



Emocions en funció del tipus de tasca motriu, experiència esportiva i gènere

Joana Niubò-Solé^{1*}, Pere Lavega-Burgués² i Pedro Sáenz-López³

¹ INS Quercus. Barcelona (Espanya).

² Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (INEFC), Universitat de Lleida (UdL), Lleida (Espanya).

³ Facultat d'Educació, Psicologia i Ciències de l'Esport. Huelva (Espanya).

Citació

Niubò-Solé, J., Lavega-Burgués, P., & Sáenz-López, P. (2022). Emotions According to Type of Motor Task, Sports and Gender Experience. *Apunts Educación Física y Deportes*, 148. 26-33. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2022/2\).148.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2022/2).148.04)

Editat per:

© Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Institut Nacional d'Educació
Física de Catalunya (INEFC)

ISSN: 2014-0983

*Correspondència:

Joana Niubó
joana.niubo.sole@gmail.com

Secció:

Educació física

Idioma de l'original:

Castellà

Rebut:

15 de juliol del 2021

Acceptat:

25 de novembre del 2021

Publicat:

1 d'abril del 2022

Coberta:

2022 ONU any
Internacional del
Desenvolupament
Sostenible de
les Muntanyes.
Tirol (Àustria)
@Adobe Stock

Resum

L'activitat física en general i el joc motor en particular són un marc idoni per originar experiències emocionals de gran valor educatiu. Sobre els fonaments teòrics de la praxiologia motriu i el model d'educació emocional de Bisquerra i Lazarus, es va pretendre conèixer quines emocions susciten diferents tipus de jocs motors (dominis d'acció motriu). A més, es va pretendre conèixer si l'experiència esportiva i el gènere són factors determinants en l'expressió d'aquestes emocions. Amb aquest objectiu, es va dissenyar un estudi amb 69 alumnes universitaris, en el qual se'ls va donar una formació teoricopràctica relacionada amb les emocions per, posteriorment, realitzar diferents activitats físiques i valorar les emocions que susciten, amb el qüestionari *Games and Emotion Scale* (GES). Els resultats van mostrar que les activitats fisicoesportives generen emocions positives més intenses que ambigües o negatives, i que les activitats sociomotrius desencadenen, en general, més intensitat en les emocions que les activitats psicomotrius. Les persones amb experiència esportiva expressen amb més intensitat les emocions positives i les ambigües, i els homes expressen amb més intensitat les emocions positives que les dones.

Paraules clau: activitat física, consciència emocional, conducta motriu, dominis d'acció motriu, educació emocional, praxiologia motriu.

Introducció

Els éssers humans vivim, sentim i ens emocionem amb el que succeeix al nostre voltant. La realització de pràctiques físiques és un moment especial en què el nostre organisme, immers en l'activitat, percep, rep, inventa, reproduïx, aprèn i, entre altres moltes coses, s'emociona. Són moltes les emocions o sensacions que s'experimenten a través de les pràctiques físiques (Lagardera, 1999) i comencem a tenir alguns coneixements sobre elles en el camp educatiu. Per saber el que sentim i el que experimentem en cada moment de la nostra existència hem de fer un treball determinat, ja que cal aprendre a identificar-ho i reconèixer-ho (Bisquerra i Pérez, 2007 i Bisquerra 2018).

La identificació i el reconeixement de les diferents emocions que es perceben en cadascun dels dominis d'acció motriu poden ser de gran utilitat per a educadors, tècnics esportius i professionals del món de l'activitat física que han de desenvolupar les competències emocionals (Lagardera, 1999; Lavega et al., 2011). El desenvolupament d'aquestes competències en l'àmbit educatiu és, ara mateix, una necessitat social (Bisquerra i Pérez, 2007, Bisquerra, 2018; Mestre i Fernández, 2007; Sáenz-López, 2020). L'activitat física i, en conseqüència, l'Educació Física (EF) poden contribuir a l'aprenentatge del control i a la regulació de les emocions (Lagardera, 1999), com també influir en les conductes saludables de les persones, ja que, per crear adherència a la pràctica, cal assegurar-se que les pràctiques realitzades són satisfactòries i percebudes com quelcom divertit i motivador (Moreno i Hellín, 2007).

Cada família de pràctiques motrius o domini d'acció motriu activa diferents experiències motrius, associades a la vivència de relacions, aprenentatges i processos singulars, que originaran conseqüències diferents en els seus protagonistes. Per això, en funció dels objectius pedagògics plantejats, serà molt útil saber quin és el domini d'acció motriu més favorable per activar les emocions positives, reduir les emocions negatives o orientar en sentit positiu les emocions ambigües (Duran i Costes, 2018; Falcón et al., 2020; Gil-Madrona et al., 2020; Lavega et al., 2013b; Lavega et al., 2011; Miralles et al., 2017). En aquest sentit, el mestre, entrenador o professor d'EF hauria de tenir coneixements suficients per poder planificar amb criteri el conjunt d'experiències motrius que s'han de proposar als alumnes, com també ser capaç d'identificar el que senten, el que viuen i com s'emocionen.

L'estudi del tipus i intensitat de les emocions que susciten les diferents pràctiques esportives és una línia de treball que ha mostrat proves científiques i orientacions educatives sobre com i quines pràctiques hem de programar en funció de la nostra intencionalitat (Alonso et al., 2019, Alonso et al., 2013; Duran i Costes,

2018; Lavega et al., 2013a; Lavega et al., 2013b; Lavega et al., 2011; Miralles et al., 2017). S'ha demostrat que les variables gènere i historial esportiu poden influir en el goig i el gaudiment de la pràctica, la qual cosa posa en relleu que, en les activitats de cooperació, les dones assoleixen valors més intensos d'alegria que els homes (Duran i Costes, 2018; Duran et al., 2014). A més, expressen de manera diferent dels homes les emocions ambigües (Lavega et al., 2011). En relació amb els jocs competitius, els homes assoleixen valors més intensos en les emocions negatives, i el fet de tenir experiència esportiva és un factor que afecta les emocions suscidades pels homes, intensificant les negatives (Duran i Costes, 2018; Duran et al., 2014; Sáez de Ocáriz et al., 2014).

Un altre aspecte important que revelen aquests estudis és que les activitats sociomotrius intensifiquen les emocions suscidades i els jocs cooperatius, en especial les emocions positives (Falcón et al., 2020; Gil-Madrona et al., 2020; Lavega et al., 2013b; Lavega et al., 2011; Miralles et al., 2017; Muñoz-Arroyave et al., 2020) en comparació amb les psicomotrius, que susciten menys intensitat d'emocions positives (Falcón et al., 2020); això revela que el component companys i adversaris i la relació amb ells és un factor de gran influència en la vivència de la pràctica.

Aquestes dades són d'interès a l'hora de programar i gestionar les activitats plantejades en els nostres grups, ja que, si volem proporcionar experiències positives, cal prendre decisions correctes.

Sobre la base d'aquest plantejament, des de la praxiologia motriu i els fonaments sobre educació emocional del model de Bisquerra (2018) i Lazarus (1991), aquest estudi va plantejar els objectius següents:

L'objectiu principal va ser determinar amb exactitud quins dominis d'acció motriu van suscitar amb més o menys intensitat els diferents tipus d'emocions, i si hi va haver diferències entre les activitats sociomotrius i psicomotrius. A més, es va voler esbrinar si existien diferències entre els participants amb experiència esportiva i sense experiència esportiva, i si el fet de tenir antecedents en un domini o un altre, o tenir més o menys anys d'experiència esportiva, tenia també alguna relació a l'hora de determinar la intensitat de les emocions en les diferents pràctiques físiques. Finalment, es va analitzar si el gènere va ser un factor decisiu a l'hora de sentir les emocions en les diferents pràctiques motrius.

Partint d'estudis anteriors (Alonso et al., 2019; Duran et al., 2014; Falcón et al., 2020; Lavega et al. 2013b; Lavega et al. 2013a; Lavega et al. 2011; Miralles et al. 2017; Muñoz-Arroyave et al., 2020; Pic et al., 2019), les hipòtesis plantejades van ser: a priori, que la pràctica de diferents situacions motrius suscitaria en els participants

més intensitat en emocions positives que en negatives i en ambigües. Que en cadascun dels dominis d'acció motriu se sentirien els diferents tipus d'emocions de manera diferent. Pel que fa a l'història esportiva, prediguérem que hi hauria diferències entre els participants que tenien experiència esportiva, que tendirien a expressar més intensitat en les emocions respecte als que no comptaven amb aquest història esportiva. Finalment, en relació amb el gènere, es va predir que se sentirien tant la intensitat com el tipus d'emocions de manera similar i que potser hi hauria diferència en alguns dominis d'acció motriu en concret.

Metodologia

Participants

Els participants van ser un grup d'alumnes universitaris d'Educació Infantil i dos grups d'alumnes de Magisteri d'Educació Física (69 en total), amb una mitjana d'edat de 20.13 anys ($DT = 3.9$). Van participar 27 dones i 42 homes, un 82.2 % dels quals disposava d'experiència esportiva; les seves pràctiques consisteixen en un 36.8 % en esports o activitats psicomotrius i en un 63.2 % en esports sociomotrius.

Els grups van ser seleccionats per conveniència aprofitant que es realitzaven sessions pràctiques d'activitat física a la Universitat. Els participants van ser informats amb temps dels objectius i del procediment de la investigació, i signaren un consentiment informat dissenyat segons les disposicions ètiques de la Declaració de Hèlsinki (2013).

Instruments i procediment

Per portar a terme la investigació, es va impartir en primer lloc una formació a l'alumnat per passar posteriorment a la realització del qüestionari GES (Lavega et al., 2013a) amb criteris comuns.

Formació de l'alumnat sobre emocions

Els investigadors van impartir una sessió formativa amb l'objectiu que l'alumnat aprengués a identificar, reconèixer i expressar les emocions presentades pel model de Bisquerra (2018) i Lazarus (1991) i els diferents grups en què es classifiquen. En aquesta sessió, es van explicar els continguts teòrics, la definició d'emoció, les dimensions i les funcions. A continuació, es van plantejar situacions hipotètiques on l'alumnat havia de pensar què sentiria

en cadascuna d'elles. Es van definir les emocions i els conceptes per tenir els mateixos criteris de significat davant cadascuna d'elles. Finalment, es va realitzar una part pràctica on, a través de diferents activitats d'expressió corporal, es van treballar les diferents emocions, les seves característiques gestuals i expressives, i la seva expressió amb diferents intensitats.

Simulació d'obtenció de dades

A continuació, es va passar a la simulació d'obtenció de dades a través del qüestionari GES per mesurar la intensitat i identificar les causes del tipus d'emocions que es desencadenen en diferents situacions motrius plantejades. L'alumnat havia de puntuar cada emoció i cada pràctica realitzada (en funció del domini al qual pertanyin) amb un número del 0 al 10 segons la intensitat amb la qual havia percebut l'emoció. Posteriorment es van comentar els resultats per ajustar idees i aclarir conceptes.

Obtenció de dades

En aquesta darrera fase, l'alumnat va complimentar el qüestionari GES en les sessions d'activitat física programada, seleccionant les activitats en funció del domini d'acció motriu. Aquesta tercera fase es va realitzar tantes vegades com va ser necessari per obtenir informació suficient d'activitats de cadascun dels dominis.

Anàlisi de les dades

La coherència interna del qüestionari va ser mesurada per Lavega et al. (2013a) a través de l'alfa de Cronbach, i es van obtenir els següents valors: $n = 271$; $\alpha = .92$. Els resultats van ser molt similars per a cada tipus d'emocions positives ($\alpha = .93$), negatives ($\alpha = .90$) i ambigües ($\alpha = .95$).

Per analitzar les dades, es va fer servir el programa SPSS 17.0. En primer lloc, es va realitzar un estudi descriptiu mitjançant la recodificació de les variables atenent el criteri de classificació de les emocions de Bisquerra (2018). Van resultar tres categories de variables dependents (positives, negatives i ambigües) per cadascun dels dominis analitzats (col·laboració, oposició, col·laboració-oposició i psicomotriu), a més de tres noves variables d'emocions positives, negatives i ambigües sense distinció de domini, una recodificació de la mitjana de cadascuna de les emocions per separat, i una recodificació de les emocions positives, negatives i ambigües en funció d'activitats psicomotrius i sociomotrius. Es va realitzar una anàlisi inferencial basada en les proves no paramètriques W de Kendall, Mann Whitney i Kruskals Wallis amb $p < .05$ per creuar les variables.

Resultats

Respecte a la intensitat del tipus d'emocions, els resultats van mostrar diferències significatives segons la prova W de Kendall ($\chi^2 = 116\,623$, $gl = 2$, $p < .05$). Les emocions positives van ser més intenses que les negatives i que les ambigües.

En relació amb el comportament de cadascuna de les tretze emocions per separat, observarem que l'emoció que es va donar amb més intensitat va ser l'alegria, seguida de l'humor, la felicitat i l'amor, que té uns valors relativament baixos en comparació amb les emocions del mateix grup. En les negatives, l'emoció que es va donar amb més intensitat va ser l'ansietat, i la que menys, el rebuig. Pel que fa a les emocions ambigües, les més sentides van ser l'esperança, després la sorpresa, i finalment la compassió, com podem observar a la Figura 1.

Si observem la Figura 2, en relació amb els dominis d'acció motriu, destaquem que la mitjana més alta en relació amb les emocions positives va ser la del de col·laboració-oposició, seguit per les activitats d'oposició, les de

col·laboració i, finalment, les psicomotrius. La relació més baixa d'emocions negatives es va donar en les activitats de col·laboració, seguides de les d'activitats psicomotrius, les de col·laboració-oposició i, finalment, les d'oposició. Les emocions ambigües es van donar amb més intensitat en les activitats de col·laboració-oposició, després les d'oposició, les de col·laboració i, finalment, les psicomotrius.

Si comparem els quatre dominis analitzats en funció dels tres tipus d'emocions utilitzant la prova de W de Kendall, comprovem que hi hagueren diferències en tots els casos: en les positives, $\chi = 79\,824$ i $gl = 3$; en les negatives, $\chi^2 = 9\,529$ i $gl = 3$; i, en les ambigües, $\chi^2 = 33\,861$, $gl = 3$ amb $p < .05$ en tots els casos.

Si atenem el criteri de relació amb els altres i dividim les activitats en sociomotrius i psicomotrius, les dades presentaren diferències significatives pel que fa a la intensitat de les emocions positives i ambigües (W de Kendall, $\chi = 37.69$ $gl = 1$ en les positives i $\chi = 6.78$ $gl = 1$ amb $p < .05$), però no en les negatives ($\chi = 2.86$ $g = 1$ $p = .091$).

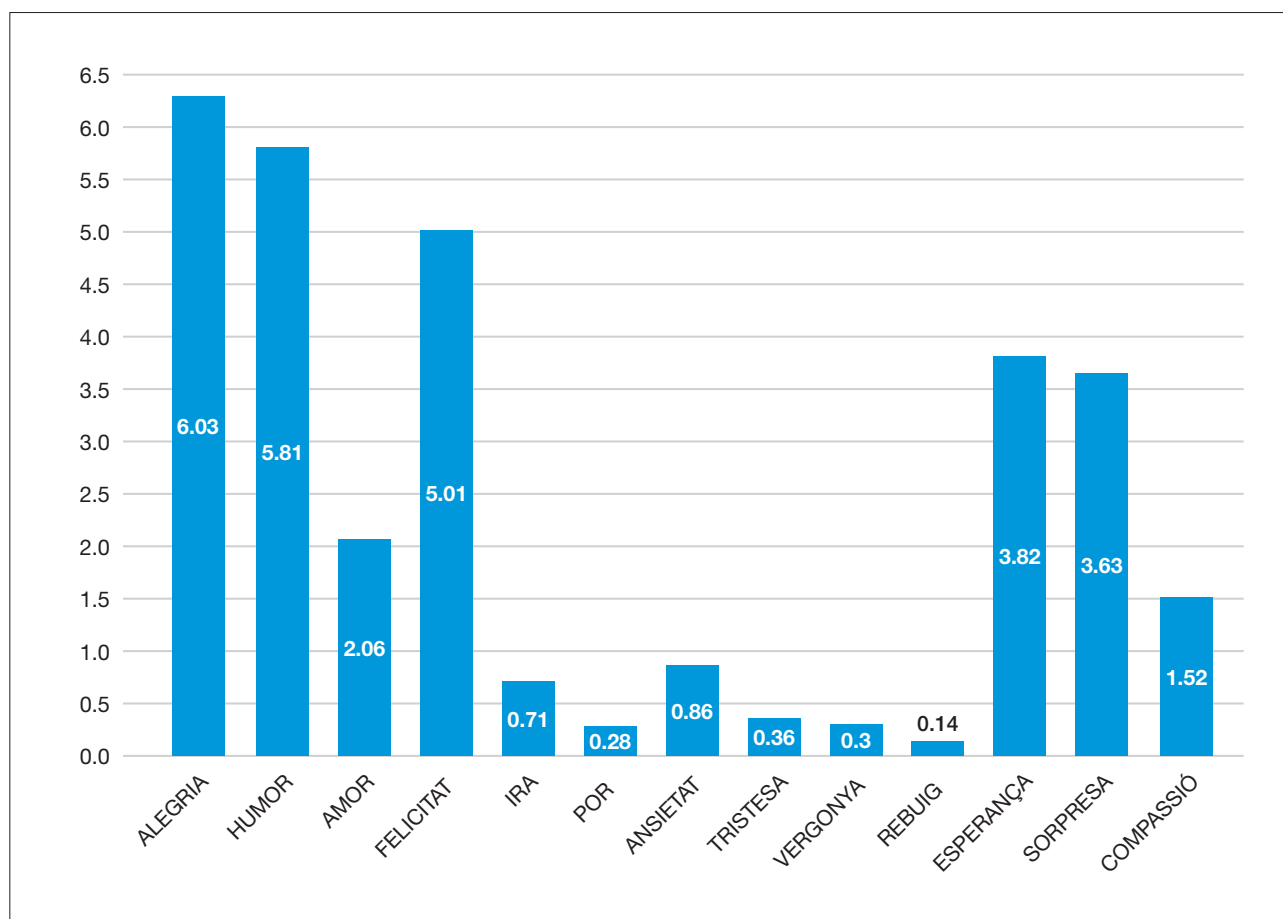
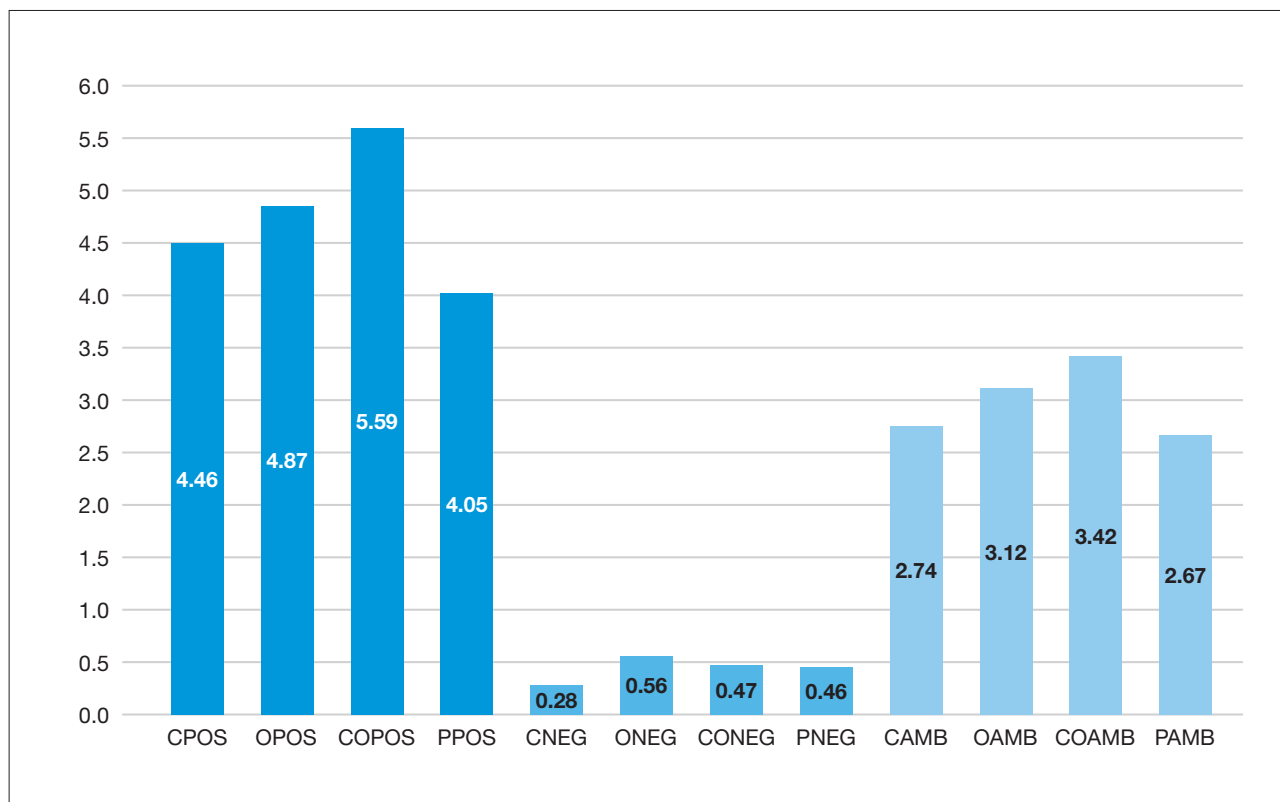


Figura 1
Mitjanes d'intensitat de les emocions.

**Figura 2**

Mitjanes d'intensitat d'emocions en funció del domini d'acció.

C = Col·laboració; POS = Positives; O = Oposició; NEG = Negatives; P = Psicomotrius; AMB = Ambigües; CO = Col·laboració-oposició

En relació amb la variable historial esportiu, i atenent les hipòtesis plantejades, observem que, en general, sí hi ha diferències a l'hora de percebre la intensitat de les emocions entre els participants que tenien experiència esportiva i els que no, en les emocions positives i les ambigües (Taula 1): els que sí tenien experiència esportiva van presentar intensitats més altes que els que no l'havien tingut.

Taula 1

Prova de Mann-Whitney per a l'historial esportiu.

	POSITIVES	NEGATIVES	AMBIGÜES
U de Mann-Whitney	161.5	269.5	178.5
Sig. asintòt. (bilateral)	.004	.250	.010

$n_1 = 57$ $n_2 = 12$, $*p < .05$

Si analitzem la relació dels participants amb l'experiència esportiva, no es van trobar diferències en funció del domini de la pràctica esportiva realitzada (psicomotriu o sociomotriu) utilitzant la mateixa prova de Mann Whitney, com tampoc en funció de si la pràctica realitzada era d'oci, competició o rendiment segons la prova de Krustalls Wallis ANOVA. En aquest darrer apartat, tampoc es van trobar diferències segons les categories establertes en funció dels anys i hores que fa que es practica l'activitat.

En relació amb el gènere, es van trobar diferències en la intensitat de les emocions positives: les intensitats percebudes per als homes van ser més altes que les de les dones.

Es va observar que, en algunes categories i grups d'emocions, concretament en les de col·laboració positives (CPOS), oposició positives (OPOS), oposició negatives (ONEG), col·laboració-oposició positives (COPOS) i psicomotrius positives (PPOS), existien diferències significatives pel que fa a la intensitat de les emocions (Taula 2). En tots els casos, van ser els homes els que van tenir els valors més alts.

Taula 2*Intensitats de les emocions en funció del domini.*

	CPOS	OPOS	ONEG	COPOS	PPOS
U de Mann-Whitney	244	225	398	331	287
Sig. asintót. (bilateral)	< .001	< .001	.035	.004	.001

 $n_1 = 42$ $n_2 = 27$, * $p < .05$

Discussió

L'objectiu principal de la investigació va ser determinar amb exactitud quins dominis d'acció motriu susciten amb més i menys intensitat els diferents tipus d'emocions, i si hi hagueren diferències entre les activitats sociomotrius i psicomotrius. També es va analitzar si van existir diferències entre els participants amb experiència esportiva i sense experiència esportiva, i si les característiques d'aquests antecedents tenien alguna relació amb la intensitat de les emocions en les diferents pràctiques físiques. Es va analitzar si el gènere era un factor decisiu a l'hora de percebre les emocions.

Les activitats físiques i esportives generen emocions positives més intenses que les negatives i ambigües. Aquesta afirmació es confirma amb els estudis ja realitzats sobre emocions (Duran i Costes, 2018; Duran et al., 2014; Lavega et al., 2013a; Lavega et al., 2011; Miralles et al., 2017; Muñoz-Arroyave et al., 2020; Pic et al., 2019). L'exercici físic augmenta el nivell de serotonina i dopamina, neurotransmissors que afecten l'estabilitat emocional (Bisquerra, 2018), augmenten el benestar i la confiança, i milloren el benestar psicològic (Sáenz-López, 2020). Estudis sobre els motius de pràctica esportiva recullen que la recerca de diversió i plaer són dues de les coses que més es valoren a l'hora de realitzar aquesta pràctica (Moreno i Hellín, 2007); per tant, sembla lògic que aquestes activitats siguin una experiència positiva per als practicants. Des d'un punt de vista pedagògic, potenciar experiències positives durant els períodes de creixement en l'àmbit de les activitats físiques condicionarà la pràctica física realitzada en l'edat adulta (Moreno i Hellín, 2007); per això ens sembla tan important.

Si analitzem com es van comportar les emocions suscitées en els diferents dominis d'acció motriu, comprovem que els resultats es van confirmar en alguns casos i diferiren dels estudis realitzats en d'altres.

En el nostre estudi, les activitats amb una intensitat més alta d'emocions positives van ser les de col·laboració-oposició, mentre que, en altres estudis, els jocs o activitats de col·laboració van ser els que presentaren més intensitat en les emocions positives (Falcón et al., 2020; Gil et al., 2020;

Lavega et al., 2013b; Lavega et al., 2011; Miralles et al., 2017). Els resultats van coincidir a l'hora de confirmar que les activitats psicomotrius són les que generaren emocions positives amb menys intensitat (Duran i Costes, 2018; Duran et al., 2014; i Lavega et al., 2011; Miralles et al., 2017). Segons Bisquerra (2018), la interacció amb les persones i l'ambient és el que ens genera les emocions, i les persones són els elements essencials; potser és aquest efecte socialitzador el que fa que sentim amb més intensitat les emocions.

Comprovem en aquest estudi i en d'altres similars que les activitats psicomotrius presenten mitjanes baixes en les emocions positives (Duran i Costes, 2018; Duran et al., 2014; Lavega et al., 2013a; Lavega et al., 2011; Miralles et al. 2017) i la segona més baixa (en aquest estudi) en les negatives, encara que aquesta última diferència no sigui representativa. Sí que ho són les dues anteriors, per la qual cosa es podria suggerir que les activitats sociomotrius acostumen a produir emocions d'una manera més intensa que les psicomotrius.

Alguns estudis confirmen que en satisfer les necessitats psicològiques bàsiques –l'autonomia, la competència i la relació amb els altres– s'aconsegueixen nivells més alts d'implicació en la tasca, d'esforç i, fins i tot, de rendiment, i es creen, així, estats de motivació intrínseca (Moreno i Hellín, 2007). Un cop més, la relació amb els altres a l'hora de fer exercici físic és un motiu realment important. En el pla pedagògic, és de gran interès i considerem de suma importància tenir en compte aquesta interacció social com a un element beneficiós, saber adequar-la als nostres objectius i reconduir-la perquè contribueixi al creixement i l'aprenentatge.

Si ens fixem en les emocions negatives, i coincidint amb algunes investigacions (Duran et al., 2014; Lavega et al., 2013a; Lavega et al., 2011), l'activitat que genera amb menys intensitat emocions negatives és la de col·laboració. Ens sembla important parar atenció a aquest punt, ja que el segon domini o el primer (Falcón et al., 2020) que provoca amb menys intensitat emocions negatives és el psicomotor. Veiem com cap dels dos dominis no té oposició; això ens fa pensar que potser l'element oposició sigui generador d'emocions negatives.

És important destacar que en aquest estudi l'alegria, l'humor i la felicitat van ser les emocions que van obtenir les mitjanes més altes de les tretze, i que, en el mateix qüestionari GES (Lavega et al., 2013a) van donar com a sinònims les paraules diversió, entusiasme, plaer, benestar, goig o satisfacció.

El simple fet de percebre emocions positives influeix en la salut de la persona; com més emocions positives sentis, millor. Lagardera (1999) afirma que les emocions condicionen les nostres tasques quotidianes, ja que generar emocions positives mitjançant l'activitat física al nostre alumnat repercuteix positivament en el seu benestar i augmenta la seva qualitat de vida.

L'alumnat que té experiència esportiva expressa amb més intensitat les emocions positives i ambigües. En estudis anteriors, es van trobar valors d'intensitats més alts a l'hora de sentir les emocions quan es comparaven els alumnes que havien practicat esports sociomotors amb els que havien practicat esports psicomotrius o no havien practicat cap esport (Lavega et al., 2011). En aquest estudi no es troben diferències entre aquesta última distinció. Si ens fixem en els valors de les emocions negatives, veurem que tots són molt baixos, ja que la mitjana més alta no supera la unitat. En aquest cas, el fet de tenir o no tenir experiència esportiva era indiferent, però difereix d'alguns estudis en què, precisament, els que tenien experiència esportiva presentaven una percepció d'emocions negatives més alta que els que no la tenien (Duran et al., 2014).

Atenent el tipus de pràctica realitzada pel que fa a competició, oci o rendiment, i els anys i hores de pràctica de l'experiència esportiva, no trobem diferències respecte a altres estudis (Duran et al., 2014 i Lavega et al., 2013b) en què l'experiència esportiva feia que se sentissin amb més intensitat les emocions negatives.

Amb relació a la variable gènere, alguns estudis van mostrar diferències en les emocions ambigües (Lavega et al., 2011), com també aquest estudi. Atenent els resultats obtinguts, apart de trobar diferències en funció del gènere i segons els diferents dominis d'activitats, es manifesta en tots els casos que en els grups d'emocions positives aquestes van ser més intenses en els homes. En els grups d'emocions ambigües també es van trobar diferències en tots els casos, tot i que no van ser significatives. Les dones només superen els homes en intensitat a l'hora de percebre les emocions en els grups d'emocions negatives i en les activitats de col·laboració i psicomotrius.

Algunes dades van indicar resultats diferents: per exemple, les pràctiques de col·laboració i psicomotrius, precisament aquelles en què no hi ha oposició, van ser les preferides per les dones (Pavón i Moreno, 2008). També es van trobar diferències en un estudi on es va manifestar que les dones preferien les activitats cooperatives a les

individuals o les situacions competitives, preferides pels homes (Ruiz et al., 2004). Les activitats psicomotrius, juntament amb les d'oposició, van ser en les que les dones perceberen les emocions negatives amb més intensitat. Val la pena comentar que alguns estudis de l'àmbit universitari com aquest detectaren més intensitat d'emocions positives en les dones en relació amb els homes en activitats de col·laboració (Duran i Costes, 2018).

Ens semblen rellevants algunes dades, com, per exemple, que les dones preferien les activitats socials, a diferència dels homes, que prioritzaven l'esport per al seu temps lliure. Així mateix, les dones s'autoqualificaven en general com a poc competents per a la pràctica en comparació amb els homes (Castillo et al. 2004 i Pavón i Moreno, 2008). També són interessants alguns estudis realitzats a Primària, en què els nens van atribuir l'experimentació d'emocions positives a elements de la lògica interna de manera generalitzada (guanyar o perdre, per exemple). En canvi, les nenes van fer comentaris relacionats amb aspectes de la lògica interna i externa. Per tant, s'atribueixen les emocions positives al fet de cooperar o riure amb els companys (Alcaraz-Muñoz, et al., 2017).

Aquests resultats reforcen les dades que confirmen que hi ha diferències entre els homes i les dones pel que fa al gaudiment de la pràctica físicoesportiva, amb un nivell superior en els homes (Castillo et al., 2004), excepte en alguns estudis i àmbits concrets (Duran i Costes, 2018).

També ens sembla rellevant, malgrat que en aquest estudi no es va tenir en compte, el fet de realitzar activitats amb o sense competició, ja que, en aquesta línia, les investigacions afirmen que les activitats sense competició augmenten les emocions positives (Duran i Costes, 2018; Lavega et al., 2011; Muñoz-Arroyave et al., 2020).

La mostra d'aquest estudi va impedir generalitzar els resultats. Aquesta descripció transversal en un context determinat ajuda a continuar discutint els resultats amb estudis similars.

Conclusions

Els diferents dominis analitzats fan emergir emocions de manera diferent i, en tots ells, les emocions que es perceben amb més intensitat són les positives. Les activitats sociomotrius presenten, en general, més intensitat en les emocions que les activitats psicomotrius.

Els participants amb experiència esportiva perceben amb més intensitat les emocions positives i les ambigües que els que no han realitzat pràctiques, independentment del tipus, àmbit i anys o hores de pràctica de l'experiència esportiva. Finalment, en relació amb el gènere, els homes expressen amb més intensitat les emocions positives que les dones.

Referències

- Alcaraz-Muñoz, V., Alonso Roque, J.I., & Yuste Lucas, J. (2017). Play in Positive: Gender and Emotions in Physical Education. *Apunts Educación Física y Deportes*, 129, 51-63. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2017/3\).129.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2017/3).129.04)
- Alonso Roque, J. I., Gea García, G., & Yuste Lucas, J.L. (2013). Formación emocional y juego en futuros docentes de Educación física. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 16(1), 97-108. <https://doi.org/10.6018/reifop.16.1.179461>
- Alonso Roque, J. I., Marín Gullén, M., Yuste, J., Lavega Burgués, P., & Gea García, G. (2019). Conciencia emocional en situaciones motrices cooperativas lúdicas y expresivas en Bachillerato: perspectiva de género. *Educatio Siglo XXI*, 37(1). <https://doi.org/10.6018/educatio.363461>
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Educación XXI, 10, 61-82.
- Bisquerra, R. (2018). *Universo de emociones*. Valencia: PalauGea comunicación.
- Castillo, I., Balaguer, I., Duda, J., & García, M.L. (2004). Factores psicosociales asociados con la participación deportiva en la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(3), 505-515. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80536310>
- Declaración de Helsinki de la AMM (2013). Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos (64 Asamblea General). Fortaleza, Brasil.
- Duran, C., & Costes, A. (2018). Efecto de los juegos motores sobre la toma de conciencia emocional. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* 18(70). <https://doi.org/10.15366/rimcafd2018.70.003>
- Duran Delgado, C., Lavega Burgués, P., Salas Santandreu, C., Tamarit, M., & Invernó i Curó, J. (2014). Educación Física emocional en adolescentes. Identificación de variables predictivas de la vivencia emocional. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 10(28), 5-18. <http://hdl.handle.net/10459.1/63126>
- Falcón Miguel, D., Castellar Otín, C., Ortega Zayas, M. A., & Pradas de la Fuente, F. (2020). Elementos de la lógica interna y externa de los juegos que explican la experiencia afectiva del alumnado de educación física en secundaria. *Publicaciones*, 50(1), 355-370. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v50i1.15991>
- Gil-Madrona, P., Pascual-Francés, L., Jordá-Éspi, A., Mujica-Johnson, F., & Fernández-Revelles, A. B. (2020). Affectivity and Motor Interaction in Popular Motor Games at School. *Apunts Educación Física y Deportes*, 139, 42-48. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2020/1\).139.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2020/1).139.06)
- Lagardera Otero, F. (1999). La lógica deportiva y las emociones. Sus implicaciones en la enseñanza. *Apunts Educación Física y Deportes*, 56, 99-107. <http://hdl.handle.net/10459.1/65402>
- Lavega, P.; Araujo, P., & Jaqueira, A. R. (2013b). Teaching motor and emotional competencies in university students. *Cultura Ciencia y Deporte*, 8(22), 5-15. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=163026245002>
- Lavega, P.; Filella, G.; Agulló, M. J.; Soldevilla, A., & March, J. (2011). Understanding emotions through games: Helping trainee teachers to make decisions. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(2), 617-640. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v9i24.1459>
- Lavega Burgués, P. March Llanes, J., & Filella Guiu, G. (2013a). Juegos deportivos y emociones. Propiedades psicométricas de la escala GES para ser aplicada en la Educación Física y el Deporte. *Revista de Investigación Educativa*, 31(1), 151-165. <https://doi.org/10.6018/rie.31.1.147821>
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotions and adaptation*. University Press.
- Mestre, J. M., & Fernández-Berrocal, P. (Coords.) (2007). *Manual de inteligencia emocional*. Madrid: Pirámide.
- Miralles Pascual, R., Filella Guiu, G., & Lavega Burgués, P. (2017). Educación física emocional a través del juego en educación primaria: ayudando a los maestros a tomar decisiones. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 88-93. <http://hdl.handle.net/10459.1/59188>
- Moreno, J.A., & Hellín, G. (2007). El interés del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria hacia la Educación Física. *REDIE, Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 9 (2), 0. <http://redie.uabc.mx/vol9no2/contenido-moreno.html>
- Muñoz-Arroyave, V., Lavega-Burgués, P., Costes, A., Damian, S., & Serna, J. (2020). Los juegos motores como recurso pedagógico para favorecer la afectividad desde la educación física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 38, 166-172. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.76556>
- Pavón Lores, A., & Moreno Murcia, J.A. (2008). Actitud de los universitarios ante la práctica físico-deportiva: diferencias por géneros. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 7-23. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235119246001>
- Pic, M., Lavega-Burgués, P., Muñoz-Arroyave, V., March-Llanes, J., & Echeverri-Ramos, J. A. (2019). Predictive variables of emotional intensity and motivational orientation in the sports initiation of basketball. *Cuadernos De Psicología Del Deporte*, 19(1), 241-251. <https://doi.org/10.6018/cpd.343901>
- Ruiz, L.M., Graupera, J.L., Rico, I., & Mata, E. (2004). Preferencias participativas en Educación Física de los chicos y chicas de la Educación Secundaria mediante la “escala GR de participación social en el aprendizaje”. *European Journal of Human Movement*, 12, 151-168.
- Sáenz-López, P. (2020). *Educación Emocionando. Propuesta para la (r) evolución en las aulas del siglo XXI*. Huelva: Servicio de publicaciones de la Universidad de Huelva.
- Sáez de Ocariz Granja, U., Lavega Burgués, P., Lagardera Otero, F., Costes Rodríguez, A., & Serna Bardavío, J. (2014). ¿Por qué te peleas? Conflictos motores y emociones negativas en la clase de Educación Física: el caso de los juegos de oposición. *Educatio Siglo XXI* 32(2), 71-90. <https://doi.org/10.6018/j/194091>

Conflicte d'interessos: les autories no han comunicat cap conflicte d'interessos.



© Copyright Generalitat de Catalunya (INEFC). Aquest article està disponible a l'URL <https://www.revista-apunts.com/ca/>. Aquest treball està publicat sota una llicència Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License. Les imatges o qualsevol altre material de tercers d'aquest article estan inclosos a la llicència Creative Commons de l'article, tret que s'indiqui el contrari a la línia de crèdit; si el material no s'inclou sota la llicència Creative Commons, els usuaris hauran d'obtenir el permís del titular de la llicència per reproduir el material. Per veure una còpia d'aquesta llicència, visiteu <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>