

Lectura y deporte: una revisión sistemática sobre el impacto de las actividades deportivas en el fomento del hábito lector

Reading and sport: a systematic review about the impact of sporting activities on the development of reading habits

Juan José Márquez López

"Y a la vuelta la luna", Malpartida de Plasencia (España)

David Cerro Herrero

Facultad de Formación del Profesorado, Universidad de Extremadura (España)

Patricia Casasola de la Montaña

"Y a la vuelta la luna", Malpartida de Plasencia (España)

e-MOTION

Revista de Educación,
Motricidad e Investigación

NÚM. 24

ISSN 2341-1473

<https://doi.org/10.33776/EUHU/remo.vi24.8447>

Editorial
Universidad
de Huelva

EUHU

Resumen:

La enseñanza de la lectura es crucial para el desarrollo académico y personal de toda las personas. No basta con saber leer, sino que es necesario disfrutar del acto de leer. Fomentar un hábito lector implica leer de forma regular y por placer. Sin embargo, incentivar la lectura, especialmente entre jóvenes, representa un desafío debido a su falta de interés. Este artículo revisa estudios que conectan el fomento de la lectura con el deporte como herramienta motivacional. Se llevó a cabo una revisión sistemática a partir de la metodología PRISMA, identificando y analizando investigaciones relevantes. De los 151 artículos identificados inicialmente en las bases de datos académicas (Scopus y Web of Science), solo 5 cumplieron con los criterios de inclusión establecidos, representando el 3,31% del total analizado. Aunque se encontraron pocos estudios, los resultados sugieren que integrar deporte con lectura puede aumentar el interés y habilidades lectoras. Se recomienda realizar investigaciones longitudinales con muestras más amplias y estandarizar metodologías para evaluar mejor el impacto de estos programas. En conclusión, es fundamental seguir explorando esta intersección entre deporte y lectura para maximizar su potencial.

Palabras claves:

Fomento de la lectura; actividad física; hábito lector; niños; jóvenes.

Abstract:

The teaching of reading is crucial for the academic and personal development of all people. It is not enough to know how to read, but it is necessary to enjoy the act of reading. Encouraging a reading habit means reading regularly and for pleasure. However, encouraging reading, especially among young people, is a challenge due to their lack of interest. This article reviews studies that connect the promotion of reading with sport as a motivational tool. A systematic review was carried out using the PRISMA methodology, identifying and analysing relevant research. Of the 151 articles initially identified in the academic databases (Scopus and Web of Science), only 5 met the established inclusion criteria, representing 3.31% of the total analysed. Although few studies were found, the results suggest that integrating sport with reading can increase reading interest and skills. Longitudinal research with larger samples and standardised methodologies are recommended to better assess the impact of these programmes. In conclusion, it is essential to continue exploring this intersection between sport and reading in order to maximise its potential.

Keywords:

Promotion of reading; Physical activity; Reading habits; Children; Young people.

Fecha de recepción: 17 de septiembre de 2024

Fecha de aceptación: 31 de enero de 2025

Correspondencia: Juan José Márquez López. E-mail: Juanjosemarquezl@hotmail.com



Introducción

El fomento de la lectura es esencial para el desarrollo académico y personal de los individuos (Ayala-Mendoza y Arcos-Tasigchana, 2021). En la actualidad, la animación a la lectura trasciende el ámbito educativo y se convierte en un ejercicio esencial para la vida (Collantes, 2023).

Saber leer no implica ser lector. La persona que se considera lectora, aparte de ser capaz de descifrar los códigos de un texto, disfruta con la lectura, por eso, es una actividad que realiza con frecuencia de forma voluntaria (Serna, Rodríguez y Etxaniz, 2017).

Sin embargo, leer supone, sobre todo al principio, un gran esfuerzo. Se necesitan grandes dosis de concentración y práctica asidua para adquirir la habilidad lectora (De Vicente-Yagüe, González, 2019). Por ello, un hábito lo podemos definir como un comportamiento o costumbre que se realiza de forma regular. Por tanto, el hábito lector supone adquirir la práctica de leer con frecuencia y por gusto (Márquez-Jiménez, 2017).

Por otro lado, encontrar métodos efectivos para incentivar la lectura, especialmente entre los jóvenes, puede ser un desafío. Se coincide con Grafton (citada en Labrada y Abreu, 2018, p. 5) en que la promoción de la lectura es "... la ejecución de un conjunto de acciones sucesivas y sistemáticas encaminadas a despertar o favorecer el interés por los materiales de lectura y su utilización cotidiana, no sólo como instrumentos informativos, sino como fuentes de entretenimiento y placer". En este contexto, el deporte ha sido identificado como una herramienta potencialmente eficaz para promover hábitos de lectura.

Desde esta perspectiva, la promoción de la lectura la podemos definir como el conjunto de acciones con el objetivo de incentivar que las personas se motiven por la lectura de textos; mientras que: "La promoción deportiva es el sistema de acciones para socializar los eventos y actividades deportivas y afines, orientadas a mejorar el nivel de satisfacción cultural y la identidad deportiva que impulsan iniciativas para el cambio, la conservación, difusión y disfrute de la población" (Montero y Martín, 2014, p. 5). Los vínculos entre ambos conceptos posibilitan comprender la importancia de la promoción de la lectura como parte de la promoción deportiva.

Este artículo se centra en la revisión sistemática de estudios originales fundamentados en sustentos teóricos y experiencias empíricas vinculadas al fomento del hábito lector y el deporte, evaluando su efectividad y las metodologías empleadas.

El objetivo de este estudio es analizar, a través de una revisión sistemática, cómo las actividades deportivas pueden contribuir al fomento del hábito lector en niños y niñas, identificando tanto las estrategias metodológicas empleadas como los resultados obtenidos en programas que integran deporte y lectura.

Método

Metodología

El desarrollo de una revisión sistemática se centra en cuatro fases, que son según Berra (2020); 1. Planteamiento del objetivo y de los criterios de selección de los estudios. 2. Búsqueda y selección de los estudios más relevantes. 3. Evaluación de la calidad de los estudios. 4. Elección de datos y variables que queremos destacar, y presentación de resultados.

Para esta revisión se han seguido los pasos propuestos por la declaración PRISMA (Page et al., 2021) que es la guía especializada para la construcción de revisiones sistemáticas. La investigación se realizó a partir de las siguientes fases:

1. Planeación de la búsqueda.
2. Selección de las bases de datos.
3. Selección de los artículos.
4. Lectura crítico interpretativa.
5. Identificación de las categorías de análisis.
6. Análisis de la información.

En relación con la definición de la búsqueda se determinó la pregunta de investigación, el alcance de la revisión y los criterios de inclusión y exclusión.

Los criterios de inclusión y exclusión, que se exponen a continuación en el Cuadro 1, han sido seleccionados en función de los objetivos y preguntas de la investigación.

Tabla 1

Criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de Inclusión (C.In)	Criterios de exclusión (C.Ex)
C.In.1: Estudios sobre hábitos o habilidades de lectura que utilizan el deporte o la educación física como medio de animación a la lectura.	C.Ex.1: Estudios sobre hábitos o habilidades de lectura que no utilizan el deporte como medio de animación a la lectura.
C.In.2: Artículos de deporte y lectura publicados entre 2010 y 2024.	C.Ex.2: Artículos de deporte y lectura publicados antes de 2010.
C.In.3: Estudios en niños de edad comprendida entre los 4 y 15 años.	C.Ex.3: Estudios en niños de edad menor de 4 años y mayores de 15 años.

Estrategia de búsqueda

Se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos académicas como Scopus y Web of Science. En ella se incluyeron estudios publicados entre 2010 y 2024 que describen proyectos o programas diseñados para fomentar la lectura a través del deporte. Además, se incluyeron todos los estudios en inglés y español.

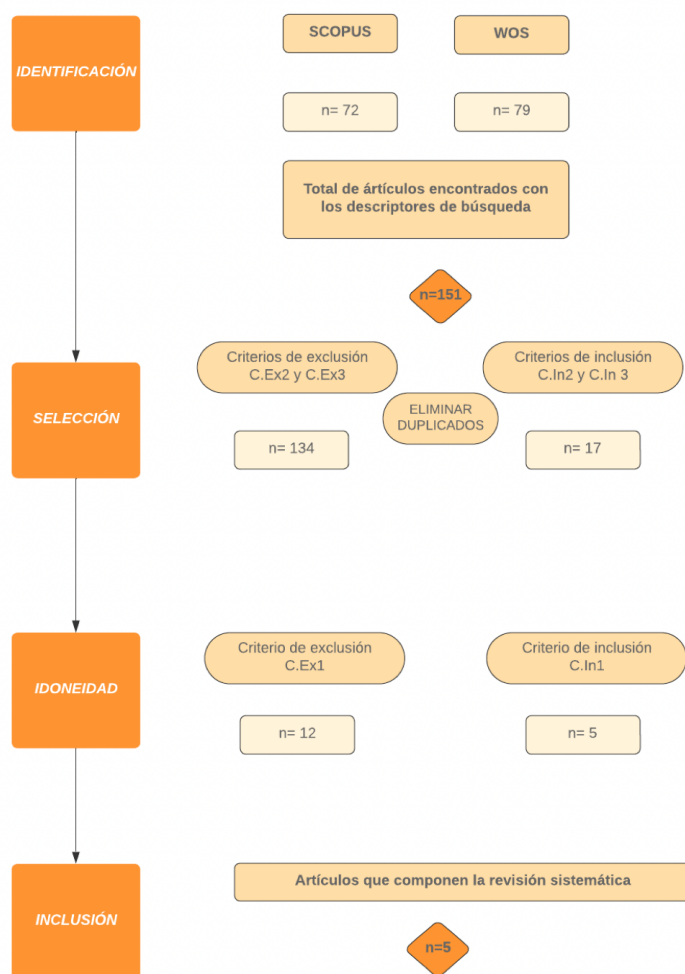
En cuanto a la selección de palabras clave, se realizó en base a la búsqueda de la relación entre fomento de la lectura y la práctica deportiva. Puesto que el área del deporte y de la educación es muy amplia, se determinaron las siguientes palabras clave; "reading habit", "sport", "reading skills", "reading promotion", "Physical activity", "Physical education", "lectura", "deporte" y "educación física". Los idiomas en los cuales se ha realizado la búsqueda son el inglés y el castellano. Se ha escogido el inglés como uno de los idiomas de búsqueda ya que muestra una gran cantidad de información científica, que nos aportará un resultado más completo.

Recolección y análisis de datos

A la hora de recopilar los datos, como mencionamos anteriormente, se siguió el protocolo PRISMA, dividiendo el proceso en 4 etapas. La primera etapa sería de identificación, que contiene todos los artículos que se encuentran en las bases de datos utilizadas con los criterios de búsqueda mencionados anteriormente. En esta primera etapa se localizaron un total de 151 artículos. La segunda etapa es de selección, donde se eliminaron las referencias duplicadas y las que coinciden con el criterio de exclusión (C.Ex.2 y C.Ex 3) expuestos en el cuadro 1. Al final de la etapa 2 se eliminaron 134 artículos, quedando 17 artículos para el estudio. Una tercera fase de idoneidad, en la cual se analizaron los documentos para sacar los que responden a los objetivos de la investigación y se ajustan al criterio de inclusión, desechando el resto (C.Ex.1), se desearon otros 12 artículos y por último, la etapa de inclusión, en la que se recogen todos los artículos que componen la muestra de la investigación, finalmente compuesta por 5 artículos. La búsqueda se realizó a principios de agosto de 2024 incluyendo todos los artículos subidos en las bases de datos de Scopus y Web of Science desde el año 2010 hasta la fecha arriba indicada

Figura 1

Filtros de selección.



Resultados

De los 151 documentos que componen la búsqueda en Scopus y WoS un total de 5 artículos han cumplido todos los objetivos y criterios de esta revisión, es decir un 3,31%.

Los artículos seleccionados, se encuentran en la siguiente tabla.

Tabla 2

Artículos seleccionados en las bases de datos.

Referencia	Contenido	Resultados/conclusiones
Polite (2012)	Estudio de los efectos del programa Physio-Cat para mejorar la comprensión lectora a través de programas de educación física. El estudio incluyó 37 estudiantes de quinto grado en el grupo experimental y 19 estudiantes de quinto grado en el grupo de control, todos pertenecientes a una escuela primaria en Miami Gardens, Miami-Dade County, Florida. El programa Physio-Cat consistió en sesiones diarias de 20 minutos durante seis semanas, integrando actividad física y pensamiento crítico para mejorar la comprensión lectora de estudiantes de quinto grado. Variable independiente: Implementación del programa <i>Physio-Cat</i> en la educación física. Variable dependiente: Puntajes de comprensión lectora medidos antes y después de la intervención.	El estudio mostró que los estudiantes de quinto grado que participaron en el <i>Physio-Cat Program</i> mejoraron significativamente sus puntuaciones de comprensión lectora en comparación con el grupo de control. Tras seis semanas de intervención, los resultados del post-test, ajustados por los puntajes del pre-test, fueron significativamente más altos en el grupo experimental, lo que indica que la integración de actividad física y pensamiento crítico en la enseñanza de la lectura puede ser una estrategia efectiva para mejorar el rendimiento académico en esta área.
Van Klaveren y De Witte (2014)	El estudio incluyó 178 estudiantes de primaria con bajo rendimiento académico y baja motivación, seleccionados de 24 escuelas en los Países Bajos. Se dividieron aleatoriamente en un grupo experimental (<i>Playing for Success</i>, PFS) y un grupo de control. El programa <i>Playing for Success</i> ofreció a estudiantes con dificultades 30 horas adicionales de enseñanza práctica y relacionada con el deporte en un entorno motivador (un estadio de fútbol), buscando mejorar su desempeño en matemáticas y lectura. Sin embargo, los resultados no mostraron mejoras significativas en el rendimiento académico de los participantes. Variable independiente: Participación en el programa <i>Playing for Success</i>, que combina educación y actividades deportivas en un estadio de fútbol. Variable dependiente: Rendimiento en matemáticas y lectura, medido mediante pruebas pre y post intervención.	A pesar de que el programa <i>Playing for Success</i> proporcionó 30 horas adicionales de enseñanza en un entorno motivador (un estadio de fútbol), los resultados no evidenciaron mejoras significativas en el rendimiento académico en matemáticas y lectura. Aunque algunos participantes mostraron una mayor motivación y confianza en sus habilidades, los análisis de datos indicaron que el impacto en las competencias académicas fue limitado, lo que sugiere que este tipo de intervención puede requerir ajustes metodológicos o una mayor duración para generar efectos medibles.

Referencia	Contenido	Resultados/conclusiones
Dovorolomo (2021)	El estudio se basó en el programa <i>Read Like a Champion</i> (RLAC), implementado en una escuela primaria en Suva, FiJI. Participaron estudiantes de tercer curso y diversos atletas de élite de FiJI, quienes promovieron la lectura en la infancia. No se señala el número de alumnos participantes. El programa <i>Read Like a Champion</i> utilizó a deportistas de élite como modelos a seguir para fomentar la lectura en la infancia, combinando lecturas en voz alta con actividades de alfabetización en un entorno motivador. Variable independiente: Implementación del programa <i>Read Like a Champion</i>, que involucró a deportistas de élite en la lectura en voz alta y en actividades de fomento de la lectura. Variable dependiente: Motivación e interés de los niños por la lectura, medido a través de su participación en actividades de alfabetización y asistencia a eventos del programa.	El programa <i>Read Like a Champion</i> evidenció que la participación de deportistas de élite en actividades de lectura en voz alta incrementó el interés de los niños de tercer curso por la lectura. Los datos cualitativos recogidos en los grupos focales indicaron una asistencia elevada a las sesiones con atletas y una mayor disposición de los niños y niñas a participar en actividades de alfabetización. Además, se resaltó la importancia de los modelos a seguir en el fomento del hábito lector en un contexto donde el inglés es una segunda lengua.
Wickens y Parker (2022)	El estudio no se centra en una muestra específica de participantes, sino que ofrece ejemplos de cómo integrar novelas infantiles y juveniles en la educación física a través de lecturas en voz alta, abarcando múltiples niveles educativos. El estudio describe cómo la incorporación de libros ilustrados puede apoyar las habilidades fundamentales de lectura y los conceptos psicomotores en estudiantes de diferentes niveles educativos. Variable independiente: Implementación de lecturas en voz alta de libros ilustrados, novelas juveniles y novelas gráficas durante las clases de educación física. Variable dependiente: Desarrollo de habilidades fundamentales de lectura y conceptos psicomotores en los estudiantes.	Al no llevarse a cabo, no hay resultados concluyentes.
Tabernero, Aliseda y Daniel (2016)	El programa <i>Jugar a los cuentos</i> utilizó cuentos infantiles como punto de partida para diseñar sesiones de Educación Física en las que el alumnado exploró conceptos curriculares a través del movimiento, favoreciendo aprendizajes interdisciplinares y fomentando la motivación por la lectura. El estudio se llevó a cabo con 50 estudiantes de 3º de Educación Infantil (5 años) en un centro público de Salamanca, España. Participaron dos maestras titulares de educación infantil y dos profesoras especialistas en Educación Física de la Universidad de Salamanca. Variable independiente: Implementación de la propuesta <i>Jugar a los cuentos</i>, que vincula la lectura de cuentos infantiles con actividades de Educación Física. Variable dependiente: Adquisición de aprendizajes globales e interdisciplinares, motivación hacia la lectura y participación en las actividades físicas relacionadas con los cuentos.	Los resultados del programa <i>Jugar a los cuentos</i> mostraron que la combinación de literatura infantil y Educación Física favoreció aprendizajes globales e interdisciplinares en niños de 5 años. Se observó una alta motivación y participación en las sesiones, así como una mejora en la comprensión de conceptos curriculares relacionados con los cuentos trabajados. La evaluación cualitativa por parte del profesorado indicó que la iniciativa resultó enriquecedora y que los estudiantes internalizaron los aprendizajes de manera significativa a través del movimiento.

Los estudios seleccionados abordan diferentes estrategias para combinar deporte y lectura, destacando enfoques tanto prácticos como teóricos. El programa Physio-Cat (Polite, 2012) mostró mejoras significativas en la comprensión lectora a través de actividades físicas específicas, mientras que otro estudio basado en el uso del fútbol (Van Klaveren y De Witte, 2014) no encontró mejoras significativas en habilidades lectoras y matemáticas. Una propuesta innovadora involucró a deportistas de élite en las aulas (Dovorolomo, 2021), despertando la imaginación de los escolares, y otra integró literatura en la educación física mediante cuentos con imágenes (Wickens y Parker, 2022), aunque esta última no llegó a implementarse. Finalmente, el programa de cuentos motores diseñado para educación infantil (Tabernero et al., 2016) permitió aprendizajes interdisciplinarios a partir del movimiento, destacando el potencial de estas iniciativas para fomentar tanto el hábito lector como otras competencias.

Discusión

A través de una revisión sistemática en las bases de datos Scopus y WoS, este estudio analiza cómo las actividades deportivas pueden contribuir al fomento del hábito lector en niños y niñas, identificando tanto las estrategias metodológicas empleadas como los resultados obtenidos en programas que integran deporte y lectura.

No se han encontrado revisiones previas que unan estos dos temas, si que son muchas las revisiones que buscan por forma separada conocer estrategias para fomentar la lectura (Fernandez-Rubio et al., 2024) o estrategias para fomentar la práctica deportiva (Soriano-Sanchez et al., 2023).

El análisis de los artículos indexados en las bases de datos WoS y Scopus, nos ofrecen una visión general del panorama sobre los estudios que se están llevando a cabo para el fomento de lectura en el público infantil y juvenil, utilizando estrategias de gran interés y motivación como es el deporte.

Los contenidos de los estudios seleccionados reflejan la diversidad de enfoques en la intersección entre deporte y lectura. Por un lado, algunos artículos se centran en programas que implementan actividades físicas específicas como herramienta para estimular el hábito lector, como el caso del programa Physio-Cat, que utiliza ejercicios de educación física, o el estudio que integra fútbol con aprendizaje académico. Por otro lado, surgen propuestas más creativas, como involucrar a deportistas de élite como modelos a seguir o integrar cuentos en actividades de educación física para generar aprendizajes más globales. Estas iniciativas, aunque diversas, comparten el objetivo de vincular el deporte y la lectura como vías complementarias para el desarrollo personal y académico.

En cuanto a los resultados y conclusiones de los artículos, se observa que solo algunos programas mostraron beneficios claros en las habilidades lectoras, como en el caso de Physio-Cat y los cuentos motores en educación infantil, que promovieron aprendizajes interdisciplinarios. Sin embargo, otros estudios, como el que utilizó el fútbol como herramienta pedagógica, no evidenciaron mejoras significativas, lo que sugiere que el éxito de estas iniciativas depende en gran medida de la metodología aplicada y del contexto en que se desarrollan. En la misma línea Verá-Vélez et al. (2024) destacan que el éxito de los programas de fomento de las habilidades lectora no depende solo del diseño de los mismos, también dependen del contexto y las habilidades del docente. Además, los resultados no concluyentes de ciertos programas, como

el que combina literatura y educación física mediante cuentos gráficos, subrayan la necesidad de implementar y evaluar estas propuestas de manera más sistemática. Este panorama destaca la importancia de diseñar intervenciones con metodologías estandarizadas y muestras más amplias, que permitan analizar con mayor precisión el impacto del deporte en el fomento del hábito lector. En línea con estudios previos como el de Sanmiguel-Rodríguez, et al. (2023) que concluyen que existe asociación entre el tiempo dedicado a la lectura de los niños/as y los niveles de práctica de AF. Los proyectos revisados muestran que la integración del deporte con la lectura puede ser una estrategia efectiva para promover hábitos de lectura. Los estudios indican que los participantes mejoraron su interés y motivación hacia competencia lectora, pero no se puede afirmar que la mejora en los conocimientos tenga que ver con la compaginación de deporte y lectura, o que simplemente sea por la evolución del aprendizaje.

Aunque la mayoría de los resultados nos indican que debe de realizarse una mayor investigación sobre el tema.

En vista a los resultados obtenidos, se puede observar un gran déficit de estudios en este campo, ya que sólo fueron 5 los que se ajustaron a los criterios, dando a entender una grave falta de estudios en los métodos y formas de fomentar la lectura a través del deporte.

Conclusión

Los proyectos de fomento de la lectura a través del deporte presentan resultados prometedores. Estos programas no solo pueden aumentar el interés y la competencia en lectura, sino también fomentar habilidades adicionales como el trabajo en equipo, la disciplina y la resistencia. Futuras investigaciones deberían enfocarse en estudios longitudinales con muestras más amplias y en la estandarización de metodologías para una mejor comparación de resultados.

De cara a futuras investigaciones, sería interesante ver/analizar otras bases de datos e incluso realizar algunas variaciones en los patrones de búsqueda, incluyendo patrones que no hayan sido utilizados o variaciones de los ya utilizados. Con los resultados de ambos estudios se podría diseñar un programa de intervención para la animación a la lectura, que se pudiera llevar a cabo en colegios, para así, medir su efectividad e impacto en los hábitos lectores, competencias lectoras y rendimiento académico del alumnado.

A la hora de elaborar futuros estudios, sería recomendable la elaboración y desarrollo de programas estandarizados, creando guías y marcos comunes para la implementación de estos proyectos tanto en clubes deportivos como en colegios, que fomenten la evaluación continua, siendo periódicas para medir el impacto a largo plazo y ajustar metodologías según los resultados obtenidos.

Como muestran los estudios analizados, en los próximos años se debe fomentar la colaboración entre las escuelas, clubes deportivos y bibliotecas para maximizar los recursos disponibles y ampliar el alcance de estas intervenciones y así, además, poder elevar la muestra de estudios similares, que permita poder establecer una correspondencia más exacta entre los proyectos desarrollados, sus resultados y la sociedad.

Esta revisión sistemática evidencia el potencial de los proyectos que combinan deporte y lectura, destacando la necesidad de continuar explorando y optimizando estas iniciativas.

Limitaciones

Entre las limitaciones encontradas a la hora de desarrollar esta revisión, podemos encontrar en primer lugar el número de artículos indexados y válidos a la hora de realizar las diferentes búsquedas, una de las consecuencias de esto, es la falta de estudios longitudinales, es decir, estudios de larga duración para poder observar la evolución del hábito lector en los diferentes niños/niñas, ya que todos son estudios de corta duración en los que no se puede comparar el impacto a largo plazo de estos programas.

Otro de los problemas encontrados en la búsqueda son la limitación en la muestra, ya que todos los estudios se realizan con muestras pequeñas, lo que puede afectar a la generalización de los resultados al no contar con una muestra proporcional a la población. Y por último, pero no menos importante, el número de artículos con resultados publicados y el enfoque metodológico seguido ya que sin enfoques y métodos se dificulta la comparación directa de los resultados.

Agradecimientos

Al Programa de Internacionalización y Retorno del Talento, PIRT, subvencionado por la Dirección General de Universidad de la Junta de Extremadura y gestionado por la Universidad de Extremadura a través del Servicio de Prácticas y Empleo (SEPYE), el Secretariado de Relaciones Internacionales (RRII) y la Fundación Universidad-Sociedad de la UEx (FUEX). Que, además, se enmarca en la Alianza Extremadura es Futuro del Consejo Social de la Uex.

Conflicto de interés

Los autores declaran no tener conflicto de interés.

Referencias

- Ayala Mendoza, A. E., & Arcos Tasigchana, J. M. (2021). Motivación a la lectura en niños de edades tempranas. *Revista Científica Retos De La Ciencia*, 5(12), 42-51. <https://www.retos-delacienciaec.com/Revistas/index.php/retos/article/view/371>
- Berra, S. (2020). Fundamentos y Método de las Revisiones Sistemáticas. *Areté*, 20(2), 73-82. <https://doi.org/10.33881/1657-2513.art.20208>
- De Vicente-Yagüe, M. I., & González-Romero, M. (2019) Análisis del panorama metodológico interdisciplinar en Educación Infantil para el fomento de la lectura. *Revista Complutense De Educación*, 30 (2), 493-508. <https://doi.org/10.5209/RCED.57738>
- Dorovolomo, J., & Rafiq, L. Z. (2021). Lessons from engaging sports role models and stakeholders in the promotion of literacy among school children in Suva, Fiji. *The International Education Journal: Comparative Perspectives*, 20(2), 76-87. <https://openjournals.library.sydney.edu.au/IEJ/article/view/15551>
- Fernández-Rubio, C.M., & Simeón-Aguirre, A.M. (2024). Fomento del hábito lector en escolares de educación básica en Latinoamérica: una revisión sistemática. *Episteme Koinonía. Revista*

- Electrónica de Ciencias de la Educación, Humanidades, Artes y Bellas Artes*, 7(1), 57-72. <https://doi.org/10.35381/e.k.v7i1.3711>
- Labrada, M., & Abreu, R. (2018). La lectura de textos científicos en estudiantes de las universidades de ciencias pedagógicas. *Opuntia Brava*, 6(1), 83-92. <https://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/332>
- Márquez Jiménez, A. (2017). Sobre lectura, hábito lector y sistema educativo. *Perfiles educativos*, 39(155), 3-18. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982017000100003&lng=es&tlng=es.
- Montero, J. G., & Martín, O. J. (2014). Promoción deportiva y formación de la cultura e identidad deportiva en la Universidad Deportiva del Sur, Venezuela. *EFDeportes.com, revista digital*, 19(195). <https://www.efdeportes.com/efd195/formacion-de-la-cultura-e-identidad-deportiva.htm>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D. et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, 71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Parrado Collantes, M., Rivera Jurado, P., & Sánchez Vera, L. (2020). Mediación musical y agentes de animación a la lectura que influyen en los hábitos lectores de los adolescentes. *Investigaciones Sobre Lectura*, 13, 123-136. <https://doi.org/10.37132/isl.v0i13.304>
- Polite, C. P. (2012). *Incorporating reading in an elementary physical education program with the utilization of the Physio-Cat program to improve fifth-grade reading-comprehension skills* (Tesis doctoral, Union Institute & University Cincinnati,). <https://www.proquest.com/openview/29b603259453e0b9cf43e958aaac08b3/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>
- Sanmiguel-Rodríguez, A., Zagalaz Sánchez, M. L., Arufe Giráldez, V., Cachón Zagalaz, J., & González Valero, G. (2023). Lectura vs actividad física de los niños durante el confinamiento. Influencia de factores sociodemográficos, psicosociales y físico-deportivos. *Journal of sport and health research*, 15(3), 495-510. <https://doi.org/10.58727/JSHR.91527>
- Serna, M., Rodríguez, A., & Etzaniz, X. (2017) Biblioteca escolar y hábitos lectores en los escolares de Educación Primaria. *Ocnos, Revista de estudios sobre lectura*, 16(1), 18-49. http://dx.doi.org/10.18239/ocnos_2017.16.1.1205
- Soriano Sánchez, J. G., Jiménez Vázquez, D., & Sastre-Riba, S. (2023). Una revisión sistemática de la importancia del ejercicio físico sobre la autoeficacia y aprendizaje del estudiante. *Retos*, 48, 911-918. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.97581>
- Tabernerero Sánchez, B., Aliseda García, B., & Daniel Huerta, M. J. (2016). ¿Jugamos a los cuentos? Una propuesta práctica de animación a la lectura a través de la Educación Física. *Retos*, 29, 216-222. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i29.40963>
- Van Klaveren, C., & De Witte, K. (2014). Football to improve math and reading performance. *Education Economics*, 23(5), 577-595. <https://doi.org/10.1080/09645292.2014.882293>
- Vera Vélez, J., Vidal Batalla, C., Obando Montaña, N., & Tuarez Moreira, A. (2024). Eficacia de los programas de intervención para mejorar la comprensión lectora en estudiantes de educación básica. *Polo del Conocimiento*, 9(11), 3-12. <https://doi.org/10.23857/pc.v9i11.8254>
- Wickens, C., & Parker, J. (2022). Integrating literature in physical education: Read-alouds, young adult literature, and graphic novels. *The Physical Educator*, 93(6), 1-17. <https://doi.org/10.1080/07303084.2022.2081273>