

Recibido: 15/3/17 Aceptado: 31/3/17

LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO PROMOTORA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN DOCENTES. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

PHISICAL ACTIVITY AS A PROMOTER OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN TEACHERS. BIBLIOGRAPHICAL REVIEW.

Autor:

Moreno-Arrebola, R. ⁽¹⁾; Martínez-Martínez, A. ⁽¹⁾; Zurita-Ortega, F. ⁽¹⁾; San Román-Mata, S. ⁽¹⁾; Pérez-Cortes, A.J. ⁽¹⁾; Ubago, J.L. ⁽¹⁾

Institución:

⁽¹⁾ Universidad de Granada. rubenmorenoarrebola@gmail.com

Resumen:

Introducción: En este estudio abordamos como temática principal la importancia de la inteligencia emocional en la labor docente, y el efecto que tiene la práctica de actividad física en la mejora de esta inteligencia. **Objetivos:** Pretendemos conocer el estado de la cuestión sobre la importancia que los docentes otorgan a la formación en inteligencia emocional, comprobar si se lleva a cabo una formación específica de esta inteligencia en docentes e indagar en la influencia que puede tener la práctica de actividad física en la mejora de la inteligencia emocional. **Método:** Realizamos una revisión bibliográfica en distintas bases de datos, con un tramo temporal de 10 años. **Conclusiones:** los docentes consideran muy importante la competencia emocional para un buen desarrollo docente, que se necesita más formación docente con respecto al tema, y que la práctica de actividad física habitual es un factor influyente en la mejora de inteligencia emocional.

Palabras Clave:

inteligencia emocional, actividad física, formación docente.

Abstract:

Introduction: This study address as main topic the importance of emotional intelligence in teaching and the effect of the physical activity in improving this kind of intelligence. **Objectives:** We intend to know the state of the matter about the importance that teachers give to be trained in emotional intelligence, observe if it is carried out any specific training about this intelligence in teaching as well as research the influence that physical activity can have in improving emotional intelligence. **Method:** A literature review on different databases, with a time span of 10 years. **Conclusions:** Teachers consider that emotional competence is very important for a good professional development, that deeper training on the issue is needed, and that the practice of regular physical activity is an influential factor to improve the emotional intelligence.

Key Words:

emotional intelligence, physical activity, background teacher

1. INTRODUCCIÓN

El cambiante y dinámico sistema educativo actual y el rápido avance de la sociedad, hace necesaria una reflexión de las capacidades y competencias de los docentes, pues son responsables de que los y las jóvenes sean personas competentes y civilizadas. Por tanto, es necesario investigar las variables que influyen en la construcción de un buen docente (Rodríguez y Díez, 2014). En este caso nos centramos en la inteligencia. Concretamente en la inteligencia emocional (IE) del docente, pues hay diversidad de investigaciones que prueban que las competencias emocionales se vinculan con el rendimiento y el éxito en el trabajo docente, (Boyatzis, 2006; Brotheridge y Lee, 2003; Murga y Ortego, 2003; Pertegal-Felices, Castejón-Costa y Martínez, 2011) y con el bienestar personal (Navarro y Fagin-Guille, 2016).

Concretamente en la docencia, como campo laboral que nos compete, en los últimos años se ha fortalecido tanto a nivel nacional como internacional la idea de que la IE constituye una pieza clave para la mejora de la competencia docente (Augusto-Landa, López-Zafra y Pulido-Martos, 2014; Castillo, Fernández-Berrocal y Brackett, 2013; Cazalla-Luna, Ortega-Álvarez y Molero, 2015; Cejudo y López-Delgado, 2017; López-Goñi y Goñi, 2012; Wong, Wong y Peng, 2010).

Pero ¿a qué nos referimos con IE?, se trata de un constructo tan controvertido como relevante que ha sido conceptualizado de distintas formas por diversos autores. Salovey y Grewal (2005), entienden que la IE se refiere a la correcta interacción entre cognición y emoción que permite al individuo una correcta adaptación y funcionamiento con respecto a su contexto.

Existen dos concepciones de la IE. Por un lado, el modelo de habilidad de Mayer y Salovey (1997) que definen la IE como

“la capacidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la capacidad para acceder a sentimientos (o generarlos) que faciliten el

pensamiento, la capacidad para comprender las emociones y el conocimiento emocional y la capacidad para regular las emociones promoviendo el crecimiento personal e intelectual” (p.10).

De esta forma, en este modelo la IE estaría compuesta por los siguientes componentes: comprensión emocional, percepción y expresión emocional, facilitación emocional y regulación emocional (Cabello, Fernández-Berrocal, Ruiz y Extremera, 2006).

Por otro lado, el modelo de la IE como rasgo (Bar-On, 1997; Petrides y Fuhman, 2000, 2001), que considera a la IE como un conjunto de rasgos estables de la personalidad, competencias socioemocionales, motivaciones y habilidades cognitivas. Pero independientemente del modelo teórico empleado, coincidimos con Rey y Extremera (2012), en considerar que el estudio de la IE abre una visión nueva en el análisis de las emociones, pasando de ser estas, meros elementos de los procesos cognitivos a fenómenos vitales de los seres humanos, pues nos ofrecen información útil para resolver problemas.

Con el fin de buscar una vía de formación de la IE en docente tanto inicial como permanente, encontramos que existen diversas investigaciones que argumentan que la actividad física y el deporte fomentan la IE (Fernández, Almagro, y Sáenz-López, 2015; Li, et al., 2009). Aunque estas investigaciones se han llevado a cabo en una población de estudiantes universitarios, pensamos que se puede dar de la misma forma en la población de docentes de cualquier grado, pues existen indicios (Alonso, Gea y Yuste, 2013) de que la actividad física es un punto clave para la mejora de la IE del docente, además esta misma investigación, aporta qué tipo de actividad física contribuye más a la IE del docente.

Llegados a este punto, lo que nos planteamos en ese trabajo es comprobar cuál es el estado de la cuestión referente a la importancia de la IE en la

Moreno-Arrebola, R.; Martínez-Martínez, A.; Zurita-Ortega, F.; San Román-Mata, S.; 264 Pérez-Cortes, A.J.; Ubago, J.L. (2017). La actividad física como promotora de la inteligencia emocional en docentes. Revisión bibliográfica. *Trances*, 9(supl 1): 261-276

construcción de docentes eficaces, cómo se forma a los docentes en IE y cómo influye la práctica de actividad física como promotora de la IE. Es preciso aclarar que este trabajo forma parte de una investigación mayor, con la que pretendemos establecer programas de actividad física como método de fomento de la IE en docentes.

2. MÉTODO

Se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica, a raíz de una idea previa: la importancia de la inteligencia emocional en la formación del docente y la posible influencia positiva a este aspecto desde la actividad física y el deporte. Elegida la temática, nos hemos planteado tres objetivos, centrados en la comprobación del estado actual de la cuestión. Para realizar esta búsqueda, hemos utilizando como palabras clave: inteligencia emocional, actividad física, formación docente, y su traducción al inglés. Se ha acotado la búsqueda a los últimos 10 años, es decir, del 2007 al 2017. Como bases de datos se han utilizado entre otras Web of Science (WOS) y SCOPUS. Una vez seleccionadas las investigaciones de interés, hemos comparado resultados y conclusiones de unas y otras aportaciones científicas.

3. DISCUSIÓN

Como evidencias de que en la sociedad actual la IE es fundamental para los docentes, diversas investigaciones prueban que es importante fomentar las competencias en este tipo de inteligencia por diversos beneficios en la labor docente. Entre ellos, la contribución a un buen funcionamiento de la clase (Cejudo y López-Delgado, 2017), mejora en las relaciones interpersonales de calidad (Gardenswartz, Cherbosque y Rowe, 2010), mejora del liderazgo educativo (Brinia, Zimianiti, y Panagiotopoulos, 2014), fomento del bienestar del colectivo docente, y también el de su alumnado (Cazalla-Luna, Ortega-Álvarez y Molero, 2015), y consecución de un adecuado ajuste personal, académico,

social y laboral (Palomera, Fernández-Berrocal y Bracett, 2008), capacidad de evitar o eludir una situación potencialmente estresante, pues hay evidencias de que los docentes con alta IE poseen diversos recursos de afrontamiento emocional y social para manejar situaciones de mucho estrés, se adaptan con más facilidad al contexto, muestran patrones de pensamiento constructivo y muestran una mayor auto-eficacia (Augusto-Landa, López-Zafra y Pulido-Martos, (2014). Además, hay investigaciones que evidencian la relación entre competencias emocionales de los docentes y la calidad y eficacia en los procesos de enseñanza-aprendizaje del aula (Chan, 2008; Di Fabio y Palazzeshi, 2008; Jennings y Geenberg, 2009; Molero, Pantoja-Vallejo y Galiano-Carrión, 2017; Pérez-Escoda et al., 2013; Ruiz, Lorenzo y García, 2012), conllevando todo esto consecuentemente a un buen clima de trabajo en clase.

Por todo lo anterior, es evidente, que la formación de los docentes en competencias emocionales es de vital importancia. En este sentido, siguiendo a Antoñazas et al. (2014), el conocimiento meramente académico no es suficiente para conseguir un verdadero éxito escolar, pues se deben valorar las implicaciones educativas de los aspectos emocionales en el aula. De hecho, Cazalla-Luna y Molero (2016) concluyen que es una línea de trabajo muy actual y que, a pesar de haber ya una amplia producción científica sobre el tema, es preciso seguir trabajando sobre la misma, por el impacto que tiene en el ámbito educativo.

La formación de docentes emocionalmente inteligentes debería ser uno de los objetivos de la formación docente tanto inicial como continua para las etapas de educación primaria e infantil (Bisquerra, Pérez-González y García-Navarro, 2015; Cazalla-Luna, Ortega-Álvarez y Molero, 2015) especialmente en la etapa de educación infantil (Cejudo y López-Delgado, 2017). Concretamente, el campo de actuación sobre el que afecta la formación docente en competencias

emocionales, es la prevención de factores de riesgo en el aula, por un lado, disminuyendo el índice de agresiones, las expulsiones de clase y el absentismo escolar, y por otro, mejorando el desempeño escolar y las calificaciones del alumnado (CASEL, 2003; Petrides, Frederickson y Furnham, 2004). Weare y Gray (2003), tras estudiar diversas metodologías para la implementación de programas que favorecen las competencias socio-emocionales en Gran Bretaña, ya concluía, que es de vital importancia la incorporación en la formación inicial del docente, el desarrollo de competencias socio-emocionales, para que posteriormente cuando estos ejerzan como docentes y tengan alumnado a su cargo, sepan transmitirles dichas competencias.

Por tanto, podemos decir que la formación docente con respecto al tema constituye sin duda, uno de los elementos básicos para el desarrollo profesional docente y la consecución de una calidad en la enseñanza. Damos especial importancia a la formación inicial, pues, como dicen Palomera, Fernández-Berrocal y Brackett (2008), es la formación de base para empujar al docente a una posterior formación permanente. En cuanto a esta formación del profesorado con respecto a este tema, hay diversos programas que mejoran la IE de los docentes (Pérez-Escoda, Filella, Soldevila y Fondevila, 2013). Este estudio comprueba que el programa que llevaron a cabo mejora las cinco dimensiones de la competencia emocional establecidas por Bisquerra y Pérez (2007). Por tanto, se comprueba que es una competencia que es mejorable con formación específica. Esta formación permanente se ha desarrollado mayoritariamente mediante cursos de formación de entre 20 y 30 horas, desarrollados por el propio centro escolar de manera autodidacta o bien por instituciones del tipo: Delegaciones de Educación, Centros de Profesorado, escuelas de verano, etc.

Comprobada la importancia de la IE como competencia fundamental en la formación del docente y la importancia que se otorga a la formación inicial y

continua del colectivo docente en competencia emocional, pasamos al último objetivo de esta investigación. Comprobar cómo influye la práctica de actividad física en la formación en IE. Fernández, Almagro y Sáenz-López, (2015), obtuvieron los resultados que se exponen en la tabla 1.

Tabla 1.

Diferencias y tamaño del efecto entre las medias de las escalas en función de la actividad física. Extraído de Fernández, Almagro y Sáenz-López, (2015)

	Activos		Insuficientemente activos		diferencias	t	gl	Efecto
	M	DT	M	DT				
Atención	3,67	0,69	3,73	0,74	-0,062	-1,362	1006	-
Claridad	3,87	0,63	3,71	0,66	0,158*	3,831	1006	0,25
Reparación	3,89	0,65	3,65	0,75	0,242*	5,368	1006	0,34
Satisfacción	4,02	0,66	3,89	0,74	0,134†	3,020	1006	0,19
Autoestima	4,76	0,83	4,52	0,82	0,242*	4,607	1006	0,29

Leyenda: * $p < 0,001$; † $p < 0,05$; M= Media; DT= Desviación típica

Como podemos comprobar, los participantes activos, presentaron mayores niveles de IE con respecto a sus iguales insuficientemente activos. Estos resultados se respaldan con investigaciones anteriores como (Li et al, 2009; Saklofske, 2007a; Saklofske et al., 2007b). Los autores de esta investigación argumentan, en cuanto a los resultados obtenidos, que los participantes con mayor nivel de actividad física, tienden a mostrar puntajes más elevados de claridad y reparación emocional y de la misma forma, mayores niveles de

Moreno-Arrebola, R.; Martínez-Martínez, A.; Zurita-Ortega, F.; San Román-Mata, S.; Pérez-Cortes, A.J.; Ubago, J.L. (2017). La actividad física como promotora de la inteligencia emocional en docentes. Revisión bibliográfica. *Trances*, 9(supl 1): 261-276

autoestima y satisfacción con la vida. Por tanto, pueden confirmar con rotundidad, que el efecto derivado de realizar actividad física, en niveles adecuados, tiene un efecto positivo sobre las variables claridad emocional, reparación emocional y autoestima, y de forma más leve en cuanto a la satisfacción con la vida. Desde la psicología social, las razones que explican estos resultados, son las oportunidades de socialización y compromiso que ofrecen ciertas formas de actividad física (Saklofske et al., 2007b).

Con respecto a los distintos tipos de actividad física que pueden mejorar la IE, Alonso, Gea y Yuste (2013), en su estudio, centrado en juegos motores como formación emocional de futuros docentes de educación física, afirman que el juego motor deportivo propicia un contexto social y afectivo para educar en emociones a los futuros docentes. Otro de los campos de actuación para trabajar la IE en el futuro docente, es mediante la adaptación de ciertas actividades físicas y deportivas para alumnos con discapacidad o movilidad reducida. Pérez-Cortés, et al. (2016), llevan a cabo un proyecto cuyo objetivo es poner en situación al alumnado del grado de Actividad Física y el Deporte, para que ellos mismos experimenten sensaciones parecidas a las que puede tener una persona con problemas de movilidad al participar en determinados juegos, y de esta manera trabajar entre otras competencias, la IE.

Profundizando en este aspecto, Lavega, Filella, Agulló, Solcevila y March (2011), en su investigación, centrada al igual que las anteriores investigaciones en los juegos como promotores de IE de los docentes, dividen la actividad motriz en cuatro dominios (psicomotor, cooperación, oposición y cooperación/oposición). Concluyen en su estudio que la primera decisión importante que hay que tomar es el tipo de juegos o dominio de actividad motriz, para provocar emociones positivas como la alegría, la felicidad, la empatía, el humor, la solidaridad o la calma. Además, confirman que los dominios de acción motriz y los juegos cooperativos, en especial los no

competitivos, son los más propicios para activar emociones positivas intensas en los estudiantes. Por último, en esta investigación tratan también la gestión y reducción de emociones negativas. En este sentido, argumentan que los profesores deben saber que para reducir emociones negativas como el odio, la frustración la inseguridad, la ansiedad, la culpabilidad o el rechazo, deben introducir juegos no competitivos, en los que, los jugadores no se dividan en perdedores y ganadores.

En general, en la mayoría de las etapas educativas, desde infantil, se está trabajando en esta línea, utilizando la psicomotricidad, (entendida esta como interacción entre cuerpo-movimiento-conocimiento-emoción) como promotora de la IE del alumnado y la construcción de su propia personalidad (Pons y Arufe, 2016). De esta forma, la psicomotricidad interpretada como hemos dicho anteriormente, mediante distintos tipos de juegos, (rítmicos, expresión corporal, cooperativos...) mejora la IE de los escolares (Gutierrez-Sas, et al., 2017). Dada la importancia que tiene el fomento de las emociones (alegría, miedo, tristeza, afecto, rabia...) tanto en educación infantil como primaria, los docentes deben estar dotados de estrategias didácticas y procedimientos adecuados para trabajarlas, y una de estas estrategias está al alcance de todos: la actividad física y el deporte. La clave está, en saber cómo utilizarla, gestionando las emociones y vivencias que ésta suscita, de manera adecuada.

4. CONCLUSIÓN

Con la revisión que hemos realizado, comprobamos que es una línea de investigación actual y que se está trabajando en ello. Por otro lado, con los resultados que hemos encontrado, en primer lugar, concluimos que la inteligencia emocional es una competencia muy importante para el correcto desarrollo de las funciones docentes y que la actividad física es un factor importante para la formación de los docentes en Inteligencia Emocional. Por ello, los programas de formación docente en IE se hacen muy necesarios, para Moreno-Arrebola, R.; Martínez-Martínez, A.; Zurita-Ortega, F.; San Román-Mata, S.; 270 Pérez-Cortes, A.J.; Ubago, J.L. (2017). La actividad física como promotora de la inteligencia emocional en docentes. Revisión bibliográfica. *Trances*, 9(supl 1): 261-276

conseguir docentes más competentes y adaptados a las necesidades de la sociedad actual. Como estilo de formación de la IE, encontramos que la actividad física, concretamente los juegos, proporcionan situaciones que favorecen vivencias de emociones tomando conciencia emocional. Una vez que se es capaz de reconocer las emociones que previamente se han sentido practicando juegos, el docente fomentará su autogestión, su autoestima, una actitud positiva y crítica, sentido de la responsabilidad y una relación más intensa con su alumnado y con otras personas en general y en definitiva su bienestar personal. Como prospectiva, esta revisión da pie a una futura investigación centrada en la formación de docentes basada en actividad física, para comprobar más en profundidad cómo influyen otro tipo de actividades físicas en el incremento de IE en los docentes.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, J., Gea, G., y Yuste, J. (2013). Formación emocional y juego en futuros docentes de Educación física. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 16(1), 97-108.
- Antoñazas, J. L., Salavera, C., Teruel, P., Sisamón, C., Ginto, A., Anaya, A., y Barcelona, D. (2014). Emotional intelligence and personality in student teachers. *Procedia, Social and Behavioral Sciences*, 132, 492-496.
- Augusto-Landa, J.M., López-Zafra, E., y Pulido-Martos, M. (2011). Inteligencia emocional percibida y estrategias e afrontamiento al estrés en profesores de enseñanza primaria: propuesta de un modelo explicativo con ecuaciones estructurales (SEM). *Revista de psicología social*, 26(3), 413-425.
- Bar-On, R. (1997). *The emotional intelligence inventory (EQ-i): Technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.

- Bisquerra, R., Pérez-González, J. C. y García Navarro, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Síntesis.
- Boyatzis, R. E. (2006). Intentional change theory from a complexity perspective. *Journal of Management Development*, 25, 607–623.
- Brinia, V., Zimianiti, L., y Panagiotopoulos, K. (2014). The role of the principal's emotional intelligence in primary education leadership. *Educational management administration & leadership*, 42(4), 28-44.
- Brotheridge, C. M. y Lee, R. T. (2003). Development and validation of the Emotional Labour Scale. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 76, 365-379.
- Cabello, R., Fernández-Berrocal, P., Ruiz, D., & Extremera, N. (2006). Una aproximación a la integración de diferentes medidas de regulación emocional. *Ansiedad y Estrés*, 12(2-3), 155-166.
- Castillo, R., Fernández-Berrocal, P. y Brackett, M. A. (2013). Enhancing Teacher Effectiveness in Spain: A Pilot Study of The RULER Approach to Social and Emotional Learning. *Journal of Education and Training Studies*, 1, 263–272.
- Cazalla-Luna, N., y Molero, D. (2016). Inteligencia emocional percibida, disposición al optimismo-pesimismo, satisfacción vital y personalidad de docentes en su formación inicial. *Revista de Investigación Educativa*, 34(1), 241-258.
- Cazalla-Luna, N., Ortega-Álvarez, F., y Molero, D. (2015). Autoconcepto e inteligencia emocional de docentes en prácticas. *Revista electrónica de investigación y docencia*, 14, 151-164.
- Cejudo, J. y López-Delgado, M.L. (2017). Importancia de la inteligencia emocional en la práctica docente: un estudio con maestros. *Psicología Educativa*, <http://dx.doi.org/10.1016/j.pse.2016.11.001> (en prensa)

Chan, D. W. (2008). Emotional intelligence, self-efficacy, and coping among Chinese prospective and in-service teachers in Hong Kong. *Educational Psychology, 28*, 397–408.

Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (2003). Safe and sound: An educational leader's guide to evidence-based social and emotional learning (SEL) programs. Chicago: US Department of Education, Mid-Atlantic Regional Education Laboratory.

Di Fabio, A. y Palazzeschi, L. (2008). Emotional intelligence and self-efficacy in a sample of Italian high school teachers. *Social Behavior and Personality, 36*, 315–325.

Fernández, E., Almagro, B., y Sáenz-López, P. (2015). Inteligencia emocional percibida y el bienestar psicológico de estudiantes universitarios en función del nivel de actividad física. *Cultura CCD, 10*(28), 31-39.

Ruiz, G., Lorenzo, L., y García, A., (2012). El trabajo con la inteligencia emocional en las clases de Educación Física: valoración de una experiencia piloto en Educación primaria. *Journal of Sport and Health Research. 5*(2), 203-210.

Gardenswartz, L., Cherbosque, J. y Rowe, A. (2010). Emotional intelligence and diversity. A Model for Differences in the Workplace. *Journal of Psychological Issues in Organizational Culture, 1*(1), 74–84.

Gutierrez, L., Fontenla, E., Cons, M., Rodríguez, J.E., y Pozos, J.M. (2017). Mejora de la autoestima e inteligencia emocional a través de la psicomotricidad y de talleres de habilidades sociales. *Sportis Scientific Technical Journal, 3*(1), 187-205.

Jennings, P. A. y Greenberg, M. T. (2009). The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes. *Review of Educational Research, 79*, 491–525.

Lavega, P., Filella, G., Agulló, M., Soldevila, A., y March, J. (2011). Conocer las emociones a través de juegos: Ayuda para los futuros docentes en la toma

Moreno-Arrebola, R.; Martínez-Martínez, A.; Zurita-Ortega, F.; San Román-Mata, S.; 273 Pérez-Cortes, A.J.; Ubago, J.L. (2017). La actividad física como promotora de la inteligencia emocional en docentes. Revisión bibliográfica. *Trances, 9*(supl 1): 261-276

de decisiones. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(24), 617-640.

Li, G., Lu, F., y Wang, A. (2009). Exploring the relationships of physical activity, emotional intelligence and health in Taiwan college students. *Journal of exercise & fitness*, 7(1), 55-63.

López-Goñi, I. y Goñi, J. M. (2012). La competencia emocional en los currículos de formación inicial de los docentes. Un estudio comparativo. *Revista de Educación*, 357, 467–489.

Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D.J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. New York: Basic Books.

Molero, D., Patoja-Vallejo, A., y Galiano-Carrión, M. (2017). Inteligencia emocional rasgo en la formación inicial del profesorado. *Contextos educativos*, 20(2017), 43-56.

Murga, J. y Ortego, E. (2003). La importancia de la inteligencia emocional en el funcionamiento de las organizaciones. *Encuentros en Psicología Social*, 1(4), 79–82.

Navarro-Patón, R., y Fagin-Grille, S. (2016). Formación inicial de maestros de educación primaria e inteligencia emocional percibida en función de la edad y el género. *Trances*, 8(6), 403-420.

Pérez-Cortés, A.J., Ruiz-Rico Ruiz, G.J., Piñel-Martínez, C., y Espejo-Garcés, T. (2016). Participación del estudiante universitario en la adaptación de actividades de evaluación en Educación Física en situaciones de movilidad reducida. En V. Arufe. (Ed.), *12º Congreso Internacional de Ciencias del Deporte y Educación Física*. Pontevedra, España: Sportis. Formación Deportiva.

Pérez-Escoda, N., Filella, G., Soldevila, A., y Fondevila, A. (2013). Evaluación de un programa de educación emocional para el profesorado de primaria. *Educación XX1*, 16(1), 233-254

Moreno-Arrebola, R.; Martínez-Martínez, A.; Zurita-Ortega, F.; San Román-Mata, S.; 274
Pérez-Cortés, A.J.; Ubago, J.L. (2017). La actividad física como promotora de la inteligencia emocional en docentes. Revisión bibliográfica. *Trances*, 9(supl 1): 261-276

- Palomera, R., Fernández-Berrocal, P., y Brackett, M. (2008). La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación inicial de los docentes: algunas evidencias. *Revista electrónica de investigación psicoeducativa*, 6(2), 437-454.
- Pérez-Escoda, N., Filella, G., Soldevila, A. y Fondevila, A. (2013). Evaluación de un programa de educación emocional para profesorado de primaria. *Educación XXI*, 16, 233–254.
- Pertegal-Felices, M. L., Castejón-Costa, J. L. y Martínez, M. A. (2011). Competencias socioemocionales en el desarrollo profesional del maestro. *Educación XXI*, 14, 237–260.
- Petrides, K., Frederickson, N., y Furnham, A. (2004). The role of trait emotional intelligence in academic performance and deviant behavior at school. *Personality and Individual Differences*, 36, 277-293.
- Petrides, K., y Furnham, A. (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and individual differences*, 29, 313-320.
- Petrides, K., y Frunham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European journal of Personality*, 15, 425-428.
- Pons, R. y Arufe, V. (2016). Análisis descriptivo de las sesiones e instalaciones de psicomotricidad en el aula de Educación Infantil. *Sportis Scientific Technical Journal*, 2(1), 125-146.
- Rey, L., y Extremera, N. (2012). Inteligencia emocional percibida, felicidad y estrategias distractoras en adolescentes. *Boletín de Psicología*, 104, 87-101.
- Rodríguez, C. y Díez, J. (2014). Conocimiento y competencias básicas en la formación de maestros y maestras. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del profesorado*, 18(1), 383-396.

- Saklofske, D. H., Austin, E. J., Galloway, J., & Davidson, K. (2007a). Individual difference correlates of health related behaviours: Preliminary evidence for links between emotional intelligence and coping. *Personality and Individual Differences*, 42, 491-502.
- Saklofske, D. H., Austin, E. J., Rohr, B. A., & Andrews, J. J. W. (2007b). Personality, emotional intelligence and exercise. *Journal of Health Psychology*, 12, 937-948.
- Salovey, P., & Grewal, D. (2005). The Science of emotional intelligence. *Currents Directions in Psychological Science*, 14, 281-285.
- Weare, K. y Gray, G. (2003). *What Works in Developing Children's Emotional and Social Competence and Wellbeing?* Research Brief RB456. London: Department for Education and Skills.
- Wong, C.-S., Wong, P.-M. y Peng, K. Z. (2010). Effect of Middle-level Leader and Teacher Emotional Intelligence on School Teachers' Job Satisfaction. The Case of Hong Kong. *Educational Management Administration & Leadership*, 38, 59-70.