

Influencia de las tareas motrices sobre los estados de ánimo en baloncesto

Jorge Serna Bardavío*, Verónica Muñoz Arroyave*, Pere Lavega Burgués*,
Jaume March-Llanes**, Unai Sáez de Ocáriz Granja *** y Raúl Híleno González*

INFLUENCE OF MOTOR TASKS ON THE PLAYERS' MOODS IN BASKETBALL

KEYWORDS: Affectivity, POMS, result, competition, performance.

ABSTRACT: The goal of the research was to analyze the awareness of the moods in two basketball teams, taking into account the type of motor task and the result. The research was conducted on players belonging to the Spanish Amateur Basketball League and on players in the female children's selection during the 2010-2011 season. Three registers were carried out, each one consisting of four sessions, one for each type of motor task. Mood states were recorded before warming up, in the middle of the session and at the end. In order to evaluate them, a reduced version of the Profile of Mood States questionnaire was chosen. A generalized estimates equation model was used, obtaining the following results: a) the different types of motor tasks activate differing mood states; b) a defeat's role as a detonator for negative emotional states is emphasized; c) duels between players, when combined with a loss, generate negative mood states both in boys as well as in girls; d) non-opposition motor tasks (psychomotor and cooperative tasks) activate positive mood states, and can thus be used as affectivity regulators.

El baloncesto de alta competición genera situaciones de gran eferescencia afectiva (Parlebas, 1970) producto de la interacción de múltiples variables siendo el resultado del encuentro una de las más influyentes debido al valor social que se le otorga (Bisquerra, 2011). Ganar durante la competición provoca en los deportistas constantes desequilibrios afectivos en función del resultado parcial combinando situaciones de bienestar y satisfacción con momentos de malestar y frustración (Puig y Vilanova, 2011). Esta situación concluye con la finalización del encuentro y el resultado final, distinguiendo entre vencedores y vencidos (Etxebeste, 2012; Etxebeste, Del Barrio, Urdangarin, Usabiaga y Oiarbide, 2014).

Este tipo de situaciones motrices competitivas requiere de jugadores competentes en su dimensión afectiva debido a su influencia en el rendimiento (Hanin, 2000; Lazarus, 2000). Para alcanzar dicha competencia, algunos autores (e.g. Bisquerra, 2000) proponen modelos basados en diferentes fases siendo la primera de las cuales la toma de conciencia. En este estadio, el deportista aprende a reconocer los estados de ánimo (EA), sentimientos o emociones que se le presenta, lo cual supone un gran avance en el descubrimiento de su afectividad (Lavega, Alonso, Etxebeste, Lagardera y March, 2014). De todas las variables que componen la dimensión afectiva, los EA han sido estudiados por su influencia en el rendimiento y han demostrado su capacidad predictiva (e.g. Arruza, Arrieta y Balagué, 1998)

proponiendo un perfil óptimo de rendimiento cuya representación gráfica tiene forma de iceberg (Andrade, Arce, Seoane, 2000; Balaguer, Fuentes, García-Merita, Pérez Recio y Meliá, 1993).

Para poder optimizar la dimensión afectiva de los jugadores, los entrenadores disponen de las tareas motrices (TM) que utilizan en sus entrenamientos. Investigaciones recientes han mostrado que no todas las TM provocan los mismos efectos sobre la afectividad de los participantes (Lavega et al., 2014; Lavega, Filella, Agulló, Soldevila y March, 2011; Muñoz, Lavega, Serna, Sáez de Ocáriz y March, en prensa; Oiarbide, Martínez de Santos, Usabiaga, Etxebeste y Urdangarin, 2014). Apoyados en la praxiología motriz (Parlebas, 2001), y de acuerdo con el tipo de comunicación motriz que se establece entre los jugadores se pueden distinguir cuatro tipos de TM: aquellas donde hay ausencia de interacción con otros deportistas (sin compañeros y sin adversarios), denominadas psicomotrices; aquellas donde hay compañeros pero no adversarios, denominadas TM de cooperación; aquellas donde hay compañeros pero sí adversarios, denominadas TM de oposición; y finalmente, TM donde hay compañeros y adversarios, denominadas de cooperación-oposición.

Además, algunas investigaciones han encontrado diferencias en la vivencia afectiva entre TM con competición y sin competición demostrando el impacto afectivo que genera el resultado de la competición en los practicantes (González-Bono,

Correspondencia: Jorge Serna Bardavío. Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña (INEFC), Universidad de Lleida. E-mail: jorgeserna1979@hotmail.com

*Instituto Nacional de educación Física de Cataluña (INEFC), Universidad de Lleida.

**Departamento de Pedagogía y Psicología de la Universidad de Lleida.

***Instituto Nacional de educación Física de Cataluña (INEFC), Universidad de Barcelona.

Fecha de recepción: 17-03-2016. Fecha de aceptación: 19-09-2016

Salvador, Serrano y Ricarte, 1999; Lavega, Filella, Lagardera, Mateu y Ochoa, 2013). Por otro lado, hay estudios que han mostrado los efectos positivos de convivir tanto con la victoria como con la derrota con el objetivo de aprender a gestionar el resultado, aprendiendo a ganar y a perder (Ames, 1984).

Además, se deben tener en cuenta otras variables en su relación con la afectividad, como son el sexo y la edad de los jugadores: respecto al sexo existen diferencias en la interpretación afectiva de los acontecimientos deportivos entre hombres y mujeres tal y como afirman otras investigaciones (Jaqueira, Lavega, Lagardera, Araújo y Rodrigues, 2014; Torregrosa, Viladrich, Ramis, Azócar, Latinjak, Cruz, 2011); y, respecto a la edad, también se han encontrado diferencias en la vivencia afectiva entre adolescentes y universitarios al realizar juegos deportivos (Duran y Costes, en prensa).

Según lo expuesto, el objetivo fue analizar la influencia del tipo de TM según la interacción motriz y el resultado, sobre los EA en jugadores de dos equipos de baloncesto (un equipo senior masculino y una selección autonómica infantil femenina). Considerando que se trata de variables que manejan habitualmente los entrenadores y que pueden incidir en la respuesta afectiva y, por tanto, en el rendimiento de los jugadores.

Método

Este estudio siguió un diseño cuasi-experimental ya que la selección de la muestra fue intencionada (no aleatorizada).

Participantes

El estudio se realizó con jugadores de la Liga Española de Baloncesto Amateur (EBA) ($n = 13$; $M = 22.3$ años; rango de edad = 18 y 28 años; $DT = 3.12$) y jugadoras de una selección infantil femenina que participaron en el Campeonato de España de Selecciones Autonómicas ($n = 13$; $M = 13.8$ años; rango de edad = 13 y 14 años, $DT = 0.43$) en la temporada 2010-2011.

Instrumento y procedimiento

Ambos equipos realizaron tres registros a lo largo del proceso: a) el equipo Senior masculino realizó uno en pre-temporada, otro a mitad de temporada (primera semana de enero) y el último, finalizando la temporada (primera semana de mayo); b) en el equipo infantil femenino, el primer registro fue al empezar la pre-selección (julio), el segundo en mitad de la preparación (primera semana de diciembre) y el último, fue la última semana de preparación antes del Campeonato de España (última semana de diciembre). Cada registro estaba compuesto por 4 sesiones (una por cada tipo de TM). Las sesiones psicomotrices, de cooperación y de oposición estaban compuestas por ocho TM con la misma interacción motriz mientras que las sesiones de cooperación-oposición fueron partidos amistosos (uno los chicos y dos las chicas) y partidos de entrenamiento (dos los chicos y uno las chicas). Los cuestionarios fueron completados tres veces en cada sesión; la primera, antes del calentamiento; la segunda, a mitad de la sesión (tras la cuarta TM) o en la mitad del partido; la tercera, al finalizar la sesión o partido.

Para valorar los EA se eligió la versión reducida del cuestionario *Profile of Mood States (POMS)* que permite conocer variables predictivas del éxito deportivo mediante la obtención del perfil óptimo de rendimiento (iceberg) (Andrade et al., 2000). Los ítems se agruparon en cinco factores, cuatro negativos (EA⁻): Tensión-Ansiedad (TA), Depresión-Abatimiento (DA),

Rabia-Hostilidad (RH), Fatiga-Inmovilidad (FI) y uno EA positivo (EA⁺): Vigor-Actividad (VA).

Análisis de datos

Los datos se analizaron siguiendo un modelo lineal generalizado basado en ecuaciones de estimación generalizadas (GEE), familia Gaussiana de correlación intercambiable, ya que los datos de la variable dependiente (estado de ánimo) no siguieron una distribución normal (según el test de Kolmogorov-Smirnov) y además se trataba de variables correlacionadas, ya que cada persona nos proporcionaba una gran cantidad de datos. Los resultados de las interacciones entre las variables fueron acompañados por el tamaño del efecto basados en la d de Cohen, adaptado por Wolf (1986) para medidas repetidas.

Resultados

Se ha optado por realizar la descripción de los resultados en función del efecto de cada una de las variables independientes: a) tipo de TM, b) el resultado de la tarea (sin victoria antes de empezar la sesión; ganar, empatar o perder a mitad de la sesión; y finalmente, ganar o perder al final de la sesión), c) sexo y las interacciones entre estas sobre los distintos factores de estado de ánimo (variable dependiente) en dos equipos de baloncesto. En la siguiente tabla se muestran los resultados correspondientes a las pruebas de efectos del modelo de ecuaciones de estimación generalizadas (Tabla 1).

Tipo de interacción motriz de las tareas motrices y estados de ánimo

Los EA⁺ presentaron diferencias ($p < .001$) según el tipo de tarea realizada. Las tareas psicomotrices ($p = .006$) y cooperativas ($p < .001$) aumentaron en comparación con las tareas motrices de oposición (Tabla 2). Cuando se realizaron tareas motrices de cooperación-oposición no se observó ningún cambio significativo en los EA⁺ de los participantes en comparación con las TM de oposición.

Al analizar los EA⁻ se observó que solo la FI se vio afectada ($p < .001$) por el tipo de tarea que se realizó. Presentaron valores más bajos las tareas psicomotrices ($p = .006$), de cooperación ($p < .001$) y cooperación-oposición ($p = .015$) en comparación con los valores obtenidos en las tareas de oposición (Tabla 2).

Tipo de resultado de las tareas motrices y estados de ánimo

Se observaron diferencias en los EA⁻ ($p < .001$) y EA⁺ ($p = .021$) según el resultado obtenido. Se observó que tras la derrota aumentó significativamente los valores de TA ($p < .001$), DA ($p < .001$) y FI ($p < .001$) en comparación con los valores registrados al inicio de la sesión. Tras la derrota también se obtuvieron valores más intensos en TA ($p < .001$), DA ($p < .001$) y RH ($p < .001$) en comparación con las actividades con victoria. En FI no se observaron diferencias entre las actividades con victoria y derrota. De la misma manera al estudiar los EA⁺ se observaron diferencias entre las tareas motrices con victoria ($p = .003$) y derrota (Tabla 3).

El fuerte efecto del resultado sobre la TA en comparación con las otras dimensiones de los EA alteró la tendencia del perfil iceberg en los jugadores (Figura 1).

Sexo-Edad y estados de ánimo

Al analizar los EA⁻ se observó diferencias según el sexo-edad en RH ($p = .008$) y FI ($p < .001$); y en los EA⁺ en VA ($p = .005$). Los integrantes del equipo EBA (hombres) registraron valores

Factor	Tipo III		
	Chi-cuadrado de Wald	gl	p
Tipo de TM			
Fatiga-Inmovilidad	21.590	3	<.001
Vigor-Actividad	22.087	3	<.001
Resultado			
Tensión-Ansiedad	24.967	3	<.001
Depresión-Abatimiento	28.403	3	<.001
Rabia-Hostilidad	72.367	3	<.001
Fatiga-Inmovilidad	24.446	3	<.001
Vigor-Actividad	9.764	3	.021
Sexo			
Rabia-Hostilidad	7.148	1	.008
Fatiga-Inmovilidad	6.987	1	<.001
Vigor-Actividad	7.747	1	.005
Tipo de TM*Resultado			
Tensión-Ansiedad	81.559	8	<.001
Depresión-Abatimiento	17.006	8	.030
Rabia-Hostilidad	19.439	8	.013
Fatiga-Inmovilidad	37.454	8	<.001
Vigor-Actividad	66.341	8	<.001
Tipo de TM* Sexo			
Fatiga-Inmovilidad	23.723	3	<.001
Resultado* Sexo			
Depresión-Abatimiento	12.801	3	.005
Rabia-Hostilidad	16.548	3	.001
Vigor-Actividad	9.173	3	.027

Tabla 1. Pruebas de efectos del modelo de los estados de ánimo en función de las variables analizadas.

Factores	M	DT	p	d de cohen
Fatiga-Inmovilidad				
Oposición	5.82	.6449	----	
Psicomotor	4.33	.470	.006	2.64
Cooperación	4.08	.567	<.001	2.86
Cooperación-Oposición	4.51	.610	.015	2.08
Vigor-Actividad				
Oposición	11.90	.685	----	
Psicomotor	14.39	.575	<.001	3.50
Cooperación	13.66	.549	<.001	2.83
Cooperación-Oposición	12.16	.757	.603	.41

Tabla 2. Efecto del tipo de interacción motriz de las TM sobre los estados de ánimo.

Factores	M	DT	p	d de cohen
Tensión-Ansiedad				
Derrota	8.37	.569	----	
Sin victoria	6.68	.509	<.001	3.13
Con victoria	7.39	.553	.001	1.74
Empate	9.29	1.012	.347	1.12
Depresión-Abatimiento				
Derrota	3.01	.540	----	
Sin victoria	1.39	.355	<.001	3.54
Con victoria	1.40	.328	<.001	3.60
Empate	1.37	.552	.004	3.003
Rabia-Hostilidad				
Derrota	9.86	.749	----	
Sin victoria	5.28	.382	<.001	7.70
Con victoria	6.46	.488	<.001	5.37
Empate	7.51	.862	.009	2.91
Vigor-Actividad				
Derrota	12.27	.694	----	
Sin victoria	12.2	.630	.190	.10
Con victoria	13.54	.558	.003	2.01
Empate	13.78	.968	.087	1.79
Fatiga-Inmovilidad				
Derrota	5.18	.538	----	
Sin victoria	3.15	.489	<.001	3.94
Con victoria	5.24	.530	.868	.11
Empate	5.39	.826	.732	.30

Tabla 3. Efecto del resultado de las TM sobre los estados de ánimo.

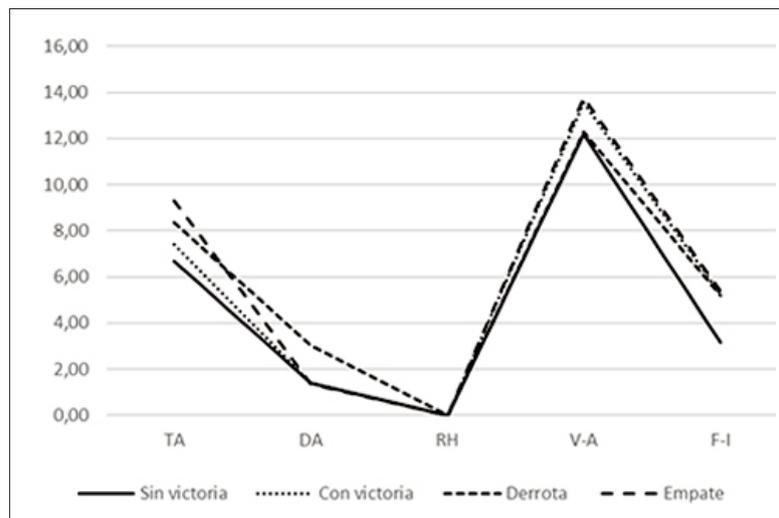


Figura 1. Perfil Iceberg. Efecto del resultado en los EA

más elevados en los EA⁻ como RH y FI ($p = .005$), y en los EA⁺ menores incrementos en VA ($p = .004$) en comparación con la selección femenina (Tabla 4).

Tipo de interacción motriz de las tareas motrices y resultado en los estados de ánimo

Al analizar la interacción entre las variables tipo de tarea motriz y resultado se registraron diferencias en los EA⁻ ($p < .005$) y EA⁺ ($p < .001$).

Estados de ánimo negativos

Se observaron valores superiores en las tareas motrices psicomotrices con derrota en TA ($p = .012$), DA ($p = .011$) y RH ($p < .001$) en comparación con las actividades sin victoria (inicio

de la sesión); mientras que en las tareas motrices psicomotoras con victoria se observaron valores inferiores de FI ($p < .005$). En las tareas motrices cooperativas con derrota se registraron valores más intensos que en la victoria en TA ($p = .003$), DA ($p = .018$) y RH ($p = .001$); en FI se presentaron valores superiores en las tareas motrices con victoria ($p = .032$) comparación con las actividades sin victoria (inicio de la sesión). En las tareas motrices de oposición con derrota se encontraron valores más intensos en relación al inicio de la sesión en TA ($p = .024$), DA ($p = .003$), RA ($p < .013$) y FI ($p < .001$). Lo mismo ocurrió en las tareas motrices de cooperación-oposición donde las actividades con derrota también registraron valores superiores TA ($p < .001$), DA ($p < .001$), RA ($p < .001$) y FI ($p < .001$) (Tabla 5).

Factores	M	DT	p	d de cohen
Rabia-Hostilidad				
Hombres	8.84	.869	.005	4.21
Mujeres	5.68	.609	----	
Vigor-Actividad				
Hombres	11.43	.965	.004	4.08
Mujeres	14.74	.619	----	
Fatiga-Inmovilidad				
Hombres	6.09	.927	.005	3.93
Mujeres	3.31	.372	----	

Tabla 4. Efecto del sexo sobre los estados de ánimo.

Factor	Sin victoria		Victoria		Derrota		p	d de cohen
	M	DT	M	DT	M	DT		
Tensión-Ansiedad								
Psicomotores	6.75	.632	----	----	8.27	.736	.012	2.21
Cooperación	----	----	6.37	.582	8.25	.672	.003	2.99
Oposición	7.30	.552	----	----	8.97	.684	.024	2.68
C-O	5.25	.570	----	----	8.00	.685	<.001	4.36
Depresión-Abatimiento								
Psicomotores	1.59	4.60	----	----	2.96	.731	.011	2.24
Cooperación	----	----	1.23	.530	2.65	.581	.018	2.55
Oposición	1.60	.442	----	----	3.23	.719	.003	2.73
C-O	.757	.250	----	----	3.18	.654	<.001	4.89
Rabia-Hostilidad								
Psicomotores	5.30	.499	----	----	9.54	.760	<.001	6.59
Cooperación	----	----	6.17	.654	8.93	1.00	.001	3.26
Oposición	5.45	.471	----	----	10.63	1.183	<.001	5.76
C-O	4.65	.420	----	----	10.36	.955	<.001	7.74
Vigor-Actividad								
Psicomotores	13.4	.584	----	----	16.07	.974	.013	3.32
Cooperación	----	----	14.58	.665	12.97	.796	.017	2.19
Oposición	12.6	.689	----	----	11.27	.780	.039	1.80
C-O	12.9	.938	----	----	11.28	.945	.023	1.72
Fatiga-Inmovilidad								
Psicomotores	3.31	.468	4.82	.489	----	----	.001	3.09
Cooperación	3.58	.535	4.38	.560	----	----	.032	1.43
Oposición	3.34	.454	----	----	6.81	.962	<.001	4.61
C-O	2.39	.719	----	----	5.40	.888	<.001	3.72

Tabla 5. Efecto del tipo de interacción motriz y el resultado de las TM sobre los estados de ánimo.

Estados de ánimo positivos

Con relación a los EA⁺ en las tareas motrices psicomotrices el VA aumentó con la derrota en comparación con el inicio de la sesión, mientras que en las tareas motrices de cooperación los EA⁺ mejoraron con la victoria en comparación con la derrota ($p = .017$). En las tareas motrices de oposición ($p < .001$) y cooperación-oposición ($p < .001$) se registraron valores más positivos al inicio de la sesión en comparación con las actividades con derrota (Tabla 5).

Tipo de interacción motriz de las tareas motrices y el sexo en los estados de ánimo

El equipo EBA obtuvo valores más intensos en FI ($p < .005$)

que la selección femenina en los distintos tipos de tareas motrices a excepción de las tareas motrices de cooperación-oposición donde no se encontraron diferencias (Tabla 6).

Tipo de resultado y sexo en los estados de ánimo

Al analizar la interacción entre la variable resultado y el sexo, se observó cambios en DA ($p = .005$), RH ($p = .001$) y VA ($p = .027$). Los hombres y las mujeres ante la derrota registraron valores más elevados de DA y RH en comparación con las tareas motrices sin victoria (inicio de sesión), con victoria y empate. Así mismo, en VA las chicas registraron valores más elevados en el inicio de la sesión ($p < .001$) y en las tareas motrices con victoria ($p < .001$) en comparación con las tareas motrices con derrota;

Factor	Hombres		Mujeres		p	d de cohen
	M	DT	M	DT		
Fatiga-Inmovilidad						
Psicomotores	5.75	.861	2.92	.371	.002	4.26
Cooperación	6.02	1.05	2.14	.397	.001	4.88
Oposición	7.26	1.08	4.38	.577	.013	3.32
C-O	5.05	1.11	3.96	.477	.362	1.27

Tabla 6. Efecto del tipo de interacción motriz de las TM y el sexo sobre los estados de ánimo.

mientras que los hombres solo registraron valores más elevados de VA en las situaciones con victoria ($p = .022$) en comparación con las tareas motrices donde fueron derrotados (Tabla 7).

Discusión

El objetivo fue analizar la influencia del tipo de TM según la interacción motriz y el resultado, sobre los EA en jugadores de dos equipos de baloncesto (un equipo senior masculino y una selección autonómica infantil femenina).

En cuanto al tipo de interacción motriz de las TM se encontraron diferencias en los EA⁺ de los jugadores y jugadoras en función de su lógica interna confirmando los resultados obtenidos en otras investigaciones (Muñoz et al, en prensa); las TM sin oposición (psicomotrices y de cooperación) provocaron un aumento en los EA⁺ en la línea de lo observado en otras investigaciones (Lagardera y Lavega, 2011; Lavega, Araújo y Jaqueira, 2013; Lavega et al., 2014; Serna, 2014). En cambio, al estudiar los EA⁻, no se encontraron diferencias en el tipo de TM, excepto en la dimensión FI, cuyos valores más elevados se encontraron en las TM de oposición debido, probablemente, a que este tipo de TM representan un esfuerzo fisiológico importante (Dehesa, García-Tormo, Vaquera y Bayón, 2015).

Estos hallazgos constatan el impacto de la lógica interna de las TM sobre los deportistas anticipando los procesos que desencadenará en los jugadores (Lagardera y Lavega, 2004). Este es un aspecto crucial para los entrenadores ya que les permitirá prever las conductas motrices que pueden emerger de las TM planteadas para el entrenamiento y las posibles exigencias afectivas que supondrán a los jugadores (Lavega et al., 2011).

Respecto al efecto del resultado en los EA, a pesar de que la presente investigación abordó únicamente entrenamientos y partidos amistosos, se encontraron diferencias entre los EA⁺ y EA⁻; es decir, en el momento que aparece la competición y en consecuencia un resultado, independientemente que el partido o la TM sea oficial o no, va a existir una alteración de la afectividad de los jugadores provocando un aumento de los EA⁻ en la derrota tal y como aportan otras contribuciones científicas (Etxebeste, et al., 2014; Lavega et al., 2014).

Los dos equipos obtuvieron un perfil iceberg aceptable ya que los valores de DA, RH, VA y FI marcaron la tendencia esperada tal y como aportan otras publicaciones (Andrade et al., 2000; González-Bono et al., 1999; Muñoz et al., en prensa), solo los valores de TA se vieron fuertemente afectados por la variable

Factor	Hombres				Mujeres			
	M	DT	p	d de cohen	M	DT	p	d de cohen
Depresión-Abatimiento								
Sin victoria	1.92	.638	<.001		.87	.318	.015	2.08
Victoria	1.605	.534	<.001		1.19	.392	.013	.87
Derrota	4.20	.894	----		1.81	.584	----	.57
Empate	1.67	1.17	.012		1.07	.419	.043	.68
Rabia-Hostilidad								
Sin victoria	6.11	.665	<.001		4.44	.406	.001	3.03
Victoria	7.34	.835	<.001		5.58	.539	.018	2.50
Derrota	12.7	1.080	----		7.03	1.00	----	5.44
Empate	9.34	1.81	.037		5.67	.704	.039	2.67
Vigor-Actividad								
Sin victoria	10.43	1.129	.010		15.41	.548	<.001	5.64
Victoria	12.63	.919	.022		14.46	.627	<.001	2.32
Derrota	10.78	1.109	----		13.76	.823	----	3.06
Empate	12.05		1.845.780		15.52	.718	.121	2.48

Tabla 7. Efecto del sexo y el resultado de las TM sobre los estados de ánimo.

resultado mostrando un comportamiento diferente al esperado. Esto podría deberse al impacto de la competición y del resultado sobre los deportistas tal y como argumenta la literatura

En lo que concierne al estudio de la interacción entre el tipo de TM y el resultado en los EA se extrae que en las tareas psicomotrices hubo diferencias en los EA en función de la victoria o la derrota en comparación con el inicio de la sesión. La derrota provocó un aumento de los EA⁻ al ser comparado con el inicio de la sesión excepto en la FI debido probablemente a la baja intensidad fisiológica de este tipo de tareas. En cuanto a los EA⁺ se presentó un aumento del VA con la derrota respecto a la llegada al entrenamiento y no se encontraron diferencias entre ganar o perder. Estos datos confirman el valor del resultado al perder, pero curiosamente, a pesar de ello, los EA⁺ mejoraron respecto al inicio aumentando el bienestar de los deportistas tal y como confirman otras investigaciones (Lavega et al., 2013).

En las TM de cooperación, solo hubo diferencias entre la victoria y la derrota. En general, los EA⁻ fueron superiores al perder respecto al ganar, excepto en FI probablemente producto por la escasa carga fisiológica de estas tareas. En referencia a los EA⁺, estos fueron superiores en la victoria en comparación con la derrota. Este comportamiento no sigue la línea de resultados obtenidos en otras investigaciones (Lavega et al., 2014) donde explican el papel de las TM cooperativas como generadoras de bienestar emocional a pesar de la derrota.

En las TM que había presencia de oposición (TM de oposición y TM de cooperación-oposición) todos los EA⁻ aumentaron y los EA⁺ disminuyeron en la derrota respecto al inicio de la sesión. Es decir, el malestar estuvo asociado únicamente a la derrota ya que con la victoria no se encontraron diferencias. Por consiguiente, el problema puede residir en la interpretación afectiva de la derrota en los duelos tanto entre jugadores como entre equipos (Jaqueira et al., 2014; Lavega et al.,

2014). Estos resultados son de gran interés para el entrenador ya que permite la familiarización de los jugadores en el entrenamiento con EA positivos y negativos contribuyendo de ese modo a la mejora de su rendimiento en la competición.

Respecto a las diferencias entre los equipos estudiados, los chicos presentaron mayores valores de FI que las chicas en las TM psicomotrices, de cooperación, y de oposición. El hecho que en las TM de cooperación-oposición no haya diferencias entre grupos puede ser porque probablemente en un equipo Senior de ese nivel el entrenamiento va dirigido a la competición del fin de semana y entienden que este tipo de TM son las que más transferencia tienen durante la misma en lugar de sesiones descontextualizadas del cinco contra cinco (Parlebas, 2001).

Al estudiar el sexo-edad interactuando con el resultado se obtuvo que la derrota, independientemente del sexo provoca EA⁻ (DA, RH), lo que confirma el poder del resultado y el efecto de la derrota sobre los participantes tal y como confirman investigaciones (Ames, 1984). En cuanto a los EA⁺, las chicas manifestaron niveles más elevados al llegar (probablemente por la ilusión de pertenecer a la selección y por la edad) y en la victoria al ser comparada con la derrota. Los chicos solo manifestaron mayores EA⁺ en la victoria al compararlo con la derrota, lo cual destaca el papel hegemónico de la victoria (Jaqueira et al., 2014).

En resumen, esta investigación identifica cinco conclusiones de interés para el entrenador de baloncesto: a) los distintos tipos de TM desencadenan EA desiguales; b) se destaca el papel de la derrota como desencadenante de EA⁻; c) los duelos entre jugadores y equipos unidos a la derrota suscitan EA⁻ tanto en chicos como en chicas; d) las TM sin oposición (psicomotrices y de cooperación) activan EA⁺ pudiendo ser utilizadas como reguladoras de la afectividad; e) no existen diferencias en los EA de chicos y chicas al participar en TM de cooperación-oposición.

INFLUENCIA DE LAS TAREAS MOTRICES SOBRE LOS ESTADOS DE ÁNIMO EN BALONCESTO

PALABRAS CLAVE: Afectividad, POMS, resultado, competición, rendimiento.

RESUMEN: El objetivo de la investigación fue analizar la toma de conciencia de los estados de ánimo en dos equipos de baloncesto teniendo en cuenta el tipo de tarea motriz y el resultado. El estudio se realizó con jugadores de la Liga Española de Baloncesto Amateur y jugadoras de una selección autonómica infantil femenina en la temporada 2010-2011. Se realizaron tres registros compuestos cada uno de ellos por cuatro sesiones, una para cada tipo de tarea motriz. Se registraron los estados de ánimo antes del calentamiento, a mitad de la sesión y al final. Para valorarlos se eligió la versión reducida del cuestionario *Profile of Mood States*. Se aplicó un modelo de ecuaciones de estimación generalizadas obteniendo las siguientes aportaciones: a) los distintos tipos de tareas motrices desencadenan estados de ánimo desiguales; b) se destaca el papel de la derrota como desencadenante de estado de ánimo negativos; c) los duelos entre jugadores y equipos unidos a la derrota suscitan estados de ánimo negativos tanto en chicos como en chicas; d) las tareas motrices sin oposición (psicomotrices y de cooperación) activan estados de ánimo positivos pudiendo ser utilizadas como reguladoras de la afectividad.

Referencias

Ames, C. (1984). Competitive, cooperative and individualistic goal structures: Motivational analysis. A R. Ames y C. Ames (Ed.), *Research on motivation in education: Student motivation* (pp. 177- 207). New York: Academic Press.

- Andrade, E., Seoane, G. y Arce, C. (2000). Aportaciones del POMS a la medida del estado de ánimo de los deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 7-20.
- Arruza, J. A., Arrieta, M. y Balagué, G. (1998). Rendimiento deportivo e influencia del estado de ánimo, de la dificultad estimada, y de la autoeficacia en la alta competición. *Revista de psicología del deporte*, 7(2), 0193-204.
- Balaguer, I., Fuentes, I., García-Merita, M., Pérez Recio, G. y Meliá, J. L. (1993). El perfil de los estados de ánimo (POMS). *Revista de Psicología del deporte*, 2(2), 39-52.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2011). Educación física, competencias básicas y educación. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, (11), 4-6.
- Dehesa, R., García-Tormo, J. V., Vaquera, A. y Bayón, P. (2015). Heart rate analysis of high level basketball players during training sessions. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(3), 17-19.
- Duran, C. y Costes, A. (en prensa). Efecto de los juegos motores sobre la toma de conciencia emocional. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*.
- Etxebeste, J. (2012). *À Cloche-Pied. Les Jeux Sportifs Traditionnels et la socialisation des Enfants Basques*. Sarrebruck: Editions Universitaires Européennes.
- Etxebeste, J., Del Barrio, S., Urdangarin, C., Usabiaga, O., y Oiarbide, A. (2014). Ganar, perder o no competir: la construcción temporal de las emociones en los juegos deportivos. *Educatio Siglo XXI*, 32(1), 33-48.
- González-Bono, E., Salvador, A., Serrano, M. A. y Ricarte, J. (1999). Testosterone, cortisol, and mood in a sports team competition. *Hormones and Behavior*, 35(1), 55-62.
- Hanin, I. L. (2000). *Emotions in sport*. Human Kinetics.
- Jaqueira, A. R., Lavega, P., Lagardera, F., Araújo, P. y Rodrigues, M. (2014). Educando para la paz jugando: género y emociones en la práctica de juegos cooperativos competitivos. *Educatio Siglo XXI*, 32(1), 15-32.
- Lagardera, F. y Lavega, P. (2004). *La ciencia de la acción motriz*. Lleida: Edicions de la Universitat de Lleida.
- Lagardera, F. y Lavega, P. (2011). Educación Física, conductas motrices y emociones. *Ethologie y Praxéologie*, 16, 23-43.
- Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229 – 252.
- Lavega, P., Alonso, J. I., Etxebeste, J., Lagardera, F. y March, J. (2014). Relationship between traditional games and the intensity of emotions experienced by participants. *Research quarterly for exercise and sport*, 85(4), 457-467.
- Lavega, P., Araújo, P., y Jaqueira, A. R. (2013). Teaching motor and emotional competencies in university students. *Cultura, ciencia y deporte*, (22), 5-15.
- Lavega, P., Filella, G., Agulló, M. J., Soldevila, A. y March, J. (2011). Understanding emotions through games: Helping trainee teachers to make decisions. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(2), 617-640.
- Lavega, P., Filella, G., Lagardera, F., Mateu, M. y Ochoa, J. (2013). Juegos motores y emociones. *Cultura y educación*, 25(3), 347-360.
- Muñoz, V., Lavega, P., Serna, J., Sáez de Ocáriz, U. y March, J. (en prensa). Estados de ánimo al jugar solo o cooperar: dos vivencias motrices y afectivas desiguales. *Anales de Psicología*.
- Oiarbide, A., Martínez de Santos, R., Usabiaga, O., Etxebeste, J. y Urdangarin, C. (2014). Efectos de los juegos de cooperación-oposición en el ánimo de los universitarios. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (25), 58-62.
- Parlebas, P. (1970). L' affectivité, clef des conduites motrices. *Revue EPS, Activités physiques et éducation motrice*, 4, 70-74
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico comentado en praxeología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Puig, N. y Vilanova, A. (2011). Positive functions of emotions in achievement sports. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(2), 334-344. doi:10.1080/02701367.2011.10599761
- Serna, J. (2014). *Inteligencia motriz e inteligencia emocional en el baloncesto* (Tesis doctoral, Universidad de Lleida, Lleida, España).
- Torregrosa, M., Viladrich, C., Ramis, Y., Azócar, F., Latinjak, A. y Cruz, J. (2011). Efectos en la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores y compañeros sobre la diversión y el compromiso. Diferencias en función de género. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 243-255.
- Wolf, F. M. (1986). *Meta-analysis: Quantitative methods of research synthesis*. Beverly-Hills, CA: Sage