



Universitat de Lleida

DEGREE CURRICULUM  
**TEACHING AND LEARNING  
PHYSICAL EDUCATION**

Coordination: HERNANDEZ GONZALEZ, VICENÇ JOSEP

Academic year 2023-24

Subject's general information

<b>Subject name</b>	TEACHING AND LEARNING PHYSICAL EDUCATION			
<b>Code</b>	100887			
<b>Semester</b>	2nd Q(SEMESTER) CONTINUED EVALUATION			
<b>Typology</b>	<b>Degree</b>	<b>Course</b>	<b>Character</b>	<b>Modality</b>
	Bachelor's Degree in Primary Training	3	COMPULSORY	Attendance-based
	Double bachelor's degree: Degree in Pre-school Education and Degree in Primary Training	4	COMPULSORY	Attendance-based
<b>Course number of credits (ECTS)</b>	6			
<b>Type of activity, credits, and groups</b>	<b>Activity type</b>	PRAULA		TEORIA
	<b>Number of credits</b>	1.8		4.2
	<b>Number of groups</b>	5		4
<b>Coordination</b>	HERNANDEZ GONZALEZ, VICENÇ JOSEP			
<b>Department</b>	EDUCATION SCIENCES			
<b>Teaching load distribution between lectures and independent student work</b>	25h (6 ECTS). 150 hours of work for the student.			
	90 hours non-contact (60%) 60h face-to-face / virtual (40%)			
<b>Important information on data processing</b>	Consult <a href="#">this link</a> for more information.			
<b>Language</b>	Catalan Spanish English			

Teaching staff	E-mail addresses	Credits taught by teacher	Office and hour of attention
DE PANO RODRIGUEZ, ALVARO	alvaro.depano@udl.cat	13,8	
HERNANDEZ GONZALEZ, VICENÇ JOSEP	vicenc.hernandez@udl.cat	6	
RIBERA NEBOT, DAVID	david.riberanebot@udl.cat	6	

## Learning objectives

- Identify the basics of physical education and its teaching.
- Be aware of the educational cohesion that is established in physical education through its didactics.
- Acquire resources to encourage lifelong participation in sports activities inside and outside the school.
- Develop and evaluate curriculum contents through appropriate teaching resources and promote the corresponding competencies in students.
- Understand the principles that contribute to cultural, personal and social training from physical education.
- Analyze the factors involved in the teaching of physical education, from formal and non-formal curricular approaches formalities for the primary stage.

## Competences

### 1. Basic skills

CB1. Possess and understand knowledge in an area of study -Education- that starts from the base of general secondary education, and is at a level that, although it is based on advanced textbooks, also includes some aspects that they involve knowledge from the forefront of their field of study.

CB2. Apply their knowledge to their job or vocation in a professional way and possess the skills that are usually demonstrated through the elaboration and defense of arguments and problem solving within their area of study.

### 2. General competencies

CG1. To promote democratic values, with special emphasis on those of tolerance, solidarity, justice and non-violence, and to know and value human rights.

CG2. To know the intercultural reality and to develop attitudes of respect, tolerance and solidarity towards the different social and cultural groups.

CG3. Know the right to equal treatment and opportunities between women and men, in particular by eliminating discrimination against women, whatever their circumstances or conditions, in any area of life.

CG4. Know the measures that guarantee and make effective the right to equal opportunities for people with disabilities.

CG5. Develop the ability to critically analyze and reflect on the need to eliminate all forms of discrimination, direct or indirect, in particular racial discrimination, discrimination against women, sexual orientation or disability.

CG6. Assume the commitment of personal and professional development with oneself and the community. Adapt learning proposals to the most significant cultural developments.

### 3. Specific skills

CE2. Design, plan and evaluate teaching and learning processes, both individually and in collaboration with other teachers and professionals at the center.

CE4. Encourage the reading and critical commentary of texts from the various scientific and cultural domains contained in the school curriculum.

CE8. Know the organization of primary schools and the diversity of actions that include their operation.

CE10. Collaborate with the different sectors of the educational community and the social environment.

### 4. Transversal competences of the UdL

CT3. Implement new technologies and information and communication technologies. CT5. Apply essential notions of scientific thinking.

## Subject contents

### Subject 1. Introduction

1. Physical Education, social evolution and new expectations.
2. Conceptual considerations
3. Elements and contents of the EF curriculum and the need for programming

### Subject 2. Physical activity and basic physical education

1. Perceptual-motor skills
2. Basic motor skills

### Subject 3. The basic physical capacities and the sensitive phases.

- 3.1. Introduction
- 3.2. Endurance
- 3.3. Strength
- 3.4. Speed
- 3.5. Flexibility

### Subject 4. Motor play and leisure time in physical education.

- 4.1. Motor play and its relationship to physical education.
- 4.2. Learning through and through play.
- 4.3. Sports initiation through play.

### Subject 5. Physical activity and health.

- 5.1. Healthy habits and determinants of health.
- 5.2. Physical activity and healthy habits. Practices for the development of healthy schools.

## Methodology

	virtual	Individual	Group
<b>Master class</b>	5%	10%	
<b>Sessions / task design</b>	10%		15%
<b>Trabajo en grupo</b>	10%		15%
Case resolution	10%	10%	10%
<b>Tutorials</b>	5%		

## Development plan

TRAINING ACTIVITY	HOURS FOR TRAINING ACTIVITY	ATTENDANCE PERCENTAGE
Master classes with active and participatory methodologies -20%	30	50%
Session / task design - 25%	37,5	50%
Group work -25%	37,5	25%
Case Resolution - 25%	40	27%
Tutorials - 5%	5	100%

## Evaluation

30% Learning Folder (If the learning portfolio is suspended, the student will be entitled to retrieval with new evidence, some practices may be mandatory to pass the subject)

25% Resolution of a case study (assessment of the ability to analyze and resolve a real or fictitious problematic situation)

45% Exam

Alternative evaluation:

- Those students who, justifying the reasons for requesting the alternative assessment, want to be accepted with this modality must present and pass the same evidence but individually.

Students repeating a subject:

- It is not possible to keep evidences passed from one year to another.
- The maximum grade for the recovery test will be 5.0.
- Only students who have already taken the regular exam can take the make-up test.

Plagiarism situation:

- When a situation of plagiarism is identified. The student will fail the subject.

## Bibliography

- Águila, C., i Casimiro, A. (2001). Tratamiento metodológico de la iniciación a los deportes colectivos en edad escolar. EN F. Ruiz, A. García y A. J. Casimiro, *La iniciación deportiva basada en los deportes colectivos* (pp. 31-56). Madrid: Gymnos.
- Aguilera-Ruiz, C.; Manzano-León, A., Martínez-Moreno, I., Lozano-Segura, M.C. i Casiano Yanicelli, C. (2017). El Modelo Flipped Classroom. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 4(1); 261-266.
- Álvarez del Villar, C. (1987): *La preparación física del fútbol basada en el atletismo*. Ed. Gymnos. Madrid.
- Baena, A.; Granero, A. i Ruiz, P.J. (2010). Procedures and instruments for the measurement and evaluation of motor development in the educations system. *Journal of Sport and Health Research*. 2(2):63-18.
- Barrow, H. M., i Brown, J. P. (1992): *Hombre y Movimiento*, Doyma, Barcelona.
- Blanco i Felip, P. (2007). Un marc vivencial per al desenvolupament integral de les competències.

- Desplegament curricular. Departament de Didàctiques Específiques. Edicions de la Universitat de Lleida.
- Blanco, P.; Jové, M. C.; Villagra, A. (2005). Una estrategia cooperativa para nuevas competencias de formación dins Educación Física y Deporte Escolar. Actas del VI Congreso Internacional Gymnos. Córdoba.
  - Blanco, P.: (1994-a) Projecte curricular de l'Àrea d'Educació Física. Material per al professorat. Barcelona: Servei de Difusió i Edicions de la Generalitat de Catalunya.
  - Blanco, P.: (1994-b) Projecte curricular de l'Àrea d'Educació Física. Material per a l'alumne. Barcelona: Servei de Difusió i Edicions de la Generalitat de Catalunya.
  - Blanco, P. I SUAU, J.: (1999) Propòsits d'evolució. Una estratègia en el camp de l'educació física. Barcelona: La Galera S.A.
  - Blanco, P. et al.: (2005) Acció estratègica per aconseguir competències. Barcelona: Barcanova.
  - Blanco, P.: (2007) la formación permanente una competencia práctica de futuro . Revista Investigación en la Escuela. 62/2007, pp87-97.
  - Blanco, P. (2009): Adquirir competencias desde las habilidades competenciales. Revista Aula de Encuentro, 12/2009, pp155-174.
  - Blanco, P. I Franquet, B.: (2010): La mediación del caballo y su relación con la adquisición de competencias. Revista Apuntes. Revista de Educación Física y Deportes, 101, pp5-14.
  - Blanco, P. et al.: (2011): La competición deportiva como estrategia metodológica en edad escolar. El caso de Aragón. Revista Española de Educación Física y Deportes, 393, pp12-26.
  - Blanco, P. et al.: (2011): Conductas de salud en escolares de la provincia de Alicante. Revista Nutrición Hospitalaria, 26.1, pp71-72.
  - Blanco, P. (2011): Paradigma Pedagógico Ignaciano e Investigación- Acción. Una propuesta ecléctica para el desarrollo de habilidades competenciales. Revista Aula de Encuentro, 14/201.
  - Blázquez, D.; Batalla, A. (coord.) (1995). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: Inde.
  - Blázquez, D. (1982): *Elección de un método en educación física: las situaciones-problema*, Apuntes d'educació física i medicina esportiva.
  - Blázquez, D. (1990). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona: Inde.
  - Blázquez, D. (1995) *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Inde. Barcelona.
  - Blázquez, D. (2001): *La educación física*, Inde, Barcelona.
  - Blázquez, D. (2009)). *La gestión de la Clase de E.F. Microcursos*. INDE Barcelona.
  - Bruner, J.S. (1961). The Act of Discovery, Harvard Educational Review, 31, 21-32.
  - Carta Europea del Deporte (1992). Declaración política sobre la nueva carta europea del deporte.<https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/fuentes1.asp?sec=34&subs=439&cod=3118&page=>
  - Castañer, M. i Camerino, O. (1991). La educación física en la enseñanza primaria. Ed. Inde. Barcelona
  - Cenizo Benjumea, J.M.; Ravelo Afonso, J.; Morilla Pineda, S.; Ramírez Hurtado, J.M. y Fernández-Truan, J.C. (2016) Diseño y validación de instrumento para evaluar coordinación motriz en primaria / Design and Validation of a Tool to Assess Motor Coordination in Primary. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 16 (62) pp.203-219  
[Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista62/artdiseno698.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista62/artdiseno698.htm)
  - Cervello, E. (2002), La motivación deportiva. II Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte. Madrid.
  - Contreras, O. (1998). Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Ed. Inde. Barcelona.
  - Costes, A. (1993): «La clase de educación física». En vv. aa.: *Fundamentos de Educación Física para Primaria*, vol. ii, cap. xxxii, Inde, Barcelona.
  - Cratty, B. (1982). *Desarrollo perceptivo y motor de los niños*. Paidós. Barcelona.
  - Decret 119/2015, de 23 de juny, d'ordenació dels ensenyaments d'educació Primària. Diari Oficial de Catalunya.
  - Delgado N. (1991): "Los estilos de enseñanza en Educación Física". Universidad de Granada.
  - Delgado, M. A. (1993): «Las tareas en educación física para enseñanza primaria», en vv. aa.: *Fundamentos de Educación Física para enseñanza primaria*, vol. i, cap. ii, Inde, Barcelona.
  - Díaz, P. (2005): "Condiciones de trabajo y tareas docentes en Educación Secundaria. Satisfacción del profesorado de Educación Física.". Sevilla. Ed. Wanceulen.
  - Díaz Lucea, J. (1999) *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Inde. Barcelona.
  - Famose, J.P. (1992). *Aprendizaje motor y dificultad de la tarea*. Paidotribo. Barcelona.
  - Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) (2003). Las tareas motrices en la enseñanza de los elementos técnico-tácticos de los deportes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. 5; p. 5-10.

- Fistinguer, L. (1957). *The Theory of Cognitive Dissonance*. Evanston, Ill: Row, Petterson.
- Fraile, A. (1997). Reflexiones sobre la presencia del deporte en la escuela. *Revista de Educación Física*, nº 64, pp. 5-10, La Coruña.
- Galera, A. D. (2001): *Manual de Didáctica de la Educación Física I. Una perspectiva constructivista moderada. Funciones de impartición*, Paidós, Barcelona.
- Garcia-Manso, J.M., Ruiz Caballero, J.A. i Navarro, M. (1996). Bases teóricas del entrenamiento deportivo (Principios y aplicaciones). Ed. Gymnos.
- Gisbert, D. D., & Gelabert, S. B. (2008). *L'aprenentatge cooperatiu com a estratègia instructiva per a la inclusió*. Suports: *Revista Catalana d'educació Especial i Atenció a La Diversitat*, 12(1), 4–12.
- Gutiérrez Cardeñosa, S. (1998). El deporte como medio educativo. En *Actas del XVI Congreso Nacional de Educación Física. Facultades de Educación y Escuelas de Magisterio* (pp. 211-215). Badajoz: Universidad de Extremadura.
- Han, J.C., Lawlor, D.A. i Kimm, S.Y.S. (2010). Childhood obesity – 2010: Progress and challenges. *Lancet*, 15; 375: 1737-1748.
- Hernández-González, V., Arnau-Salvador, R., Jové-Deltell, C., Mayolas-Pi, M.C., Reverter-Masia, J. (2018). Physical activity, eating habits and tobacco and alcohol use in students of a Catalan university. *Revista de la Facultad de Medicina*, 66 (4). <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v66n4.61896>
- Isla Alcoser, S. D. (2006). La evaluación de los aprendizajes en Educación Física. "La tercera arista del triángulo educativo". *EFDeportes.com, Revista digital*. Buenos Aires, nº 102. <http://www.efdeportes.com/efd102/eval.htm>
- Johnson, Rogert T. Johnson, D. W. (1997). *Una visió global de l'aprenentatge cooperatiu*. Suports, 1, 54–64.
- Knapp, B. (1963). *La habilidad del deporte*. Miñón. Valladolid.
- Le Bouch, J. (1997): *La Educación Psicomotriz en la Escuela Primaria*. Ed. Paidós. Barcelona.
- Le Boulch, J. (1976). "El 'esquema corporal' y su génesis. Fundamentos teóricos", en *La educación por el movimiento*, Buenos Aires, Paidós, pp. 87-92.
- Litwin, J. i Fernández, G. (1982). *Evaluación y estadística aplicada a la Educación Física y el deporte*. Buenos Aires: Stadium.
- Llei d'Educació de Catalunya 12/2009, del 10 de juliol, d'educació. Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya, 16 de juliol de 2009, núm. 5422.
- Ley Orgánica 14/1970, de 4 de agosto, General de Educación y Financiamiento de la Reforma Educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 6 de agosto de 1970, núm. 187, pp. 12525-12546.
- Ley Orgánica 5/1980, de 19 de junio, por la que se regula el Estatuto de Centros Escolares. *Boletín oficial del Estado*, 27 de junio de 1980, núm. 154, pp. 14633-14636.
- Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, reguladora del Derecho a la Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 4 de julio de 1985, núm. 159.
- Ley Orgánica 1/1990, de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo. *Boletín Oficial del Estado*, 4 de octubre de 1990, núm. 238, pp. 28927-28942.
- Ley Orgánica 9/1995, de 20 de noviembre, de la participación, la evaluación y el gobierno de los centros escolares. *Boletín Oficial del Estado*, 21 de noviembre de 1995, núm. 278, pp. 33651-33665.
- Ley Orgánica 10/2002. De 23 de diciembre, de Calidad de la Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 24 de diciembre de 2002, núm. 307, pp. 45188-45220.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (loe). *Boletín Oficial del Estado*, 4 de mayo de 2006, núm. 106, pp. 17158-17207.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (lomce). *Boletín Oficial del Estado*, 10 de diciembre de 2013, núm. 295, pp. 97858-97921.
- Macazaga, A. (1989). *Habilidad, destreza y habilidad motriz. Clasificaciones generales, análisis de las tareas motrices*. En VV.AA. (Eds.). *Bases para una nueva educación física*. CEPID. Zaragoza.
- Maset, P. P. (2008). *Cooperar per aprendre i aprendre a cooperar: el treball en equips cooperatius com a recurs i com a contingut*. Suports: *Revista Catalana d'educació Especial i Atenció a La Diversitat*, 12(1), 21–37.
- Matveev, L. (1992): *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Ed. Ráduga. Moscú.
- Moliner-Urdiales, D. i Hernando-Domingo, C. (2015). *Didáctica de l'Educació Física*, Universitat Jaume I.
- Moral, S. (2010): *Didáctica. Teoría y práctica de la enseñanza*, Ediciones Pirámide, Madrid.
- Muska Mosston i Sarah Ashworth (1980). *Teaching Behavior: Change with Dignity*.
- Mosston, M. (1982): *La enseñanza de la Educación Física*, Paidós, Barcelona.
- Mosston, M., Asworth, S. (1993): *La enseñanza de la Educación Física*, Hispano Europea, Barcelona.

- Muñoz Rivera, D. (2009). La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo. Revista digital Edeportes, n.130.
- Navarro, F. (1998): *La resistencia*. Madrid, Ed. Gymnos.
- Ortega, E., i Blázquez, D. (1997). La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años. Ed. Cindel. Argentina.
- Ortega, E. i Blázquez, D. (1997): *La Actividad Motriz, en el niño de 6 a 8 años*. Ed. Cindel. Argentina.
- Padiá, P. (2001): *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. INEF. Granada.
- Peguera Carré, M.C., Curto Reverte, C., Coiduras Rodríguez, J.LI., Aguilar Camaño, D., Hernández González, V., Sansó, C., Arbós Gabarró, L., Cornadó i Teixidó, M.P., Miró Miró, A. (2019). Amistad crítica para el desarrollo de la docencia universitaria: colaboración de la tríada en el Grado de Educación Primaria dual (RES0044). XV Symposium Internacional sobre el Prácticum y las Prácticas Externas: "Presente y retos de futuro": actas, Poio (Pontevedra), 10, 11 y 12 de julio de 2019.
- Pérez Báez, J. J. (2010). Los criterios de calificación en el área de Educación Física. *EFDeportes.com, Revista digital*. Buenos Aires, nº 150. <http://www.efdeportes.com/efd150/los-criterios-de-calificacion-en-educacion-fisica.htm>
- Pérez-Rodrigo, C., Gianzo-Citores, M., Gil, A., Gonzalez-Gross, M., Ortega, R. M., Serra-Majem, L., Varela-Moreiras, G. i Aranceta-Bartrina, J. (2017). Lifestyle Patterns and Weight Status in Spanish adults: The ANIBES Study. *Nutrients*, 14(9); 606.
- Picq, L. i Vayer, P. (1977): *Educación Psicomotriz*. Ed. Científico Médica. Barcelona.
- Piaget, J. (1975). *El mecanismo del desarrollo mental*. Editorial Nacional. Madrid.
- Platonov, V. N. (1995): *El entrenamiento deportivo. Teoría y Metodología*. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Plaza-Montero, D., Jové-Deltell, M.C., Hernández-González, V., Reverter-Masia, J. (2013). Valoración de los docentes de educación física de las actividades deportivas extraescolares. *EmásF. Revista Digital de Educación Física*, 4(21); 69-78.
- Pozo Rosado, P. (2010). Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices en la Educación Física escolar. *Revista digital efdeportes*. n.143.
- Prieto Bascón, M.A. (2010). Habilidades Motrices Básicas. *Revista Digital de Innovación y experiencias educativas*. 37.
- Prieto, A. (2017). *Flipped learning. Aplicar el modelo de aprendizaje inverso*. Madrid: Narcea.
- Reverter-Masia, J., Arnau-Salvador, R., Hernández-González, V. (2019). Repercusión de la actividad física en bicicleta sobre algunos hábitos de estilos de vida saludables: Proyecto Cátedra ASISA. *Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 30; 204-206.
- Reverter-Masia, J., Hernández-González, V., (2017). Actividad Física en adolescentes. ¿Existe evidencia científica de cómo afecta el ejercicio físico al sueño en la población adolescente?. *Journal of Negative and No Positive Results*, 2(7);298-303
- Reverter-Masia, J., Plaza-Montero, D., Hernández-González, V., Jové-Deltell, M.C., Coiduras-Rodríguez, J. (2013). Parental attitudes towards extracurricular physical and sports activity in school-age children. *Journal of human Sport and Exercise*, 8(3); 861-876.
- Reverter-Masia, J., Plaza-Montero, D., Hernández-González, V., Jové-Deltell, M.C., Mayolas-PI, M.C. (2013). Valoración de los usuarios directos e indirectos de los servicios deportivos extraescolares : a propósito de un caso. *Aloma: revista de psicología, ciencias de l'educació i de l'esport Blanquerna*, 31(2); 99-107, <https://www.raco.cat/index.php/Aloma/article/view/271112>
- Reverter-Masia, J., Plaza-Montero, D., Jové-Deltell, M.C., Hernández-González, V., (2014). Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria: el caso de Torre Vieja (Alicante). *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 25; 48-52.
- Reverter-Masia, J., Hernández-González, V. (2011). Uso de las revistas científicas en los profesionales de la Educación Física. <http://hdl.handle.net/10459.1/44638>.
- Saénz-López, P. (1997): *Educación Física y su didáctica. Manual para el profesor*. Sevilla, Wanceulen.
- Sáez Pastor, F. i Gutiérrez Sánchez, A. (2007). Los contenidos de las capacidades condicionales en la educación física. *Revista de Investigación en Educación*, n.4: 36-60.
- Sánchez Bañuelos, F. (1984): *Didáctica de la educación física y el deporte*, Gymnos, Madrid.
- Sánchez Bañuelos, F. (1989). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
- Sein-Echaluce, M., Fidalgo-Blanco, A., García-Peñalvo, F.J. (2017). Teamwork and Flip teaching to improve students' active learning. IV Congreso Internacional sobre Aprendizaje, Innovación y Competitividad (CINAIC 2017).
- Seirulo, F. (1986). *Apuntes de Educación Física de base*. Barcelona. INEFC.
- Singer, R. (1986). *El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte*. Hispano Europea. Barcelona.



- Trujillo Navas, F. (2010). La organización del grupo-clase y de las tareas en la clase de educación física. *Revista Digital de Educación Física*, n.2. ISSN: 1989-8304.
- Vázquez, B. (1989): *La Educación Física en la Educación Básica*, Gymnos, Madrid.
- Vicente, M. (1988): *Teoría pedagógica de la actividad física*, Bases Epistemológicas Gymnos, Madrid.
- Villada, P. i Vizuetete, M. (2002). Los fundamentos teóricos-didácticos de la educación física. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Madrid.
- Viciano, J. i altres (eds.) (2006): *La planificación de la sesión de educación física: tipos de sesiones y ejemplos*, [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com).
- Zagalaz, M. L. (1998): *La Educación Física Femenina en España*, Universidad de Jaén, Jaén. — (2001): *Bases teóricas de la educación física y el deporte*, Universidad de Jaén, Jaén.