Observación y evaluación.

4. Los 5 ítems de la cuarta dimensión se refieren al tratamiento de la psicomotricidad en el currículum de educación infantil

Los resultados que ahora presentamos son los referidos a uno de los Ítems de la cuarta dimensión, aquel en el que se les pide que enumeren, en función de la importancia que les conceden, cinco de *los contenidos psicomotores que los docentes consideran fundamentales en la programación de psicomotricidad*.

En este ítem de respuesta abierta se han establecido categorías por similitudes semánticas, a pesar de saber que "la categorización constituye un acto de simplificación, y simplificar significa arriesgarse [...]". Gore citado por Silveira (2002:19).

## MUESTRA

Durante el curso 2008-2009 se distribuyeron los cuestionarios de manera aleatoria al 50% de centros educativos de la provincia de Tarragona y el curso 2009-2010 se siguió el mismo procedimiento en la provincia de Girona. El total de cuestionarios recogidos fue de 235 (N=235), de los cuales, 127 corresponden a centros educativos de Tarragona y 108 de Girona, con representación de todas las comarcas de las dos demarcaciones

## ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Con la finalidad de conocer cuáles son los contenidos que los docentes consideran fundamentales en la programación de psicomotricidad, se les pedía que especificaran cinco, en orden de importancia para ellos. Para categorizar las respuestas (contenidos redactados por los encuestados) nos basamos en la propuesta realizada por Font (2000) y modificada posteriormente por Viscarro (2010) que agrupa los contenidos psicomotores en cinco grandes bloques:

1. El cuerpo y la propia identidad.
2. Las posibilidades del propio cuerpo. El

movimiento.

3. El juego. Comunicación y relación.
4. Estructuración perceptiva: los objetos, el espacio y el tiempo.
5. Representación.

Al tratarse de una pregunta cualitativa, los resultados obtenidos se han agrupado en categorías, con 1.060 respuestas de las 1.175 posibles en caso que todos los docentes hubieran redactado los cinco contenidos. A continuación se exponen las tablas (1-5) correspondientes a cada uno de los bloques de contenido. Los resultados presentados pertenecen al total de cada uno de los contenidos y no se muestra, para simplificar las tablas, el orden (de 1 a 5) en que han sido enunciados.

**Tabla 1. Contenidos más destacados del primer bloque en la programación de psicomotricidad**

<b>1. EL CUERPO Y LA PROPIA IDENTIDAD</b>	
Conocimiento del propio cuerpo, aceptación de sus posibilidades motrices y de sus límites	113
Conocimiento de algunas partes del cuerpo internas y externas	24
Conocimiento y aceptación de la propia identidad, sus posibilidades afectivas y de relación y progreso en la autonomía y la iniciativa personal	35
Conocimiento del eje corporal y de la dominancia lateral	1
Características físicas propias	3
Aceptación progresiva en la adopción de hábitos de salud y de higiene personal y de normas básicas de convivencia	38
Conocimiento, identificación y manifestación y control de las propias emociones	22
Conciencia y control respiratorio	10
Comprensión de los estados emocionales y capacidad de describir progresivamente las propias emociones y las de los demás mediante la palabra	3
<b>Total bloque</b>	<b>249</b>

**Tabla 2. Contenidos más destacados del segundo bloque**

<b>2. LAS POSIBILIDADES DEL PROPIO CUERPO. EL MOVIMIENTO</b>	
Control progresivo de los desplazamientos, giros y saltos	130
Control postural y del equilibrio estático y dinámico	112
Experimentación con placer de acciones y situaciones básicas	19
Adaptación progresiva del tono y de la postura a las acciones	21
Imitación de posturas de forma directa o diferida	13
Control progresivo de la coordinación ojo-mano y ojo-pie	27
Adquisición de confianza en los propios movimientos y constatación de las propias acciones	17
Definición de la dominancia lateral	18



Control progresivo de los movimientos segmentarios	6
Paso del movimiento al reposo. Vivencia de la inmovilidad	14
Conocimiento progresivo de sus límites	8
<b>Total bloque</b>	<b>385</b>

**Tabla 3. Contenidos más destacados del tercer bloque**

3. EL JUEGO. COMUNICACIÓN Y RELACIÓN	
Exploración de las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo: gesto, mirada, movimiento, postura	40
Gozar de sus acciones y conquistas y de las posibilidades del juego	27
Vivencia de compartir juegos y roles y de participar activamente	27
Vivencia de juegos del propio nivel madurativo y del placer sensoriomotor compartido	23
Interacción y comunicación con los otros niños y niñas y con el adulto mediante las propias capacidades expresivas: corporales, verbales, etc	17
Respecto hacia los demás compañeros	9
Representación de secuencias en el juego simbólico	14
Habilidad de colaborar para buscar estrategias y para organizar un espacio de juego	6
Mantenimiento de la atención sostenida en una tarea	6
Constatación de las normas para jugar a los juegos reglados	3
Manifestación de la imaginación y la creatividad	1
Capacidad de hacer servir materiales y darles significado	3
<b>Total bloque</b>	<b>176</b>

**Tabla 4. Contenidos más destacados del cuarto bloque**

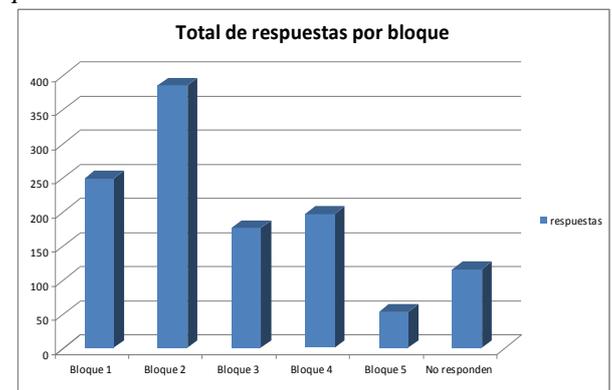
4. ESTRUCTURACIÓN PERCEPTIVA	
Reconocimiento de sensaciones y distinción de los sentidos que las captan	9
Aplicación de nociones espaciales básicas de orientación, a partir de los objetos y de las propias sensaciones	85
Reconocimiento de los objetos, sus características y cualidades perceptivas	20
Respecto a los materiales, la sala y el entorno	8
Integración progresiva de las nociones espacio-temporales	34
Percepción del tiempo con relación a las actividades cotidianas	20
El ritmo y las danzas	21
<b>Total bloque</b>	<b>197</b>

**Tabla 5. Contenidos más destacados del quinto bloque**

5. REPRESENTACIÓN	
Explicación de las experiencias vividas durante la actividad motriz y el juego	21

Representación de escenas, corporalmente	4
Memorización de hechos y situaciones	6
Uso del vocabulario propio de la sala: nombre de los materiales y acciones realizadas	5
Representarse mediante la palabra, el trazo el dibujo, el modelado.	10
Escuchar atentamente las explicaciones de los demás	6
<b>Total bloque</b>	<b>53</b>

**Gráfico 1. Comparativo de los bloques de contenido más destacados en la programación de psicomotricidad**



Como se observa en el gráfico 1, los contenidos más destacados por los docentes son los que corresponden a los dos primeros bloques. En primer lugar, el bloque 2: *Las posibilidades del propio cuerpo. El movimiento*, es el que priorizan, seguido a distancia del bloque 1: *El cuerpo y la propia identidad*.

Los bloques referidos a *Estructuración perceptiva* (bloque 4) y el relacionado con *El juego. Comunicación y relación* son los que siguen en orden decreciente atendiendo los valores absolutos. En quinta posición y a mucha distancia de los anteriores, se encuentran los contenidos atribuidos al bloque 5: *La representación*.

Si se analizan cada uno de los bloques de contenidos especificados, aquellos que son más significativos para los docentes son los que atienden a criterios de control motor y de conocimiento del cuerpo y la propia identidad. Los contenidos relacionados con los estados emocionales, hábitos y normas de convivencia, así como la experimentación con placer en las acciones y situaciones básicas se tienen poco en cuenta.



En el tercer bloque *El juego, comunicación y relación*, y el cuarto *Estructuración perceptiva*, se observa que los contenidos más destacados son los que hacen referencia a las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo, el juego y sus diversas posibilidades de participar activamente.

Los contenidos vinculados al quinto bloque *La representación*, los docentes los han considerado poco.

Teniendo en cuenta la definición de Salud y su relación con los contenidos tratados para su desarrollo y bienestar, podemos observar que los docentes hacen una mención destacada al bloque 1, que trata el conocimiento del propio cuerpo como base fundamental para desarrollar una dimensión de la salud integral: física, mental y social. Asimismo debemos tener en cuenta que algunos contenidos de los otros bloques también contribuyen a la construcción de unos cimientos sólidos para una vida sana

## CONCLUSIONES

En este artículo hemos dado a conocer los contenidos psicomotores que los docentes seleccionan y priorizan en la programación de psicomotricidad en los centros estudiados y su relación en aquellos que inciden en el desarrollo de una vida sana.

Los contenidos que los docentes consideran imprescindibles en la programación de la psicomotricidad son los que conforman el bloque 2: **Las posibilidades del propio cuerpo. El movimiento**; y el bloque 1: **El cuerpo y la propia identidad**. Los resultados de la investigación indican que ambos bloques, tal como queda patente en la concreción de dichos contenidos, son fundamentales en la práctica psicomotora.

Los resultados evidencian también una contradicción entre los planteamientos teóricos y la práctica de la psicomotricidad. La visión globalizadora de la psicomotricidad compartida por el ámbito de la salud no queda reflejada en las intenciones educativas expresadas por los profesionales. Se centran principalmente en los aspectos relacionados con el movimiento y el

conocimiento del cuerpo desatendiendo los contenidos relacionales y representativos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Arnaiz, P., Rabadàn, M. y Vives, I. (2001). *La psicomotricidad en la escuela: una práctica educativa y preventiva*. Málaga: Aljibe.
2. Basedas, E. , Huguet, T. y Solé, I. (1996). *Aprender i ensenyar a l'Educació Infantil*. Barcelona: Graó.
3. Bizquerra, R. (2003) *Metodología de la investigación educativa*. La Muralla
4. Bustos,E:R (2010) *Las practicas psicomotrices em la escuela. Innovación y experièncias educativas*. Nº 26 Enero 2010
5. Cañabate, D. , Güell, R. y Serdà, B.C. (2011). *Un programa de ejercicio físico y salud dentro del grado de maestro/a de primaria: Mención de educación física. Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 36, 94ss.
6. Contreras Jordán, O.R. (2006). *La actividad física como respuesta a los trastornos de la salud. Actas del IV Congreso Nacional de Deporte en Edad Escolar*. Dos Hermanas (Sevilla).
7. Contreras Jordan, O.R Y Garcia López, L.M (2011) *Didáctica de la Educación Física*. Madrid. Síntesis, S.A
8. Duverger, M. (1996). *Métodos de las ciencias sociales*. Barcelona: Ariel Sociológica.
9. Ferreres, V. y González Soto, A.P. [ed.] (2006): *Evaluación para la mejora de los centros docentes*. Madrid: Praxis.
10. Font, C. (2000). *El trabajo corporal en el ciclo de 3 a 6 ños*. En Antón, M. y Moll, B. (coor). *Educación infantil. Orientaciones y recursos (0-6 años)*. Barcelona: Ciss Praxis.
11. Franc, N. (2001) *La intervención psicomotriz en educación*. En *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas corporales*, 1, 5-17.



12. Generalitat de Catalunya (1992). *Currículum de l'Educació Infantil*. Barcelona: Departament d'Ensenyament de la Generalitat.
13. Generalitat de Catalunya (2009). *El desplegament del Currículum i la Programació al segon cicle de l'Educació Infantil*. Barcelona: Departament d'Ensenyament.
14. Jiménez, A. y Montil, M. (2006). *Determinantes de la práctica de actividad física. Bases, fundamentos y aplicaciones*. Madrid: Dykinson.
15. Jiménez, M.G., Martínez, P., Miró, E. y Sánchez, A.I. (2008). Bienestar psicológico y hábitos saludables: ¿están asociados a la práctica de ejercicio físico?. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8, 1, 185-202.
16. Mendiara, J. (2005). El gozo de hacer psicomotricidad. Conferencia inaugural en el Postgrado "Especialista Universitari en Educació psicomotriu" 3ª ed. Universitat Rovira i Virgili Tarragona [documento no publicado].
17. Moscoso, D. y Moyano, E. (Coord) (2009). *Esport, salut i qualitat de vida*. Colecció Estudis Socials. Fundació "La caixa".
18. OMS (1946). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. Ginebra: OMS.
19. Rimmer, J.(2008). Health promotion for people with disabilities: Implications for empowering the person and promoting disability-friendly environments. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 2 (5), 409-420.
20. Shephard, N. (1996). Statistical aspects of Arch and stochastic volatility. In D.R. Cox, D.V. Hinkley and O.E. Barndorff-Nielsen (Eds), *Times series Models in Econometrics Finance and Other Fields*, 1-67. London: Chapman and Hall.
21. Sierra Bravo, R. (1984). *Técnicas de investigación social*. Madrid: Paraninfo.
22. Silveira, M.C. (2002). Rutines, actividad a l'escola. *Infancia*, 43, 19-26.
23. Sánchez Bañuelos, F. (1998). El concepto de salud, su relación con la actividad física y la educación física orientada a la salud. En *Nuevos Horizontes en la Educación Física y el deporte escolar*. I.A.D. Málaga
24. Surañes, E. y Ángel, M.A. (2007). *La educación psicomotriz (3-8 años)*. Barcelona: Graò.
25. Tejada, J. (1997). *El proceso de investigación científica*. Barcelona: Fundación "La Caixa".
26. Van Roie, E., Delecluse, C., Opdenacker, J., De Bock, K., Kennis, E., & Boen, F. (2010). Effectiveness of a lifestyle physical activity versus a structured exercise intervention in older adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, 18 (3), 335-352.
27. Viscarro, I. (2000): La psicomotricitat en el marc de l'educació infantil. *Comunicació Educativa*, 13, 27-30.
28. Viscarro, I. (2010) Evolució de la psicomotricitat als centres d'Educació Infantil: El cas de les comarques de Tarragona. Tesi doctoral. URV. <http://hdl.handle.net/10803/8950>.
29. Viscarro, I., Martínez, M.A. y Cañabate, D. (2010). Contribució de la psicomotricitat al desenvolupament de les capacitats i a l'adquisició de competències en l'educació infantil. En *Revista Comunicació Educativa*, 23, 34-38.
30. Whitt-Glover, M.C., O'neill, K.L. y Stettler, N. (2006). Physical activity patterns in children with and physical education and school chievement. *Journal of curriculum Studis*, 35 (6), 721-734.
31. Zagalaz, M.L., Lara, A.J., Torres, G. y Cachón, J (2009). Reflexiones sobre la salud y calidad de vida del profesorado. *Arte y movimiento*, 1, 5-17.