



**ADAPTACIÓN DEL ESPECTRO DE ESTILOS DE ENSEÑANZA AL PÁDEL:
UNA TABLA PEDAGÓGICA AMPLIADA Y APLICABLE**

**ADAPTING THE SPECTRUM OF TEACHING STYLES TO PADEL:
AN EXPANDED APPLICABLE PEDAGOGICAL TABLE**

PAULO CALDEIRA
Universidade de Lisboa,
Lisboa, Portugal.
ORCID: 0000-0002-2404-6295

RAFAEL CONDE RIPOLL
Universidad Europea de Madrid.
Department of Sports Sciences.
Faculty of Medicine,
Health and Sports.
ORCID: 0000-0003-1272-5255

Autor de correspondencia: Rafael Conde Ripoll. Universidad Europea de Madrid. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Fisioterapia. Campus de Villaviciosa de Odón, Edificio D. C/ Tajo, s/n, 28670, Madrid, España.
info.conderipoll@gmail.com

Sección: experiencias didácticas o profesionales

Recibido: 01/12/2025

Aceptado: 28/12/2025

RESUMEN

El pádel, considerado uno de los deportes de mayor crecimiento a nivel mundial, cuenta con millones de practicantes y miles de entrenadores, lo que lo convierte en un contexto idóneo para la enseñanza y el desarrollo formativo. El objetivo de este trabajo fue adaptar el Espectro de Estilos de Enseñanza al contexto del pádel mediante una tabla ampliada que incluyó, para cada estilo, ejemplos específicos, el objetivo pedagógico principal y el enfoque predominante, ilustrando así su aplicación práctica. Este estudio no generó datos empíricos, sino que tuvo como finalidad traducir y contextualizar el Espectro existente al ámbito del entrenamiento y la enseñanza del pádel, manteniendo su estructura original y reforzando su aplicabilidad práctica. La propuesta resultante presenta una versión extendida del espectro, que conserva la secuencia de los once estilos y añade, para cada uno, nuevas dimensiones pedagógicas contextualizadas al pádel. En conjunto, esta adaptación constituye una herramienta práctica que facilita la toma de decisiones del entrenador en la enseñanza del pádel y favorece una docencia más consciente, diversificada y orientada al desarrollo de la autonomía del jugador.

Palabras clave: Deportes de raqueta; educación física; entrenamiento; Espectro de Mosston; pedagogía del deporte.

ABSTRACT

Padel, considered one of the fastest-growing sports worldwide, involves millions of players and thousands of coaches, making it an ideal context for teaching and formative development. The aim of this study was to adapt the Spectrum of Teaching Styles to the context of padel through an expanded table that included, for each style, specific examples, the main pedagogical objective, and the predominant pedagogical approach, thereby illustrating its practical application. This study did not generate empirical data, but rather aimed to translate and contextualize the existing Spectrum within padel coaching and teaching, maintaining its original structure while strengthening its practical applicability. The resulting proposal presents an extended version of the model, preserving the sequence of the eleven styles and adding, for each, new pedagogical dimensions contextualized to padel. Overall, this adaptation constitutes a useful tool for coach education and pedagogical reflection, fostering more conscious, diversified teaching oriented toward the development of player autonomy.

Keywords: Racket sports; physical education; coaching; Mosston's Spectrum; sport pedagogy.

Introducción

La enseñanza y el aprendizaje en el deporte han experimentado una profunda transformación durante las últimas décadas, evolucionando desde modelos centrados en la instrucción directa hacia enfoques que promueven la comprensión táctica, la toma de decisiones y la autonomía del deportista (Diloy-Peña et al., 2022; Harvey & Jarrett, 2014). Este cambio de paradigma, influido por los principios del constructivismo y la pedagogía no lineal, ha generado la necesidad de revisar y actualizar los marcos teóricos clásicos de la enseñanza deportiva (Casey & MacPhail, 2018; Chow et al., 2021).

Entre dichos marcos, el Espectro de Estilos de Enseñanza (Mosston & Ashworth, 2002), objeto de múltiples revisiones y análisis en la literatura (Chatoupis, 2018; Chatoupis & Vagenas, 2018; Monacis et al., 2024), constituye una de las aportaciones más influyentes en la didáctica de la educación física y el deporte. Este modelo describe la progresión del control de las decisiones pedagógicas desde un enfoque centrado en el docente hacia otro centrado en el alumnado, estructurando once estilos que abarcan desde la reproducción del conocimiento hasta la producción y la autonomía del aprendizaje (Metzler, 2017; Sicilia & Delgado, 2002). En un recurso educativo reciente, se reorganizó dicho modelo y se incorporó en un único esquema las fases del proceso educativo (*Pre-Impact*, *Impact* y *Post-Impact*), los roles del docente y estudiantes, y ejemplos aplicados que facilitan su comprensión y uso práctico (Scott, 2022).

El pádel, considerado uno de los deportes de mayor crecimiento en el mundo (International Padel Federation, 2024), ofrece un contexto idóneo para ilustrar la aplicabilidad de este marco pedagógico. Por su alcance global y su complejidad táctica al ser considerado un deporte de habilidades abiertas (International Padel Federation, 2024; Singer, 2000), ofrece un entorno propicio para ejemplificar los distintos estilos de enseñanza mediante situaciones reales de entrenamiento y competición. En este sentido, la adaptación del Espectro de Estilos de Enseñanza al pádel puede aportar una herramienta útil para entrenadores y formadores que busquen equilibrar la instrucción y el descubrimiento en el proceso formativo del jugador de pádel. Asimismo, constituye un recurso valioso para estudiantes, docentes de educación física y profesionales de la enseñanza deportiva de otras disciplinas, ya que el uso de ejemplos procedentes de un deporte ampliamente conocido facilita la comprensión de los conceptos pedagógicos y su transferencia a la práctica (Okwara & Adebola, 2024; Oliveira & Brown, 2016).

Debido a que muchos entrenadores no son plenamente conscientes de los estilos de enseñanza que utilizan ni de las razones pedagógicas que

sustentan sus decisiones (Pill et al., 2016), y también en contextos reales de entrenamiento, el presente trabajo tiene como objetivo proponer una adaptación del Espectro de Estilos de Enseñanza al contexto del pádel. Para ello se ha elaborado una tabla ampliada que incorpora dos columnas adicionales que amplían su valor pedagógico: (1) el objetivo pedagógico principal, que sintetiza la finalidad formativa de cada estilo, y (2) el enfoque pedagógico predominante, que sitúa cada estilo dentro de los paradigmas contemporáneos del aprendizaje (conductista, cognitivista, constructivista o humanista). Esta propuesta busca ofrecer un recurso teóricamente fundamentado y de aplicación práctica para entrenadores, docentes y formadores, promoviendo una enseñanza progresiva que integre instrucción, descubrimiento y autonomía en el aprendizaje del pádel.

Metodología

El presente trabajo se enmarca en una adaptación conceptual y contextual de carácter descriptivo. Su propósito fue trasladar el Espectro de Estilos de Enseñanza (Mosston & Ashworth, 2002) al contexto del pádel, elaborando una tabla ampliada que mantuviera la estructura original del modelo e incorporara nuevas dimensiones de valor pedagógico: el objetivo pedagógico principal y el enfoque pedagógico predominante. Este proceso no implicó la recogida de datos empíricos ni la validación por expertos, sino la reinterpretación y contextualización del marco teórico existente para favorecer su aplicación práctica en la enseñanza y el entrenamiento del pádel.

Criterios de selección de fuentes

La selección de fuentes se realizó atendiendo a criterios de relevancia teórica, actualidad y relación directa con el Espectro de Estilos de Enseñanza. Se incluyeron las obras seminales, así como sus principales actualizaciones, revisiones y estudios que han analizado su aplicación en el ámbito de la educación física y del deporte (Byra, 2009; Chatoupis, 2018; Chatoupis & Vagenas, 2018; Goldberger et al., 2012; Monacis et al., 2024; Mosston & Ashworth, 2002; Sicilia & Delgado, 2002).

El periodo temporal considerado abarcó desde 2000 hasta 2024, con el fin de recoger tanto las formulaciones clásicas del modelo como sus revisiones contemporáneas. Las búsquedas se realizaron en las bases de datos Web of Science, Scopus y Google Scholar, complementadas con revisión manual de bibliografía citada en los textos clave.

Fases del proceso

El proceso de trabajo se desarrolló en dos fases: (1) revisión y análisis conceptual, (2) diseño y elaboración de la tabla ampliada.

Fase 1. Revisión.

En esta primera fase se examinaron las principales publicaciones derivadas del Espectro de Estilos de Enseñanza (Byra, 2009; Chatoupis, 2018; Chatoupis & Vagenas, 2018; Goldberger et al., 2012; Monacis et al., 2024; Mosston & Ashworth, 2002; Sicilia & Delgado, 2002).

Fase 2. Diseño y elaboración de la tabla ampliada.

En esta segunda fase, se desarrolló una versión extendida del Espectro de Estilos de Enseñanza. En concreto, se diseñó una tabla extendida que conserva la estructura aportada por Scott (Scott, 2022), incorporando dos nuevas dimensiones analíticas:

1. Objetivo pedagógico principal, que sintetiza la finalidad formativa de cada estilo de enseñanza en el contexto del pádel (Chatoupis, 2018; Goldberger et al., 2012; Mosston & Ashworth, 2002).
2. Enfoque pedagógico predominante, que clasifica cada estilo dentro de los paradigmas contemporáneos del aprendizaje (conductista, cognitivista/constructivista o humanista/socioconstructivista) (Guamán Gómez et al., 2020; van Merriënboer & de Bruin, 2014), ofreciendo un marco coherente con las teorías educativas actuales.

Cada estilo se ejemplificó mediante microtarefas representativas de pádel, elaboradas en función del grado de control docente–alumnado en las fases de planificación, ejecución y evaluación. El diseño se guió por criterios de coherencia conceptual con el modelo original, precisión terminológica y aplicabilidad práctica en contextos de enseñanza y entrenamiento.

Para cada estilo, la asignación del enfoque pedagógico predominante y del objetivo pedagógico principal se fundamentó en revisiones del Espectro de Estilos de Enseñanza (Chatoupis, 2018; Goldberger et al., 2012; Mosston & Ashworth, 2002) y en literatura sobre paradigmas del aprendizaje (Byra, 2009; Light & Harvey, 2017; van Merriënboer & de Bruin, 2014). Se priorizó la coherencia entre el locus de decisiones (docente–alumno), la finalidad formativa y el marco teórico asociado a cada estilo. Este procedimiento aporta transparencia conceptual y rigor argumentativo sin modificar la estructura original del modelo.

Garantía de rigor conceptual

Aunque no se llevó a cabo una validación empírica ni un juicio de expertos, se cuidó la coherencia interna del proceso de adaptación. Desde un punto de vista teórico, el presente artículo se basa en una triangulación de: la obra original del Espectro de Estilos de Enseñanza (Mosston & Ashworth, 2002), diferentes revisiones del trabajo original (Chatoupis, 2018; Chatoupis & Vagenas, 2018; Monacis et al., 2024) y literatura sobre paradigmas de aprendizaje (Byra, 2009; Light & Harvey, 2017). Antes de la redacción final, se verificó la consistencia conceptual de la tabla ampliada para asegurar su fidelidad al modelo original y su aplicabilidad al contexto del pádel.

Resultados

La adaptación al pádel del Espectro de Estilos de Enseñanza presentada en este trabajo se fundamentó en la necesidad de ofrecer un recurso visual y operativo que vincule los principios teóricos del modelo original con ejemplos contextualizados en la práctica del pádel. Dicha adaptación mantiene la estructura y la secuencia de los once estilos, respetando el continuo entre los enfoques centrados en el docente (reproducción) y los centrados en el alumno (producción), tal como fue formulado por Mosston y Ashworth (Mosston & Ashworth, 2002) y actualizado por Scott (Scott, 2022).

La tabla resultante (Tabla 1) conservó los componentes esenciales del espectro —Interacción docente–alumno, Rol del docente y del alumno, Fase de impacto (Planificación, Ejecución, Evaluación), y Ejemplo práctico—, pero incorporó dos nuevas columnas: objetivo pedagógico principal, y enfoque pedagógico predominante.

Tabla 1. Recurso pedagógico para entrenadores y docentes en pádel, adaptado de Mosston y Ashworth (2002) y Scott (2022).

Centrado en	El alumno	Estilo	Interacción docente-alumno	Ejemplo en pádel	Rol del docente	Rol del alumno	Planificación	Ejecución	Evaluación	Objetivo pedagógico principal	Enfoque pedagógico predominante
Mas centrado en el docente		A	Mando directo El docente toma todas las decisiones y dirige la enseñanza; el alumno copia y cumple con las decisiones e instrucciones.	El entrenador muestra cómo ejecutar una bandeja y los jugadores la repiten exactamente.	Instruir, demostrar, dirigir.	Repetir, copiar, obedecer.	Entrenador	Entrenador	Entrenador	Adquirir precisión técnica y uniformidad en la ejecución.	Conductista
	R	B	Práctica El docente diseña tareas y oportunidades de aprendizaje y dirige/muestra al alumno sobre cómo realizarlas. El alumno las realiza a su ritmo y el entrenador proporciona feedback.	Circuito técnico con estaciones (control de empuñadura, perfeccionamiento del punto de contacto, práctica de bandeja a la esquina).	Organizar, observar, dar feedback.	Practicar, repetir, autoajustar.	Entrenador	Alumno	Entrenador	Consolidar habilidades técnicas mediante repetición y autoajuste.	Conductista
	R	C	Enseñanza recíproca El docente diseña tareas. Los alumnos trabajan en parejas y se intercambian feedback para facilitar el aprendizaje. El docente proporciona puntos de referencia para el feedback.	Un jugador realiza voleas de revés y el compañero evalúa con hoja de criterios.	Facilitar, guiar la observación.	Ejecutar / observar, ofrecer feedback.	Entrenador	Alumno (traje)	Alumno (observa)	Fomentar la comunicación, la observación y la evaluación entre pares.	Conductista / Cognitivista
	O	D	Autoevaluación El alumno compara su rendimiento con criterios dados.	El jugador evalúa su precisión en globos de derecha con una hoja de control.	Proporcionar criterios claros.	Autoevaluar, reflexionar.	Entrenador	Alumno	Alumno	Desarrollar autonomía básica y autoevaluación técnica.	Cognitivista
	E	E	Inclusión El docente propone algunas tareas. El alumno elige la tarea más adecuada a su nivel y/o motivación y de manera independiente comprueba su propio trabajo.	El alumno escoge hacer renates desde distintas distancias de golpeo.	Ofrecer opciones y asegurar participación.	Elegir la tarea y ejecutar.	Entrenador	Alumno	Alumno	Promover la participación inclusiva y la autorregulación.	Cognitivista / Humanista
UMBRAL DE DESCUBRIMIENTO											

Continuación tabla 1

Contrato en el alumno	Estilo	Interacción docente-alumno	Ejemplo en pádel	Rol del docente	Rol del alumno	Planificación	Ejecución	Evaluación	Objetivo pedagógico principal	Enfoque pedagógico predominante
P	F	Descubrimiento guiado	El docente formula preguntas que conducen a un objetivo. Al ir respondiendo, los alumnos entienden el concepto.	¿Qué puedes hacer para mantener la red cuando el rival te tira un globo un poco largo?"	Preguntar, guiar, estimular el razonamiento.	Entrenador	Entrenador / Alumno	Entrenador / Alumno	Comprender principios tácticos mediante el razonamiento guiado.	Constructivista
	G	Descubrimiento convergente	El docente propone problemas. El problema tiene una solución óptima.	¿Cuál es la mejor posición de la pareja cuando el rival golpea desde la esquina?"	Guiar el pensamiento lógico.	Entrenador	Entrenador / Alumno	Alumno / Entrenador	Desarrollar pensamiento táctico y toma de decisiones óptimas.	Constructivista
	H	Descubrimiento divergente	El problema admite múltiples soluciones válidas.	¿Qué formas existen de ganar la red?"	Estimular la creatividad.	Entrenador	Alumno / Entrenador	Alumno / Entrenador	Fomentar la creatividad, la innovación y la adaptabilidad táctica.	Constructivista / Socioconstructivista
	I	Diseño del alumno	El docente define el tema, el alumno diseña actividades.	Tema: "Juego en la red". Los jugadores crean sus propias tareas para mejorar coordinación	Asesorar, orientar, garantizar seguridad.	Entrenador	Alumno	Alumno	Potenciar la autonomía, la planificación y la autorregulación del aprendizaje.	Humanista / Socioconstructivista
	J	Iniciativa del alumno	El alumno decide que aprender y cómo.	El jugador decide trabajar su globo y solicita al entrenador tareas específicas para mejorarlo.	Apoyar, facilitar recursos.	Alumno	Alumno / Entrenador	Alumno / Entrenador	Desarrollar la autoeficacia y la responsabilidad en el aprendizaje.	Humanista
C	K	Autoenseñanza	El aprendizaje es completamente autónomo.	El jugador analiza videos de sus partidos y entrena por su cuenta con objetivos personales.	Ninguno (solo si se solicita).	Alumno	Alumno	Alumno	Fomentar la autorrealización y el aprendizaje autodeterminado.	Humanista

Más centrado en el alumno

Discusión

La presente propuesta amplía el marco conceptual del Espectro de Estilos de Enseñanza desarrollado por Mosston y Ashworth (Mosston & Ashworth, 2002), integrando su estructura secuencial con una doble dimensión analítica —objetivo pedagógico principal y enfoque pedagógico predominante— que permite una lectura más completa del proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta ampliación no pretende modificar el modelo original, sino ofrecer una herramienta de interpretación que conecte las decisiones pedagógicas con las teorías contemporáneas del aprendizaje.

Aplicaciones prácticas en docencia y entrenamiento

Desde un punto de vista aplicado, el recurso propuesto ofrece a entrenadores y docentes una guía para seleccionar y combinar estilos de enseñanza según los objetivos de aprendizaje. En el contexto del entrenamiento padelístico, esta adaptación permite planificar sesiones que combinen momentos de instrucción directa con tareas de descubrimiento guiado y de autonomía progresiva del jugador, facilitando la transición desde enfoques más directivos hacia otros centrados en la comprensión del juego. Un trabajo reciente en el pádel ejemplificó cómo un enfoque centrado en la dinámica ecológica y en la pedagogía no lineal puede aplicarse en el desarrollo de los principios estratégicos de la modalidad (Conde-Ripoll et al., 2024).

Recientemente se ha discutido cómo el uso del juego y la instrucción directa pueden combinarse dentro del Espectro (SueSee & Pill, 2021).

En el ámbito universitario o en la formación de entrenadores, esta adaptación puede servir como herramienta reflexiva para que futuros profesionales identifiquen sus inclinaciones pedagógicas y diversifiquen sus estrategias. En este sentido, se ha argumentado que en ambientes centrados en el alumno, el docente actúa como facilitador, potenciando la autonomía y la percepción de competencia del estudiante (Goodyear & Dudley, 2015).

En otro deporte como es el caso del fútbol, se ha analizado cómo los entrenadores distribuyen tareas de entrenamiento y comportamiento instructivo, encontrando que predominan tareas menos representativas y altos niveles de instrucción (Ford et al., 2010). A su vez, en este mismo deporte, un enfoque ecológico centrado en el descubrimiento de soluciones funcionales se ha aplicado con éxito. El uso de juegos reducidos y manipulados (dimensiones del campo, número de jugadores, reglas para la circulación del balón) se ha descrito como una forma de promover patrones de coordinación adaptativa y una lectura más rica del juego, respetando las interdependencias

entre técnica y táctica (Davids et al., 2013). Esto sugiere que una planificación consciente del estilo de enseñanza podría mejorar la alineación entre las tareas y los objetivos de aprendizaje.

Coherencia con la pedagogía contemporánea del deporte

La estructura secuencial del Espectro —desde los estilos centrados en la reproducción hacia los orientados a la producción— encuentra respaldo en la literatura pedagógica que vincula los estilos de descubrimiento con enfoques constructivistas (Byra, 2009). Los estilos iniciales (A–E) pueden entenderse en términos congruentes con paradigmas más directivos (conductistas), mientras que el resto de estilos (F–K) enfatizan la exploración, la reflexión y la autonomía del alumno, en línea con una interpretación moderna del modelo.

Esta progresión está en consonancia con la evolución hacia modelos de enseñanza deportiva que priorizan la comprensión del juego. Por ejemplo, el enfoque Teaching Games for Understanding y la perspectiva de aprendizaje situado han sido promovidos como marcos pedagógicos que favorecen la transición desde enfoques directivos hacia métodos más centrados en el alumno (Harvey & Jarrett, 2014; Kirk & MacPhail, 2002). En esta misma línea, Positive Pedagogy propone un marco de enseñanza donde el entrenador adopta el rol de mediador del aprendizaje, fomentando la colaboración y la creatividad del deportista (Light & Harvey, 2017)

De forma convergente, se ha integrado el Spectrum of Teaching Styles con los enfoques basados en el juego, mostrando que ambos comparten principios sobre la progresión del control pedagógico y el desarrollo de la autonomía del jugador (Pill et al., 2024). En conjunto, esta adaptación posiciona el Espectro como un marco pedagógico actual para el pádel, que comparte las características de cooperación-oposición propias de otros deportes colectivos, integrando la instrucción y el descubrimiento en un proceso formativo orientado a la autonomía del jugador.

En resumen, la literatura apunta a una transición progresiva, aunque no uniforme, desde los enfoques tradicionales —centrados en el mando, la reproducción de modelos técnicos y tareas aisladas— hacia un paradigma de formación situado, contextualizado y sensible a las restricciones (Bromilow et al., 2025).

Limitaciones y futuras líneas de trabajo

El carácter conceptual de la propuesta constituye su principal limitación: no se aportan datos de validación empírica. Futuros estudios deberían valorar su validez y utilidad mediante (i) juicio de expertos (p. ej.,

métodos Delphi) para consensuar la intencionalidad pedagógica por estilo; y (ii) aplicaciones formativo-experimentales en programas de formación de entrenadores y en contextos de entrenamiento, incorporando indicadores de aprendizaje (técnicos, tácticos y de autonomía) y criterios de evaluación alineados con cada estilo. La exploración en otros deportes colectivos permitirá, además, ajustar la transferibilidad de la tabla y afinar su estructura.

Conclusiones

La adaptación del Espectro de Estilos de Enseñanza al pádel presentada en este trabajo ofrece una herramienta teórico-práctica para comprender y planificar el proceso de enseñanza en este deporte. Al incorporar las dimensiones de objetivo pedagógico principal y enfoque pedagógico predominante, se facilita la interpretación del papel que desempeñan el entrenador y el alumno a lo largo del continuo entre estilos de reproducción y de producción.

Este recurso puede emplearse en la formación de entrenadores y docentes como guía para reflexionar sobre la propia práctica y diversificar las estrategias de enseñanza, promoviendo un aprendizaje más consciente y autónomo.

En conjunto, este trabajo refuerza el valor de los estilos de enseñanza como marco pedagógico flexible y adaptable a las demandas del pádel contemporáneo.

Referencias bibliográficas

- Bromilow, L., Milne, N., Woods, C. T., Dowsett, C. K., & Keogh, J. W. L. (2025). The Effectiveness of Linear and Nonlinear Pedagogical Approaches in Team-Invasion Ball Sports: A Systematic Review. *Sports Medicine - Open*, 11(1), 90. <https://doi.org/10.1186/s40798-025-00893-y>
- Byra, M. (2009). Teaching Styles and Inclusive Pedagogies. In *Handbook of Physical Education*. SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781848608009.n25>
- Casey, A., & MacPhail, A. (2018). Adopting a models-based approach to teaching physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(3), 294–310. <https://doi.org/10.1080/17408989.2018.1429588>
- Chatoupis, C. (2018). Physical Education Teachers' Use of Mosston and Ashworth's Teaching Styles: A Literature Review. *The Physical Educator*,

- 75(5). <https://doi.org/10.18666/TPE-2018-V75-I5-8292>
- Chatoupis, C., & Vagenas, G. (2018). Effectiveness of the Practice Style and Reciprocal Style of Teaching: A Meta-Analysis. *The Physical Educator*, 75(2). <https://doi.org/10.18666/TPE-2018-V75-I2-7920>
- Chow, J. Y., Davids, K., Button, C., & Renshaw, I. (2021). *Nonlinear Pedagogy in Skill Acquisition: An Introduction* (2nd edn). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003247456>
- Conde-Ripoll, R., Caldeira, P., Sánchez-Alcaraz, B. J., Muñoz, D., Bustamante-Sánchez, Á., & Escudero-Tena, A. (2024). Strategic Excellence in Padel: Design and Validation of Key Tactical Principles. *Applied Sciences*, 14(22), 10094. <https://doi.org/10.3390/app142210094>
- Davids, K., Araújo, D., Vilar, L., Renshaw, I., & Pinder, R. (2013). An ecological dynamics approach to skill acquisition: Implications for development of talent in sport. *Talent Development & Excellence*, 5(1), 21–34.
- Diloy-Peña, S., Sevil-Serrano, J., Abós, Á., Sanz-Remacha, M., & García-González, L. (2022). Diferencias entre el modelo técnico-tradicional y el modelo comprensivo en la motivación y compromiso de jóvenes deportistas: Un estudio transversal. *Retos*, 44, 421–432. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.88787>
- Ford, P. R., Yates, I., & Williams, A. M. (2010). An analysis of practice activities and instructional behaviours used by youth soccer coaches during practice: Exploring the link between science and application. *Journal of Sports Sciences*, 28(5), 483–495. <https://doi.org/10.1080/02640410903582750>
- Goldberger, M., Ashworth, S., & Byra, M. (2012). Spectrum of Teaching Styles Retrospective 2012. *Quest*, 64, 268–282. <https://doi.org/10.1080/00336297.2012.706883>
- Goodyear, V., & Dudley, D. (2015). “I’m a Facilitator of Learning!” Understanding What Teachers and Students Do Within Student-Centered Physical Education Models. *Quest*, 67(3), 274–289. <https://doi.org/10.1080/00336297.2015.1051236>
- Guamán Gómez, V. J., Espinoza Freire, E. E., & Herrera Martínez, L. (2020). Fundamentos psicológicos de la actividad pedagógica. *Conrado*, 16(73), 303–311.
- Harvey, S., & Jarrett, K. (2014). A review of the game-centred approaches to teaching and coaching literature since 2006. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(3), 278–300. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.754005>
- International Padel Federation. (2024). *World padel report*.
- Kirk, D., & MacPhail, A. (2002). Teaching Games for Understanding and Situated Learning: Rethinking the Bunker-Thorp Model. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(2), 177–192. <https://doi.org/10.1123/jtpe.21.2.177>

- Light, R. L., & Harvey, S. (2017). Positive Pedagogy for sport coaching. *Sport, Education and Society*, 22(2), 271–287.
<https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1015977>
- Metzler, M. (2017). *Instructional Models in Physical Education* (3rd edn). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315213521>
- Monacis, D., Latino, F., d'Arando, C., Bibba, M., Annoscia, S., Pascali, G., Sannicandro, I., & Colella, D. (2024). Analysis of self-perceived use of spectrum of teaching styles in Italian physical education teachers. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1397511.
<https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1397511>
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2002). *Teaching Physical Education*. B. Cummings.
- Okwara, V., & Adebola, O. O. (2024). Exemplification learning in the classroom. *Open Books and Proceedings*, 114–120. <https://doi.org/10.38140/obp1-2024-16>
- Oliveira, A. W., & Brown, A. O. (2016). Exemplification in science instruction: Teaching and learning through examples. *Journal of Research in Science Teaching*, 53(5), 737–767. <https://doi.org/10.1002/tea.21319>
- Pill, S., Hewitt, M., & Edwards, K. (2016). Exploring Tennis Coaches' Insights in Relation to Their Teaching Styles. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 3(102), 30–43. <https://doi.org/10.33607/bjshs.v3i102.63>
- Pill, S., SueSee, B., & Davies, M. (2024). The Spectrum of Teaching Styles and models-based practice for physical education. *European Physical Education Review*, 30(1), 142–155.
<https://doi.org/10.1177/1356336X231189146>
- Scott, J. (2022). *Scott's Spectrum of Teaching Styles Resource (Modified from Mosston and Ashworth, 2002)*.
https://www.researchgate.net/publication/362172613_Scott's_Spectrum_of_Teaching_Styles_Resource_Modified_from_Mosston_and_Ashworth_2002
- Sicilia, Á., & Delgado, M. Á. (2002). *Educación física y estilos de enseñanza: Análisis de la participación del alumnado desde un modelo socio-cultural del conocimiento escolar*. INDE Publicaciones.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=243872>
- Singer, R. N. (2000). Performance and human factors: Considerations about cognition and attention for self-paced and externally-paced events. *Ergonomics*, 43(10), 1661–1680.
<https://doi.org/10.1080/001401300750004078>
- SueSee, B., & Pill, S. (2021). Game-Based and Direct Instruction Coaching Through a Spectrum of Teaching Styles Lens. In *The Spectrum of Sport Coaching Styles*. Routledge. 10.4324/9781003041443-16

- Van Merriënboer, J. J. G., & de Bruin, A. B. H. (2014). Research Paradigms and Perspectives on Learning. In J. M. Spector, M. D. Merrill, J. Elen, & M. J. Bishop (Eds), *Handbook of Research on Educational Communications and Technology* (pp. 21–29). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3185-5_2