



**Universidad
Zaragoza**

Trabajo de Fin de Grado

*Revisión sistemática sobre las emociones del
alumnado de Educación Primaria en las clases de
Educación Física*

*Systematic review of the emotions of the Primary
Education student in the Physical Education classes*

Autor/es

Iván Porroche Cazorla

Director/es

Francisco Pradas de la Fuente

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca

2020

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	1
2. MARCO TEÓRICO.....	2
2.1. Las emociones.....	2
2.1.1. Inteligencia emocional.....	4
2.1.1.1. Teorías de las inteligencias múltiples.....	5
2.1.1.2. Tipos de inteligencia emocional.....	6
2.2. Las emociones de los niños en diferentes ámbitos.....	7
2.3. Educación emocional en la etapa de Educación Primaria.....	9
2.3.1. Influencia de las emociones del alumnado en el desarrollo del proceso de enseñanza – aprendizaje.....	10
2.3.2. El docente.....	11
2.3.3. Currículum de Educación Física.....	14
2.4. Emociones percibidas en las clases de Educación Física.....	17
2.4.1. Identificar emociones.....	17
2.4.2. Ganar o perder.....	18
2.4.3. Emociones negativas.....	20
2.4.4. Beneficios emocionales a través de la Educación Física.....	22
2.4.5. Estudios e investigaciones actuales sobre las emociones presentes en las clases de Educación Física.....	23
2.5. Educación Física como factor de socialización.....	26
3. ANÁLISIS DEL PROBLEMA	28
3.1. Planteamiento del problema.....	28
3.2. Objetivos.....	29

3.2.1. Objetivo general.....	29
3.2.2. Objetivos específicos.....	29
3.3. Diseño metodológico.....	30
3.3.1. Enfoque, tipo de investigación y diseño.....	30
3.3.2. Bases de datos, estrategia de búsqueda y criterios de inclusión/exclusión..	30
4. RESULTADOS.....	31
5. DISCUSIÓN.....	33
6. CONCLUSIONES.....	36
7. PERSPECTIVAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN.....	37
8. LIMITACIONES DEL ESTUDIO.....	37
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	38

Revisión sistemática sobre las emociones del alumnado de Educación Primaria en las clases de Educación Física.

Systematic review of the emotions of the Primary Education student in the Physical Education classes.

- Elaborado por Iván Porroche Cazorla
- Dirigido por Francisco Pradas de la Fuente
- Presentado para su defensa en la convocatoria de Junio de 2020
- Número de palabras 14559

Resumen

El concepto emocional está adquiriendo cada vez más importancia con el paso del tiempo. El objetivo de este trabajo es revisar y conocer la literatura existente sobre el ámbito emocional, profundizando en el contexto educativo, y más concretamente en el área de Educación Física en Educación Primaria. La metodología utilizada para esta investigación ha sido una revisión sistemática siguiendo el método PRISMA. La búsqueda de documentos se ha realizado mediante la consulta de tres bases de datos: Dialnet, Alcorze y Catálogo Roble. Las palabras claves utilizadas han sido “emociones, educación emocional, inteligencia emocional, motivación, educación primaria, desarrollo emocional, educación física y socialización”. Se encontraron un total de 118 documentos de los cuales 33 cumplían los criterios de inclusión establecidos. La temática de los documentos válidos para realizar este estudio se pueden diferenciar en tres bloques. El primero comprende cuatro documentos sobre el desarrollo afectivo-emocional de los niños y niñas. El segundo son dieciséis documentos en donde se abordan las emociones en el contexto educativo o la influencia de las emociones en las personas desde una perspectiva más global o generalizada. En el último bloque se encuentran catorce documentos sobre las emociones en el contexto educativo, específicamente centrados en la asignatura de Educación Física. El área de Educación Física obtiene una gran importancia respecto al ámbito emocional, por sus características y sus posibilidades de intervención e identificación de emociones. Las emociones del alumnado durante las sesiones mayormente han sido positivas, por lo que generan estados emocionales positivos, pero también se generan emociones negativas,

relacionadas a situaciones más concretas de diferentes tareas, juegos o deporte, las cuales podrán solventarse en gran medida mediante las acciones del docente.

Abstract

The emotional concept is becoming increasingly important over time. The objective of this work is to review and know the existing literature on the emotional field, delving into the educational context, and more specifically in the area of Physical Education in Primary Education. The methodology used for this research has been a systematic review following the PRISMA method. The documents research was carried out by consulting three databases: Dialnet, Alcorze and the Oak Catalog. The key words used are "emotions, emotional education, emotional intelligence, motivation, primary education, emotional development, physical education and socialization". A total of 118 documents were found of which 33 met the established inclusion criteria. The theme of the valid documents to carry out this study can be differentiated into three blocks. The first documents on the affective-emotional development of boys and girls. The second is sixteen documents where emotions are addressed in the educational context or the influence of emotions on people from a more global or generalized perspective. In the last block there are fourteen documents on emotions in the educational context, specifically focused on the subject of Physical Education. The Physical Education area obtains great importance regarding the emotional field, due to its characteristics and its possibilities of intervention and identification of emotions. The emotions of the students during the sessions have been mostly positive, so they have positive emotional states, but negative emotions also occur, related to more specific situations of different tasks, games or sports, which can be largely resolved through actions of the teacher.

Palabras clave

Emociones, Educación emocional, inteligencia emocional, Educación Primaria y Educación Física.

Key words

Emotions, emotional Education, emotional intelligence, Primary Education and Physical Education.

1. INTRODUCCIÓN

La sociedad cambia y por tanto la educación también. Hace años no se tenía tan en cuenta el ámbito emocional como ahora. Actualmente, la forma de pensar es mucho más abierta, relacionada con aspectos como la reflexión y el diálogo. Tanto en el ámbito personal como en el educativo se busca un desarrollo más integral, por lo que es fundamental educar emocionalmente a las personas, para que puedan controlar sus emociones y afrontar diferentes situaciones de una manera positiva, para así mejorar la calidad de vida de cada persona. Este trabajo se basa en analizar las emociones en las personas, pero de una forma más concreta, en el contexto educativo, por lo que el alumnado, en este caso de Educación Primaria, son los protagonistas.

La educación se ha ido transformando con el paso del tiempo, el modelo tradicional que estaba instaurado se focalizaba mayormente en los resultados académicos, por lo que la metodología y todos los factores relacionados estaban orientados a la mejora de estos, lo que hacía que el alumnado se desarrollase en un ambiente que no favoreciese el desarrollo integral de la persona. Desde una perspectiva más actual, la educación es mucho más completa, pero siguen existiendo algunas carencias respecto al desarrollo afectivo-emocional del alumnado. Las emociones del alumnado no únicamente forman parte de él mismo, sino que es muy importante que en su educación intervenga el contexto familiar y educativo.

En el marco teórico se estudia la relación que tiene las emociones en las personas y específicamente en los niños y niñas, en su desarrollo afectivo-emocional, su relación en el contexto educativo actual y en lo referente al objeto de estudio, haciendo mención a la relación con la asignatura de Educación Física.

El desarrollo de este trabajo se centra en conocer las emociones del alumnado durante las sesiones de Educación Física y comprender el porqué de ello. A raíz de esto, se comprende la importancia de esta asignatura ante el ámbito emocional en el que se desarrolla el alumnado, puesto que de una manera u otra obtiene más posibilidades tanto de intervención como de identificación de emociones que otras asignaturas.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Las emociones

Las emociones poseen un valor fundamental en todas las personas, ya que afectan al desarrollo social y cognitivo de cada una de ellas, aunque de diferente forma en cada caso.

La importancia de este concepto y de todo lo que le rodea, hizo que personas tan influyentes en la historia como Aristóteles, Darwin y William James realizaran sus propias aportaciones en diferentes épocas temporales.

Aristóteles planteó su visión respecto a las emociones y nos dejó la siguiente definición: “son aquellos sentimientos que hacen que la condición de un individuo se transforme a tal grado que su juicio quede afectado, y que van acompañados de placer o dolor” (Aristóteles, trad. en 1994, 1378a20).

El ilustre Aristóteles se centró en analizar el conocimiento moral, concretamente, en cómo afectan las emociones a los seres humanos a la hora de relacionarse y la importancia de controlarlas de manera adecuada.

Por otra parte, Darwin, en 1872 publica su obra “La expresión de las emociones en los animales y en el hombre”, en la que intenta comprender las emociones tanto en las personas como en los animales. Su aportación más notable es que las expresiones emocionales son innatas y sus respuestas son determinadas en cada persona o animal, aunque el aprendizaje puede modificar estas reacciones emocionales. También, añade una coherente metodología sobre la importancia de las expresiones faciales en las emociones.

Esta obra influyó considerablemente en William James (1884), filósofo, profesor, médico y psicólogo que aportó una nueva metodología en su teoría sobre el estudio de las emociones y la expresión facial de éstas.

Conocer y entender las emociones y cómo influyen en las personas ha cobrado mayor relevancia en los últimos años, por lo que cada vez se encuentran más estudios e investigaciones en las que las emociones son el objetivo principal, ya que influyen en

nuestras vidas, en nuestro día a día, ya sea de una manera positiva o negativa. Una definición más actual sobre este concepto es la aportada por Lazarus (2000):

Las emociones son un sistema organizado complejo constituido por pensamientos, creencias, motivos, significados, experiencias orgánicas subjetivas y estados fisiológicos, los cuales surgen de nuestra lucha por la supervivencia y florecen en los esfuerzos por entender el mundo en el que vivimos (Lazarus, 2000, p.111).

Entendiendo que, para este autor, las emociones son experiencias subjetivas de corta duración, que surgen de nuestra lucha por la supervivencia y se adaptan frente a las cambiantes demandas del entorno, lo que nos permite interactuar con el mundo en que nos movemos.

Por otro lado, desde una perspectiva más científica, Damasio (2005) indica que:

Una emoción es un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo. Estas respuestas son producidas por el cerebro cuando detecta un estímulo emocionalmente competente (EEC). Las respuestas son automáticas, ya que el cerebro está preparado para responder a determinados EEC (adquiridos en el proceso evolutivo pero también aprendidos por la experiencia), lo que lleva un cambio corporal y cerebral que afecta el estado del cuerpo y los pensamientos. El resultado último es situar al organismo en circunstancias propicias para la supervivencia y el bienestar (p.56)

Rueda (2011), atendiendo a este concepto señala lo siguiente:

Podemos considerar la emoción como la habilidad de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, la capacidad para asimilarlos y comprenderlos de manera adecuada, y la destreza para regular y modificar nuestro estado de ánimo o el de los demás. (Rueda, 2011)

Este autor señala que la capacidad de sentir determinadas emociones, resulta de gran relevancia, como elemento biológico fundamental, ya que son un foco de sensaciones, y ser conscientes de ellas será determinante en la toma de decisiones en nuestra vida cotidiana.

Por lo que se puede observar, al consultar la literatura existente entorno al concepto de emoción, se puede comprobar cómo su definición es algo abstracta. No obstante, en la misma línea que la definición realizada por Lazarus (2000), se encuentran otros dos autores, que coinciden afirmando que las emociones están influenciadas por diferentes componentes.

Para Feldman y Blanco, (2006), la emoción “no es una sola cosa, sino que está representada por múltiples componentes que se reflejan en respuestas fisiológicas, conductuales y subjetivas”, Obiols y Bisquerra, (2006, pp. 26-27) describen este concepto indicando que:

“La emoción se ha caracterizado por poseer tres principales componentes: el neurofisiológico, el conductual y el cognitivo”.

2.1.1. La inteligencia emocional

La Real Academia Española define el concepto de Inteligencia Emocional (IE) como la capacidad de percibir y controlar los propios sentimientos y saber interpretar los de los demás.

La inteligencia puede entenderse como la capacidad que permite a la especie humana solucionar el problema de la vida. La IE podría explicarse desde cuatro conceptos básicos: la autoestima, la capacidad de entender y comprender emociones y sentimientos propios, la capacidad de gestionar y controlar los impulsos y situaciones afectivas, y la capacidad de entender y comprender los sentimientos de los demás.

A continuación, se exponen diversas declaraciones sobre este término por parte de algunos expertos en diferentes ramas de la ciencia, como la psicología y la educación, para así, poder comprender mejor su significado.

Mayer y Salovey (1990) a través de su investigación, definen la IE como una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar la información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos.

Goleman (1995), diferencia entre IE e inteligencia racional. Considera que la inteligencia racional es la capacidad intelectual medida por el coeficiente intelectual. Algunas de las habilidades que se desarrollan con la IE son la capacidad de motivarnos, de controlar nuestros impulsos, regular nuestro estado anímico, empatizar y poder confiar en los demás. Este autor considera que la IE consiste en conocerse a sí mismo reconociendo las propias emociones, saber utilizar las emociones personales, aprender a motivarse a sí mismo, reconocer las emociones de los demás y lograr establecer relaciones saludables con otras personas.

Por último, otro autor, Gardner (1985), redacta la teoría de las inteligencias múltiples, en la que también muestra los diferentes tipos de IE.

2.1.1.1 Teoría de las inteligencias múltiples

Gardner (1985), toma como referencia que la inteligencia no es única y singular, sino que está formada por varias inteligencias.

Este autor redactó la teoría de las inteligencias múltiples, en donde considera que la inteligencia está formada por el desarrollo de siete inteligencias. Por otra parte, también menciona que existen factores condicionantes a estas inteligencias, como los ámbitos culturales, sociales y educativo. Las diferentes inteligencias múltiples para Gardner (1985) son las siguientes:

- Inteligencia lingüística, o capacidad que concierne toda formación sobre lenguaje oral y escrito.
- Inteligencia lógico-matemática, o capacidad en la que se desarrolla razonamientos abstractos, relaciones lógicas y el uso de los números.
- Inteligencia musical, o capacidad de desarrollar la sensibilidad del mundo musical y todos los elementos que lo forman.
- Inteligencia espacial, o habilidad de representar y trabajar con ideas de manera gráfica.

- Inteligencia cinético-corporal, o capacidad de usar el propio cuerpo par expresar ideas, sentimientos, etc.

Por último, dentro de estas inteligencias múltiples, también encontramos la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal, en las que haremos mayor hincapié, debido a que forman los dos tipos de IE de los seres humanos.

2.1.1.2. Tipos Inteligencia emocional

Tomando como referencia los ideales de Gardner (1985), la inteligencia intrapersonal, es la habilidad para conocerse a uno mismo, identificar y entender nuestras emociones, por lo que servirá para orientar la conducta. En esta inteligencia encontramos aspectos como la motivación, confianza y autoestima entre todos.

Por otro lado, la inteligencia interpersonal, aporta información sobre los estados anímicos de los demás, permitiendo conocer las personas, sus deseos e intenciones. Esta inteligencia tiene en cuenta la sensibilidad hacia las expresiones faciales, la voz, los gestos y las posturas corporales.

Mayer y Salovey (1997), tras diferentes investigaciones, determinaron un nuevo modelo de inteligencia, presentando una nueva definición de IE que hace mención a los factores reflexivos que componen las emociones.

Habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. (Mayer y Salovey, 1997).

Las habilidades que integran el actual modelo son la percepción, evaluación y expresión de las emociones, la emoción como facilitadora del pensamiento y el conocimiento emocional y regulación de las emociones.

Goleman (1995), recopila las competencias personales que forman parte de la IE. Estas competencias, fueron recogidas anteriormente por Salovey y Mayer (1990) y estaban basadas en la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner (1985). Este autor indica

que la IE se compone de las siguientes competencias: autoconocimiento, autocontrol, automotivación, reconocimiento de las emociones y control de las relaciones.

Por consiguiente, el aprendizaje de estas competencias son parte de un proceso continuo de aprendizaje, por lo que no se desarrollan igual en todas las personas, ni se llegan a adquirir las mismas competencias personales.

2.2. Las emociones del niño en diferentes ámbitos

El desarrollo emocional y afectivo es un proceso de maduración y crecimiento en los niños y niñas, que se encuentra influenciado por diferentes factores. En este ámbito, se pueden destacar a dos autores de gran relevancia por sus aportaciones en esta línea de investigación, como son Vigotsky (1979) y Piaget (1967), autores que relacionan el desarrollo emocional y afectivo con el cognitivo y del aprendizaje.

Piaget (1967), establece unas etapas de desarrollo sobre las que estructura el desarrollo cognitivo y afectivo. Entiende que el desarrollo afectivo es el proceso en el que niños y niñas aprenden a regular sus emociones.

La perspectiva de Vigotsky (1979), señala que el desarrollo humano está influenciado por la relación entre el contexto general y la situación social, por lo que en los niños y niñas el desarrollo del aprendizaje y el desarrollo afectivo están influenciados por la interacción social. Vigotsky (1979), en su obra titulada “Teoría de las emociones”, presenta sus investigaciones sobre la naturaleza de las emociones humanas.

Durante el desarrollo, niños y niñas irán construyendo el concepto de sí mismos y de su personalidad. Así mismo, en la edad infantil se construyen las experiencias emocionales a través de las interacciones con las personas de su entorno, por lo que la actitud de estas personas también influirá en el desarrollo de niños y niñas de una manera u otra.

Un factor que influye notablemente tanto en el desarrollo del aprendizaje, como en el emocional, es la vida familiar, pilar básico en el desarrollo de la madurez personal, donde se crean y comienzan las comunicaciones afectivas y son determinantes para los

más jóvenes, un ambiente, que en la mayoría de los casos, ofrece seguridad y confianza a niños y niñas.

Otro factor es la escuela y todo el entorno social que conlleva, siendo muchas experiencias las que los más pequeños viven en primera persona en este contexto y en las que aprenden a desenvolverse en diferentes situaciones. Entre estas situaciones podemos destacar la relación entre alumnado y profesorado, y entre los propios alumnos y alumnas, puesto que la escuela es un lugar donde niños y niñas van a interactuar diariamente durante su etapa de desarrollo. De este modo, también se deben considerar las relaciones sociales, más allá de las implicadas o generadas en el colegio, ya que tanto niños como niñas viven experiencias mediante sus interacciones sociales. En las etapas infantiles se hace amigos, discute, tiene hobbies, practica algún deporte colectivo o individual, se le da bien, se le da mal, etc. Estos planteamientos son una insignificante muestra de lo que viven y experimentan. Todas estas diversas situaciones generan diferentes emociones, así que, durante esta etapa, se comienza a comprender la relación entre las vivencias a través de las interacciones sociales, la vida familiar y el contexto del individuo en sí, con las emociones.

Todos estos factores generan gran variedad de situaciones, las cuales son determinantes para el desarrollo afectivo de niños niñas, por lo que es importante que estos ambientes interactúen entre sí y sean constructivos, creando un clima adecuado para su desarrollo.

Las emociones más básicas y comunes que podemos encontrar en la primera infancia de niños y niñas, según Harris (1989), citado por Hidalgo y Palacios, (1999:267) son la alegría, enfado, sorpresa ansiedad, miedo y tristeza,. Más adelante, se experimentan otro tipo de emociones como orgullo, vergüenza o culpa. Por último, conforme se van familiarizando con este tipo de emociones, se comienzan a intuir los primeros indicios de comprensión y control emocional, cuyo objetivo es la comprensión de las emociones y el desarrollo de la autorregulación emocional.

2.3. La educación emocional en Educación Primaria

Actualmente, en el ámbito educativo, cada vez se escucha más el término educación emocional, surgiendo la posible necesidad de educar las emociones desde las etapas de Educación Primaria.

La Educación Emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objetivo de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se le plantean en su vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (Bisquerra 2000, p. 243)

Las emociones juegan un papel muy importante durante las etapas tempranas, afectando al desarrollo afectivo de niños y niñas, por lo que también serían un factor más a incorporar en el desarrollo del aprendizaje. En la etapa educativa, las emociones adquieren un rol esencial, puesto que pueden determinar el progreso de niños y niñas. Así que, existe una relación entre lo que sienten y lo que aprenden, ya que son dos factores que dependen el uno del otro.

En este sentido, existen diferentes investigaciones educativas implicadas que destacan estos aspectos y docentes que planifican nuevos métodos e intentan llevarlos a la práctica. Un ejemplo de ello lo encontramos en el profesor César Bona (2015), el cual implanta en su metodología la formación educativa a través de aspectos como la emoción, empatía y creatividad, como base fundamental para gestionar sus emociones.

Existen dificultades a la hora de implantar nuevos métodos educativos en las aulas, simplemente por desconocimiento de cómo abordar estos contenidos o por no ser relevantes dentro del currículo formativo. Sin embargo, la sociedad avanza y cambia, de manera progresiva, por lo que el ámbito educativo es fundamental que se adapte y progrese de manera paralela a los avances que sufre la sociedad que la rodea. Lo ideal es que el alumnado interiorice aprendizajes, en vez de memorizarlos, mediante

metodologías con objetivos comunes, dirigidos al alumnado e incorporar este término en el currículo de manera más influyente, sin ser mencionado únicamente como un elemento transversal, con el objetivo de realizar el desarrollo integral de las personas.

La finalidad propuesta implicada en el término de educación emocional es aquella en la que el alumnado reconoce, expresa y gestiona sus emociones, que le permita relacionarse socialmente de manera adecuada y tenga la capacidad de resolver conflictos de la vida diaria. La intención es la de aprender a regular las emociones negativas para prevenir diferentes tipos de conductas.

2.3.1. Influencia de las emociones del alumnado en el desarrollo del proceso de enseñanza - aprendizaje

Durante el proceso de enseñanza-aprendizaje influyen muchos aspectos que pueden determinar su desarrollo, como la IE, el clima del aula, la metodología, tanto en las tareas, como en las sesiones en sí y el docente y las funciones que desempeña. Todos ellos, pueden variar, pero ya que el proceso de enseñanza-aprendizaje se centra en el desarrollo del alumnado, muchos de estos factores dependerán de él mismo, de su iniciativa, de la manera que afronte las diferentes situaciones que le surjan y, de la actitud que tome, es decir, de su propia motivación.

Existe una relación entre emoción y motivación. La motivación es un aspecto que incide en el aprendizaje. Pintrich y De Groot (1990), exponen una propuesta sobre los procesos motivacionales relacionados en el ámbito educativo que describen Cerezo y Casanova (2004). En esta propuesta se señala tres categorías respecto a la motivación y el alumnado. La primera indica que la motivación está relacionada con las expectativas del alumnado y sus capacidades. La segunda, toma relevancia con el valor, con las metas e interés por las tareas. La tercera se centra en la motivación y el componente afectivo-emocional derivado del resultado de la tarea, éxito o fracaso.

Sobre el vínculo existente entre emoción y motivación Bisquerra (2000) afirma que:

Desde la neurofisiología también se ha comprobado la relación entre emoción y motivación. Las estructuras neuronales y los sistemas funcionales responsables de la

motivación y de la emoción, a menudo coinciden, conformando un cerebro motivacional/emocional conocido con el nombre de sistema límbico (p. 166).

Las instituciones educativas tienen en cuenta que uno de los objetivos principales es lograr la motivación del alumnado respecto al aprendizaje. El nivel de motivación debe ser suficiente para que los alumnos y alumnas desarrollen una iniciativa respecto al aprendizaje y puedan construir hábitos para lograr un mayor crecimiento personal y académico.

El alumnado vive y experimenta causalidades mediante diferentes tipos de situaciones que se va encontrando durante su proceso de desarrollo y repercuten en aspectos intrínsecos, como las emociones, pensamiento, motivación, comportamiento y autoestima.

Por ello, es fundamental conocer la relación de estos efectos implicados en la vida de los más jóvenes, y más concretamente, en el ámbito educativo, para poder desarrollar acciones que favorezcan la adecuada adaptación y la fluidez del proceso de enseñanza-aprendizaje.

2.3.2. El docente

La educación es un proceso fundamental para impulsar la formación y el progreso de los individuos y de la sociedad, y en definitiva, del desarrollo humano. Existen tres ámbitos generales de desarrollo: físico, cognoscitivo y psicosocial (Papalia, Wendkos y Duskin, 2010).

El currículum educativo atiende a los dos primeros. Al desarrollo físico, mediante talleres de sensibilización, prácticas saludables y programas que impliquen el progreso en las diferentes habilidades motrices. Y al desarrollo cognoscitivo, a través de materias curriculares dedicadas a los aspectos básicos del aprendizaje, como la memorización, razonamiento y perfeccionamiento del lenguaje. Respecto al desarrollo psicosocial, es más abstracto, no en todos los casos se atiende adecuadamente, puesto que a veces se da por hecho que el desarrollo emocional y todo lo que conlleva es responsabilidad del alumnado.

El objetivo educativo es la formación de personas, tanto de manera emocional como intelectual, por medio de la transmisión de conocimientos y la incorporación de rutinas o hábitos que favorezcan el aprendizaje, otorgando responsabilidades individuales entre el alumnado. La consecución de estos objetivos implica la coordinación de todos los miembros de la comunidad educativa. Bisquerra (2006:9) argumenta que:

La práctica de la educación emocional implica diseñar programas fundamentados en un marco teórico, y para llevarlos a la práctica hay que contar con profesionales debidamente preparados; para apoyar la labor del profesorado se necesitan materiales curriculares; para evaluar los programas se necesitan instrumentos de recogida de datos, etc.

El Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica (GROP), es una institución pedagógica encabezada por Bisquerra y Manuel Álvarez, dedicada a la realización de investigaciones y mejoras en el ámbito de la educación emocional. En este sentido, Bisquerra (2006) propone un enfoque educativo basado en las siguientes directrices:

- Elaborar un marco teórico basado en la educación emocional, el cual permanezca en revisión permanente.
- Identificar las competencias emocionales básicas para vida sociedad actuales.
- Secuenciar la adquisición de competencias emocionales a lo largo de currículum.
- Formar al profesorado en educación emocional, a fin de posibilitar el diseño, aplicación y evaluación de programas contextualizados en centros educativos y crear materias curriculares para apoyar la práctica de la educación emocional por parte del profesorado, así, como diseñar, aplicar y crear instrumentos de evaluación y diagnóstico que posibiliten la revisión y mejora de tales programas.
- Perfilar estrategias más idóneas de implantación de programas de educación emocional en los diversos niveles educativos.
- Fomentar cristalización del cambio con objeto de garantizar la continuidad de los programas.

Para una adecuada implementación de un proyecto basado en la educación emocional Darder Vidal (2013), en su libro *“Aprender y educar con bienestar y empatía”*, hace referencia a estas fases. El desarrollo de la conciencia emocional, la relación cuerpo-pensamiento-emoción, el entrenamiento de actitudes y pensamientos positivos y la gestión de las emociones.

Otro factor a tener en cuenta es la afectividad entre el docente y el alumnado, ya que el docente adquiere un rol de referente ante al alumnado. El docente debe considerar el mediar a través de un carácter dialogal, que favorezca la comunicación y el diálogo mutuo, que en todo momento haga hincapié en la capacidad de reflexión. Adaptarse a cualquier situación durante el proceso educativo, atendiendo a cada alumno o alumna en particular, es fundamental.

También hay otros factores relacionados, como el docente y la manera que desempeña sus funciones, atendiendo a la organización, planificación y metodología que usa.

La estructura de la sociedad actual no favorece un proceso educativo personalizado y el carácter impersonal de las relaciones que se establecen en los centros educativos, poco contribuye a fortalecer el potencial intelectual que nace y crece en la interacción afectiva niño-adulto; es por esto que se hace perentorio terminar con la dicotomía entre emoción e intelecto y reconocer que el desarrollo intelectual está dinámicamente enlazado con las emociones y, en consecuencia, es necesario educar conjuntamente ambos aspectos de la inteligencia, favoreciendo la construcción de aprendizajes intelectual y emocionalmente significativos (Fontaine, 2000).

Por ello, un objetivo fundamental, es que el alumnado interiorice los aprendizajes de una manera significativa, en vez de memorizarlos, que se conviertan en conocimientos que se puedan aplicar o extrapolar a la vida cotidiana. Para ello se debe fomentar la utilización de metodologías activas, haciendo así, una línea paralela entre motivación y aprendizaje, de forma que implique a todo el alumnado. En conclusión, que se genere emociones que beneficien al alumnado, y al desarrollo y fluidez de los aprendizajes.

2.3.3. Currículum de Educación Física

En el currículum del área de Educación Física, extraído del Boletín Oficial de Aragón (BOA), se encuentran aspectos relacionados con el desarrollo afectivo-emocional del niño o niña respecto a esta materia.

La Educación Física persigue el desarrollo global de la persona, por lo que se encuentran implicados los aspectos motores, biológicos, cognitivos, de relación interpersonal y afectivo-emocionales con el fin de adquirir el máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un ambiente saludable.

A continuación, en la Ley Orgánica 6/2014, de 16 de junio, publicado en el Boletín Oficial del Estado (2014), se encuentra la aprobación del currículum de Educación Primaria, donde se muestran diferentes objetivos, competencias, metodologías y otros aspectos comprendidos en este área que hacen mención al desarrollo afectivo-emocional del alumno.

- Obj.EF4. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, para representar, expresar y comunicar, individual o grupalmente, sensaciones, emociones o ideas de manera eficaz.
- Obj.EF5. Adquirir conocimientos, capacidades, actitudes y hábitos que les permitan incidir de forma positiva sobre la salud e iniciar adecuadamente la gestión de su vida física.
- Obj.EF6. Utilizar sus capacidades y recursos motrices, cognitivos y afectivos para conocer y valorar su cuerpo y la actividad física.
- Obj.EF7. Conocer y practicar juegos y actividades deportivas, con diversas formas de interacción y en diferentes contextos de realización, aceptando las limitaciones propias y ajenas, aprendiendo a actuar con seguridad, trabajando en equipo, respetando las reglas, estableciendo relaciones equilibradas con los demás y desarrollando actitudes de tolerancia y respeto que promuevan la paz,

la interculturalidad y la igualdad entre los sexos, y evitando en todo caso, discriminaciones por razones personales, de sexo, sociales y culturales.

En este área, se contribuye a alcanzar todas las competencias, de manera que favorece la perspectiva sistémica de los aprendizajes y el tratamiento integral de los contenidos.

En este caso, la competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor es la que mejor atiende al desarrollo afectivo-emocional del alumnado. El alumnado aprende a tomar decisiones con autonomía en diferentes situaciones. El área de Educación Física cuenta con un bloque de contenidos dedicado en gran parte a la gestión del alumnado de su vida activa, con el fin de alcanzar objetivos tanto de forma individual como colectiva. Además se centra en potenciar las capacidades de resolución de problemas, de dominio emocional (relajación, control del riesgo, actuación ante un público, etc.), iniciativa, esfuerzo, superación y la búsqueda de éxito

El desarrollo eficaz de este currículo necesita un enfoque metodológico que se adecue a las posibilidades del centro, por lo que el profesorado deberá desarrollar una programación que garantice que el alumnado realice actividades variadas dentro de un mismo itinerario de enseñanza-aprendizaje, adaptando el nivel de exigencia a cada estudiante según su curso.

El docente de Educación Física, a través de su forma de actuar en el aula, es un factor que influye en el grado de implicación del alumno o alumna en el aula y por tanto, en la práctica de actividad física presente y futura. El estilo docente debe generar ambientes de aprendizaje que faciliten el número, el tipo y la calidad de las interacciones sociales que experimenta el alumnado en un contexto educativo.

De acuerdo con las investigaciones que relacionan la forma de proceder del profesorado y las consecuencias motivacionales para el alumnado a nivel de comportamiento, afectivo y cognitivo, resulta fundamental configurar que el docente sea capaz de generar climas de aprendizaje óptimos en el aula, con el objetivo de satisfacer las necesidades psicológicas básicas de alumnos y alumnas.

Para fomentar un clima óptimo de aprendizaje se tendrán en cuenta los ámbitos de intervención didáctica durante las sesiones de Educación Física. Se deberá prestar atención a aspectos como:

- Informar sobre los objetivos a conseguir a diferentes niveles (unidad didáctica, sesión y situaciones de trabajo).
- Diseñar propuestas de aprendizaje orientadas al proceso.
- Estructurar la información en las tareas, focalizar la información en los elementos controlables por el alumnado (aplicar las reglas de acción y fomentar la implicación cognitiva del alumno).
- Desarrollar experiencias de “éxito controlado y fracaso controlado”.
- Fomentar durante las sesiones la regulación emocional.
- Dar la posibilidad de elección de tareas durante las unidades didácticas.
- Reconocer el progreso individual, utilizar evaluaciones privadas y significativas para el aprendizaje, diseñar evaluaciones diagnósticas que permitan al alumnado establecer necesidades de aprendizaje concretas, implicar al participante en su evaluación
- Diseñar tareas (situaciones) que promuevan el reto, aprovechar el carácter lúdico inherente a las actividades para fomentar una motivación intrínseca.
- Implicar a los participantes en diferentes tipos de liderazgo asumiendo diferentes roles a lo largo del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En el área de Educación Física se vivencian los contenidos, por lo que son relevantes y significativos para el alumnado, ya que poseen una peculiar motivación intrínseca. El alumnado tiene necesidad de moverse y expresarse de manera espontánea, así que el profesorado coordina los diferentes aspectos que se dan para una adecuada realización de las propuestas didácticas.

2.4. Emociones percibidas en las clases de Educación Física

La Educación Física es una asignatura que tiene como objetivo principal el promover la salud física, sin embargo, en los últimos años, de manera paralela, se hace hincapié en la salud mental.

Desde el punto de vista fisiológico, “la actividad física estimula la secreción de serotonina, que es uno de los neurotransmisores que producen bienestar” (Bisquerra, 2011, p.4)

Por otro lado, sobre el aspecto psicológico, numerosos estudios señalan que “el juego deportivo se ha mostrado como un agente desencadenante de emociones positivas” (Duran, Lavega, Salas, Tamarit e Invernó, 2015, p. 14); no obstante, otros autores señalan que “las variables competición y género de los participantes pueden predecir la emergencia de emociones negativas” (Sáez, Lavega, Lagardera, Costes y Serna, 2014, p. 86)

Por lo tanto, no se puede generalizar con respecto a las emociones durante la clase de Educación Física, ya que el componente subjetivo de lo que se siente durante las sesiones está presente. Las investigaciones sobre la dimensión afectiva en las clases adquieren una gran importancia, puesto que influyen positivamente en las decisiones futuras que toma el docente, ofreciéndole una mayor comprensión del tema.

2.4.1. Identificar emociones

El área de Educación Física es un espacio donde el alumnado está implicado en todas sus dimensiones (física-motriz, mental, afectiva y social), es ideal para fomentar la educación emocional de la persona, siendo un contexto idóneo para el desarrollo de estas actitudes y valores. El docente de Educación Física tiene mayor facilidad para observar y analizar los diferentes comportamientos del alumnado, a través del

movimiento y del deporte, en todas sus expresiones, ya que tanto los sentimientos como las conductas se magnifican, resultando más fácil identificar las diferentes emociones de alumnos y alumnas, y a la vez pudiendo interactuar con ellos de una manera más cercana.

Respecto a la relación del deporte y las emociones, Bisquerra (2011,p. 5) señala que: “tiene un gran poder para generar emociones”.

En esta línea, tal y como afirman Alcaraz y Díaz (2015, p.354), el área de Educación Física se presenta como la más idónea porque la actividad física actúa como generadora de diversas emociones en el alumnado, tanto positivas como negativas, y puede suponer un proceso que beneficie a alumnos y alumnas o un proceso que les perjudique. Este aspecto implica que todas las emociones pueden ayudar al proceso de formación emocional de alumnos y alumnas.

Algunas de las situaciones que se producen en las clases de Educación Física pueden tener un carácter emocional, donde el o la docente puede observar y analizar si el niño o niña no quiere realizar las actividades o las hace con poco interés, intuyendo que al alumnado le ocurre algo, como que éste desmotivado, triste etc. También puede ocurrir que niños y niñas se puedan encontrar con mucha energía y con una actitud positiva, pudiendo significar que se encuentre feliz y motivado. Otras situaciones que pueden aparecer con el alumnado son los sentimientos, de enfado con los compañeros, que no haga caso a las indicaciones del profesorado y en definitiva, presentar un mal comportamiento durante las sesiones. Durante las clases pueden surgir infinidad de situaciones diferentes, por lo que es fundamental que el o la docente tenga una actitud activa y preste atención en todo momento, lo que le ayudará a planificar y organizar las siguientes sesiones atendiendo las necesidades del alumnado.

2.4.2. Ganar o perder

En Educación Primaria, durante las sesiones de Educación Física, la mayoría de las tareas o actividades se representan mediante juegos, en los que están presentes muchos de los aprendizajes, y contenidos de este área, como el desarrollo de estrategias, de habilidades motrices y el trabajo en equipo entre otros.

El problema que afecta tanto al desarrollo fluido de la actividad como a las diferentes emociones o conductas que se generan entre el alumnado, se centran fundamental en que no todos pueden siempre ganar. A veces, alumnos y alumnas tienen un concepto equivocado del juego o del deporte, no dándole la suficiente importancia a la progresión de los aprendizajes y a los objetivos implicados, sino que se quedan con el simple concepto de ganar o perder. Por ese motivo, no todos obtienen sensaciones positivas frente a estas situaciones, lo que genera que surjan diferentes conductas, tanto en el desarrollo del juego como al finalizarlo.

Debido a esa competitividad existente en el concepto de ganar o perder, surgen entre el alumnado sentimientos de frustración y rabia. Además, se generan discusiones entre los propios compañeros, que hacen que posteriormente no se trabaje en equipo o incluso que no se quiera participar. También se genera una rivalidad exagerada en la que aparecen conflictos, burlas y conductas poco adecuadas.

Las emociones son un componente importante en el desarrollo de las sesiones de Educación Física. Como prueba de ello se puedan encontrar muchas investigaciones donde se aborda este concepto.

En este sentido, Lavega (2010), concluyó que:

Las emociones positivas se manifiestan con máxima intensidad en juegos cooperativos sin victoria; mientras que las emociones negativas se activan básicamente en los juegos en los que se puede ganar o perder e incluso quedar eliminado, por lo que las emociones negativas suelen relacionarse con la derrota, presentando una mayor intensidad en los juegos de oposición y en los juegos de cooperación con oposición (Lavega, Filella, Agulló, Lagardera, Soldevilla y March, 2011; Jaqueira, Lavega, Lagardera, Araújo y Rodríguez, 2014).

Por otra parte, Caballero, Alcaraz, Alonso y Yuste (2016) en el trabajo académico titulado, “*Intensidad emocional en la clase de educación física en función de la victoria: juegos de cooperación-oposición*” determinan que:

Si se basa únicamente en el factor victoria (ganar o perder), se determina que cuando se ganaba, sí existieron diferencias significativas entre las emociones positivas y las emociones negativas, lo que se traduce en que cuando se consiguió ganar, la intensidad de las emociones positivas fue significativamente mayor que las emociones negativas, resultados

que coinciden con los encontrados por Alonso, Gea y Yuste (2013). Además, se determina que cuando se perdió, las emociones negativas presentan mayor intensidad que las emociones positivas. Estos resultados evidencian la necesidad de determinar qué tipos de juegos seleccionar en relación con nuestros intereses pedagógicos, así como la necesidad de propiciar la oportunidad a todos los alumnos y alumnas de experimentar tanto la victoria como la derrota. No obstante, tal y como ya se ha señalado previamente, la media del cómputo total de la intensidad de las emociones positivas fue mayor que el cómputo total de las emociones negativas, lo que manifiesta que de manera general, aun existiendo la presencia de emociones negativas, sobre todo cuando se pierde el juego, las situaciones lúdicas generan experiencias emocionales positivas (Caballero et al, 2016).

En conclusión, frente a estas situaciones, se deben encontrar diferentes soluciones. Algunas de ellas se orientan hacia planificar y organizar las sesiones con antelación, la elección de las actividades de manera que sean coherentes con los objetivos, modificar los juegos en los que aparezcan algún tipo de conflicto, de forma que no haya eliminados, que sigan participando todos, es decir, sustituir ese tipo de “castigos” que existen en algunos juegos, etc.

También es importante buscar la forma más adecuada para resolver los conflictos entre los compañeros respecto al desarrollo del juego, de manera que sea justo y si es posible, rápido, para la reanudación de la actividad en el menor tiempo posible.

Por último, resulta fundamental que durante todo el curso se haga especial hincapié a transmitir cualidades como el diálogo y la comunicación entre el alumnado, para así poder resolver cualquier tipo de conflicto, fomentando una competitividad sana, la cual es imprescindible expresar a alumnos y alumnas, puesto que el deporte en general se encuentra estrechamente vinculado con el concepto de la victoria y la derrota, por lo que tendrán que aprender a tolerar diferentes situaciones y poder obtener resultados positivos, como poder disfrutar de la tarea, apreciar las nuevas experiencias, tener la oportunidad de mejorar, respetar a los rivales, etc.

2.4.3. Emociones negativas

Algunos autores muestran la relación existente entre los conflictos y la capacidad de autorregulación emocional de las personas, ya que

“Los conflictos están directamente relacionados con las emociones, de modo que aparecen en aquellas situaciones en las que las personas experimentan emociones negativas que no son capaces de gestionar de manera autorregulada” Bodtker y Jameson, (2001).

A su vez, autores como Bell y Song (2005), Bisquerra (2000), Desivilya y Yagil (2005), Deutsch, Coleman y Marcus (2006), Jameson, Bodtker, Porch y Jordan (2009) y Lazarus (2000) también relacionan estos dos conceptos, puesto que indican que se puede apreciar la vinculación existente entre los conflictos motores y la intensidad de las emociones negativas, y cómo dichos conflictos pueden emerger cuando los protagonistas no son capaces de regular sus emociones negativas.

Durante esta etapa, teniendo en cuenta la edad del alumnado, es difícil que sean capaces de gestionar sus emociones perfectamente, ya que viven nuevas experiencias y diferentes situaciones, por lo que a veces surgen conflictos, y con ellos emociones negativas, lo que hace necesario educar emocionalmente al alumnado, enseñándoles que pueden hablar y pedir ayuda o expresar lo que sienten de una manera cercana. En otros casos, el docente debe intervenir si ve conductas inapropiadas entre el alumnado, de forma que pueda ayudarles, que los escuche y oriente en todo lo necesario, otorgándoles consejos y valores adecuados de una persona adulta más experimentada.

También aparecen otro tipo de emociones negativas, pero relacionadas al desarrollo de las sesiones, de los juegos, etc...ya comentados anteriormente.

La Educación Física entendida como pedagogía de conductas motrices, favorece a educar las relaciones interpersonales y la afectividad a través de la propia acción motriz, por lo que es posible, transformar los conflictos sociales y emocionales de los alumnos y alumnas a partir del juego y el deporte.

Por último, respecto a los valores y actitudes negativas que se muestran en las clases, como faltas de respeto, discusiones entre los compañeros, o cualquier tipo de discriminación, el currículum de Educación Física, según la Ley Orgánica 6/2014, de

16 de Junio, en donde se aprueba el currículum de Educación Primaria (BOE 2014), señala estas indicaciones.

Desde la Educación Física se tiene la ocasión y la responsabilidad de intervenir para contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión y contribuir a la consecución de una igualdad efectiva y real de oportunidades para todos. Algunas de las acciones que se pueden realizar son: ofrecer un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades por itinerario de enseñanza-aprendizaje, preservar la seguridad afectiva y emocional del alumnado en todos los tiempos pedagógicos, no tolerar los comportamientos excesivamente competitivos y agresivos y ser tajantes con discriminaciones “de baja intensidad” como comentarios malintencionados, gestos de desprecio, etc., priorizar en la elección de actividades aquellas que no tengan estereotipos de género, para que todo el alumnado se pueda sentir identificado e intervenir de forma explícita sobre lo que significa la construcción social del género cuando se elijan actividades con estereotipos para poder reconstruir ese ideario colectivo (BOA, 2014).

2.4.4. Beneficios emocionales a través de la Educación Física

La actividad física es un término que está totalmente implicado en el desarrollo de las clases de Educación Física y genera gran variedad de beneficios sobre el alumnado.

La actividad física es “cualquier movimiento corporal intencionado, realizado con los músculos esqueléticos que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea” Devís (2000).

Aunque otros autores la definen también como:

“Todo movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que ocasionan un gasto de energía que dependerá de la masa muscular implicada, de las características de dicho movimiento, de la intensidad, duración y frecuencia de las contracciones musculares” Caspersen, et al., (1985).

El área de Educación Física es más importante de lo que socialmente parece o piense mucha gente, ya que genera muchos beneficios a distintos niveles, favoreciendo un adecuado desarrollo del alumnado, tanto físicamente como psicológicamente, desde la

perspectiva de su salud y bienestar social. En el área de Educación Física se pueden destacar la consecución de los siguientes beneficios:

- A nivel físico: se desarrollan las capacidades físicas básicas, habilidades, tareas y destrezas motrices. Incrementa el desarrollo del aparato respiratorio, aparato motor, sistema cardiovascular, sistema endocrino y sistema nervioso.
- A nivel psicológico: mejora autonomía y autoestima, generando un estado de bienestar, estados emocionales positivos y desarrollo del aspecto afectivo. Dishman, (1986) y Morgan y Goldston, (1987). En sus diversos estudios, clarifican beneficios psicológicos de la actividad física a largo y corto plazo, concluyendo que la actividad física tiene un efecto causal positivo en la autoestima. Plante y Rodin (1990), revisaron la literatura existente desde 1980, respecto al impacto sobre la salud mental y el bienestar psicológico. Su conclusión fue que la actividad física favorece la aparición de estados emocionales positivos produciendo sensación de bienestar y reduciendo los niveles de estrés, ansiedad y depresión.
- A nivel de salud y bienestar: el alumnado aprende a valorar la higiene y salud, aceptar el propio cuerpo, a cuidarse tanto físicamente como mentalmente, a respetar las diferencias y utilizar la Educación Física y el deporte, como medio para favorecer el desarrollo personal y social. Todo ello, incide notablemente en el desarrollo afectivo-emocional, debido a que ayuda a que puedan gestionarse emocionalmente, aceptarse a sí mismos, a estar bien, a cuidarse y relacionarse con los compañeros de manera adecuada.
- A nivel social: la Educación Física es un área en la que los alumnos interactúan constantemente, de manera física y verbal, en un contexto más abierto, flexible y natural, es por ello por lo que se puede considerar como un factor de socialización.

2.4.5. Estudios e investigaciones actuales sobre las emociones presentes en las clases de Educación Física

Actualmente se encuentran una gran variedad de estudios e investigaciones sobre las emociones de niños y niñas, muchos de ellos ligados con el tema del deporte, educación física, etc, por la relación, influencia y contexto que comparten. Todas ellas, a parte de tener sus diferencias y objetivos específicos, se rigen por un objetivo principal, basado en comprender las emociones y la influencia que tienen en niños y niñas, para poder actuar de una manera adecuada, en la que favorezca siempre a su desarrollo.

El estudio realizado por Gil-Madrona y Martínez-López(2015), titulado: “*Emociones auto-percibidas en las clases de educación física en primaria*”, estaba constituido por un universo de alumnos, pertenecientes a centros de Educación Primaria de la ciudad de Albacete. El número total de centros que constituye dicho universo fue de 36. La muestra final fue 376 alumnos de 6º curso de Educación Primaria y 14 profesores de Educación Física, con el objetivo de observar e identificar las emociones percibidas en sus clases.

Como conclusión se observó que existe una elevada intensidad emocional, de naturaleza positiva, lo que se manifiesta en un alto predominio de emociones positivas o placenteras y la casi ausencia de emociones negativas o no placenteras. El tipo de emociones positivas experimentadas por el alumnado están asociadas especialmente a dos tipos: a la sensación de tranquilidad, en el sentido de ausencia de miedos e inseguridades, lo que lleva al alumno a sentirse ‘a gusto’ en la clase; y a la experimentación de emociones conectadas a la felicidad y la alegría. El grado o intensidad de emociones negativas o no placenteras experimentadas por el alumnado parece ser bastante bajo, prácticamente inexistente. Se debe destacar en todo caso que dentro de dicho rango de emociones de baja intensidad, hay un predominio de dos tipos: aquellas asociadas a estados de ansiedad, abatimiento o indignación, y aquellas relacionadas con insuficiente motivación, lo que lleva al alumnado a sentirse aburrido, no excesivamente satisfecho o entusiasmado.

Otra investigación respecto a las emociones de los alumnos en las clases de Educación Física es la realizada por Díaz y Gil-Madrona (2012), titulada: “*Dominio afectivo de los*

alumnos de 6º curso de primaria hacia la asignatura de educación física”, cuyo objetivo principal fue analizar las actitudes y reacciones emocionales, el dominio afectivo, que perciben los estudiantes de 6º curso de Educación Primaria en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física.

La muestra estuvo compuesta por 525 alumnos de 6º curso de Educación Primaria de veinte colegios públicos de la provincia de Albacete, a los que se les aplicó un cuestionario sobre el dominio afectivo.

Tras analizar los datos, no se obtuvieron diferencias significativas entre el alumnado en función del género. Los alumnos y alumnas estiman y tienen buena consideración por la asignatura de Educación Física, usan los conocimientos que en ella alcanzan, conocen su valor y defienden su importancia. Por lo que se puede deducir los alumnos y alumnas están motivados, cómodos durante la realización de las clases, por lo que se generan actitudes y emociones positivas, lo que hace más fluido el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por último, Mujica, Orellana, y Concha (2017), en su publicación “*Emociones en la clase de Educación Física: revisión narrativa (2010-2016)*”, realizaron una revisión narrativa sobre este tema, abarcando trabajos académicos e investigaciones relacionadas, desde el 2010 hasta el 2016.

Los resultados codificados fueron los siguientes:

- Emociones positivas. Se identifican en situaciones de juegos motores, ejercicios de mindfulness, ambientes que producen sensación de tranquilidad, seguridad y entusiasmo.
- Emociones negativas. Los factores causales identificados son la desmotivación, el aburrimiento, la exposición social, las situaciones de impacto corporal, y las burlas hacia la apariencia física.
- Emociones en actividades competitivas. Se identificó que en las situaciones de victoria se generaban emociones positivas y en las de derrota, negativas.

Por ello, se concluyó en que se identifican los factores que han sido causales de emociones positivas en el alumnado, siendo un aporte para los docentes preocupados por generar un bienestar emocional en sus clases. Los contenidos que se deben fomentar son el juego motor, siendo el de carácter socio motriz sin competición el que ha presentado mayor cantidad de estas emociones, ejercicios enfocados hacia la relajación y la meditación, además de producir un ambiente que favorezca la autoestima, la motivación y la confianza del alumnado. Por otra parte, se determinaron los factores que dañan el bienestar emocional, afectando negativamente al alumnado en su proceso de aprendizaje durante las clases de Educación Física, siendo este conocimiento una oportunidad para que el profesorado incluya en su planificación la solución para los problemas de falta de interés, violencia psicológica y situaciones fuertes de exposición física o social, que ameritan periodos de preparación individualizada.

2.5. Educación Física como factor de socialización

El área de Educación Física implica deportes, juegos, actividad física y con ello, mucha interacción entre los participantes, generándose muchas relaciones interpersonales. Estas diferentes interacciones y relaciones interpersonales que se dan durante la clases de Educación Física favorecen algunos aspectos de carácter social del alumnado, como la integración de estos. Debido a que es muy habitual encontrarse situaciones como algún alumno o alumna nuevo en clase, extranjero que no entienda el idioma, que sea tímido y le cueste relacionarse con los compañeros...El juego o deporte se presenta como una excelente forma para comunicarse, siendo una comunicación motriz en la que se generan sentimientos o emociones, como el compañerismo, amistad y sentimiento de equipo entre muchos otros.

El área de Educación Física tiene un carácter inclusivo, ya que favorece las relaciones, puesto que el alumnado se encuentra en un contexto más flexible, abierto y natural, en el que se pueden comunicar y conocerse mejor. Por esta razón, se fomenta la cohesión del grupo clase, lo que facilita el desarrollo más adecuado y fluido de las sesiones de cualquier materia, creándose un clima de aprendizaje óptimo.

Por otro lado, también se fomenta la transmisión de una serie de valores y actitudes necesarios para una convivencia social adecuada, donde alumnos y alumnas aprenden aspectos como el respeto, resolución de conflictos, cooperación tolerancia, disciplina y solidaridad entre otros.

Por último, el currículum del área de Educación Física, que sigue la normativa del 16/07/2014 (BOA.2014), determina diferentes aspectos en los que se fomenta el desarrollo social del alumnado en esta materia.

Respecto a la contribución de las competencias clave, se hace referencia en la competencia social y cívica.

Las características inherentes del área y a las actividades físicas en general, pero en especial a las que se realizan de forma colectiva, hacen que desde ella se pueda facilitar las relaciones sociales, la integración y el respeto, al mismo tiempo que se puede contribuir al desarrollo de la cooperación y la solidaridad. Son frecuentes las situaciones en las que el alumnado debe resolver conflictos, tomar decisiones, interactuar con otras personas y grupos conforme a unas normas, apartado éste fundamental en todos los juegos y actividades, donde su cumplimiento y el respeto a los compañeros/adversarios se erige como una característica esencial en nuestra práctica educativa. Actitudes de asunción de valores, de respeto a las diferencias o de adopción de un estilo de vida saludable que favorezca al propio alumnado, su familia o su entorno social próximo, son también contribuciones de nuestra área a las competencias sociales y cívicas. En este sentido, cobra especial importancia el análisis crítico que se puede hacer de las modas y la imagen corporal que ofrecen los medios de comunicación o de determinados hábitos con arraigo en nuestra sociedad y que no representan un estilo de vida saludable (sedentarismo, consumo de alcohol y tabaco, etc.). (BOA, 2014)

Por otro lado, el objetivo 7 del área de Educación Física, también contribuye al desarrollo social del alumnado, indicando lo siguiente:

Obj.EF7. Conocer y practicar juegos y actividades deportivas, con diversas formas de interacción y en diferentes contextos de realización, aceptando las limitaciones propias y ajenas, aprendiendo a actuar con seguridad, trabajando en equipo, respetando las reglas,

estableciendo relaciones equilibradas con los demás y desarrollando actitudes de tolerancia y respeto que promuevan la paz, la interculturalidad y la igualdad entre los sexos, y evitando en todo caso, discriminaciones por razones personales, de sexo, sociales y culturales. (BOA,2014).

3. ANÁLISIS DEL PROBLEMA

3.1. Planteamiento del problema

Anteriormente hemos visto todo el ámbito relacionado entre las emociones y los niños y niñas, los aspectos que interfieren, ya sea las emociones que generan en ellos, o como su influencia en el desarrollo afectivo emocional. Por todo ello, es fundamental hacer hincapié en incluir más notablemente, y con ello, complementar el desarrollo integral de las personas, la educación emocional en el contexto educativo, fomentando nuevos proyectos, e investigaciones con los que se pueda adquirir más conocimientos para su adecuada implantación en las aulas. Dándole la importancia que se merece, de manera que implicará la participación de toda la comunidad educativa.

El problema actual es que este ámbito no adquiere la suficiente importancia, por lo que existe un porcentaje de mejora muy elevado, ya que hay mucha falta de información, y a parte de ello, su implementación supone muchos cambios, mayormente a la hora de organizar y planificar, lo que supone más tiempo y trabajo para toda la comunidad educativa, por lo que se convierte en un tema complicado, que con el paso del tiempo sigue estancado, a pesar de tener cierto apoyo por parte de agentes educativos, pero que siguen actuando de manera individual o tienen poco apoyo.

La sociedad avanza, los tiempos cambian, la manera de ser y de pensar de alumnos y alumnas también, por ello, el sistema educativo y todo lo que conlleva deben estar en constante actualización. Hay que seguir mejorando todos los aspectos que se puedan para poder dejar atrás definitivamente el pensamiento que siguen teniendo algunas personas sobre la escuela, viéndola como un lugar en que únicamente transmite conocimientos al alumnado con el objetivo de potenciar la inteligencia, otorgando mayor importancia a las notas que al desarrollo en todos los aspectos del alumnado.

Resulta fundamental potenciar la educación emocional para poder conseguir el desarrollo integral de la persona, en este caso de los niños y niñas, para que puedan comprenderse a sí mismos, a regular sus propias emociones, de forma que les ayude a desarrollarse cívica y socialmente para poder convivir de manera adecuada, otorgándoles una serie de valores y actitudes positivas. Es necesario enseñarles y ayudarles en su proceso de maduración, para que en un futuro puedan resolver conflictos y afrontar situaciones adversas de manera coherente por sí mismos.

Con esta revisión se pretende responder a estas preguntas, ¿está presente actualmente la educación emocional en los colegios?, ¿de qué manera se trabaja?, ¿qué aspectos están relacionados con las emociones del alumnado?, ¿cómo afecta al proceso de enseñanza-aprendizaje?

3.2. Objetivos

A continuación, definiremos los objetivos generales y específicos que se pretenden alcanzar con la realización de este trabajo.

3.2.1. Objetivo general

- Revisar y conocer las emociones que se generan en el alumnado de Educación Primaria en las clases de Educación Física.

3.2.2. Objetivos específicos

- Revisar la bibliografía existente sobre las emociones de los niños en diferentes ámbitos, en la escuela, en la etapa de Educación Primaria y en Educación Física entre otros.
- Conocer la influencia existente entre las emociones del alumnado y su desarrollo afectivo-emocional.
- Comprender la importancia de educar emocionalmente.
- Conocer los diferentes aspectos en los que influye el desarrollo afectivo del alumnado con el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje.

- Analizar la importancia que adquiere la asignatura de Educación Física respecto al desarrollo afectivo-emocional del alumnado.

3.3. Diseño metodológico

3.3.1. Enfoque, tipo de investigación y diseño

Debido al carácter del objeto de estudio, se parte de un enfoque cualitativo, en el cual se han utilizado diferentes bases de datos para la recogida de información. Las escogidas han sido: Dialnet, Alcorze y Catálogo Roble.

El método de investigación seleccionado para realizar este estudio es la revisión sistemática, ya que el objetivo es recopilar y resumir información sobre un tema en particular, lo que permite obtener muchos de los datos sobre las fuentes de dicha información.

Se trata de un diseño no experimental, puesto que se basa en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, por lo que adquiere un carácter descriptivo.

3.3.2. Bases de datos, estrategia de búsqueda y criterios de inclusión/exclusión

Para la búsqueda de los documentos necesarios para la realización de este estudio se puso en uso la declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses) (Moher et al., 2015).

Los documentos utilizados han sido extraídos de las siguientes bases de datos: Dialnet, Alcorze y Catálogo Roble.

Las palabras clave utilizadas para la búsqueda de documentos en las bases de datos nombradas fueron: “emociones”, “educación emocional”, “inteligencia emocional”, “Educación Primaria”, “desarrollo emocional”y “Educación Física”.

Respecto a la búsqueda de los documentos hasta la fecha, 8 de junio de 2020, en las diferentes bases de datos, de manera previa, se debe establecer unos criterios de inclusión y de exclusión en relación con los documentos que van a servir para el estudio y la inmensa cantidad de documentos que vamos a encontrar durante esta búsqueda. Los utilizados para elaborar este trabajo fueron los siguientes:

- Criterios de inclusión
 - ➔ Estudios de texto completo.
 - ➔ Estudios referidos a las emociones en el contexto educativo.
 - ➔ Estudios centrados en el desarrollo del niño/niña.
 - ➔ Estudios relacionados con la influencia del ámbito emocional en las personas.
 - ➔ Estudios referidos a la interacción del alumnado en Educación Física.

- Criterios de exclusión
 - ➔ Estudios redactados en un idioma diferente al castellano.
 - ➔ Estudios que no muestren el texto completo.
 - ➔ Estudios referidos a las emociones en contextos diferentes al contexto educativo, y desarrollo afectivo-emocional de las personas.
 - ➔ Estudios que hagan referencia a la etapa secundaria o universitaria.
 - ➔ Estudios que están relacionados con las emociones en el ámbito educativo, pero muestran situaciones muy concretas que se alejan del objeto de estudio.

4. RESULTADOS

Con las estrategias de búsqueda y la información mostrada sobre las diferentes bases de datos citadas anteriormente, se han extraído un total de 118 documentos, de los cuales 41 cumplían los requisitos de inclusión, pero debido a que algunos están repetidos en las diferentes bases de datos, finalmente, la cifra se queda en 33 documentos válidos. Los

documentos que conforman el estudio realizado son libros, artículos de revistas, tesis y trabajos de investigación. En la figura 1 se muestra el proceso de revisión realizado.

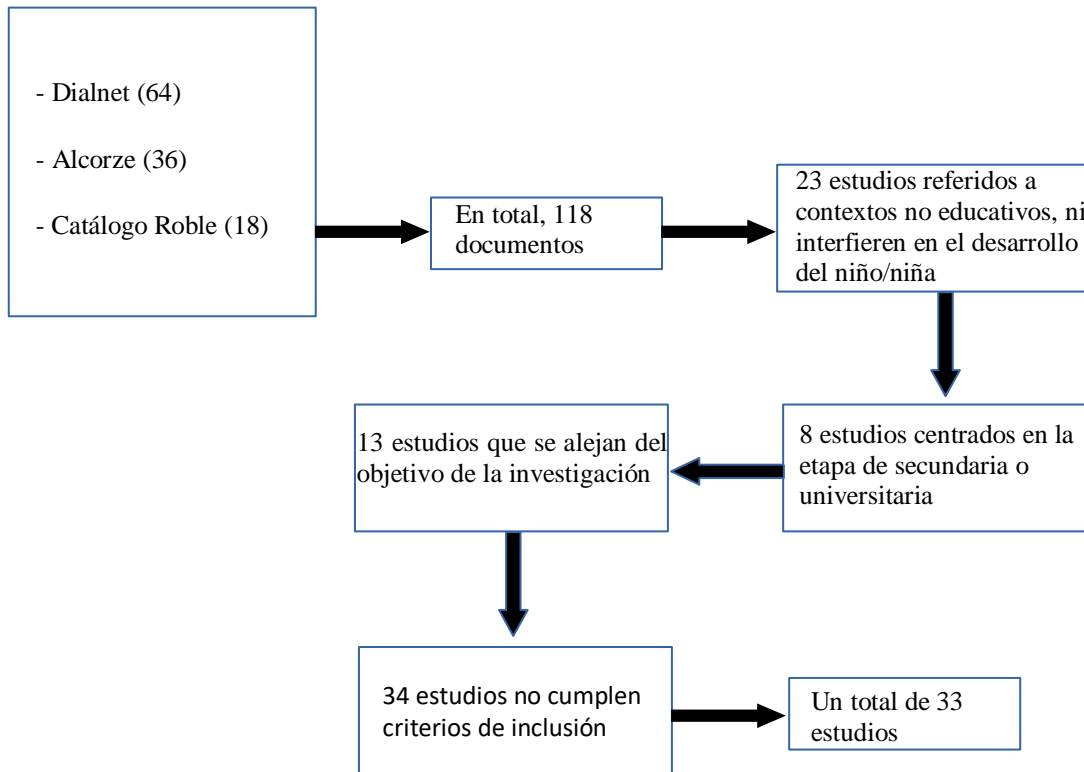


Figura 1. Diagrama de flujo de la selección de publicaciones

En este diagrama de flujo se omiten los documentos repetidos, por lo que se obtiene un total de 33 documentos, los cuales quedan recogidos en la tabla que aparece en el anexo 1. Esta tabla recoge los datos más importantes y un breve resumen de cada documento.

La temática de los documentos válidos para realizar este estudio se puede diferenciar en tres bloques. El primer bloque de contenido alberga cuatro documentos y están centrados en el desarrollo afectivo-emocional de los niño y niñas. El segundo bloque abarca más contenidos y por ello, más documentos. De este bloque se extraen dieciséis documentos con los siguientes temas: todo lo que tiene que ver con las emociones en el

contexto educativo o la influencia de las emociones en las personas desde una perspectiva más global o generalizada.

Por último, en el tercer bloque, se encuentran los catorce documentos restantes. Estos documentos siguen la misma línea del bloque anterior, referidos a las emociones en el contexto educativo, pero de una forma más específica, ya que se centra en la asignatura de Educación Física. Entre esta temática y estos documentos se pueden diferenciar en que nueve de los documentos son estudios que amplían información de manera más generalizada y seis investigaciones con la que se sacan resultados más específicos.

5. DISCUSIÓN

Las bases de datos consultadas conservan gran cantidad de información sobre las emociones en el contexto educativo. También, se puede destacar que se encuentran muchos documentos referidos a las emociones en situaciones muy específicas.

Realizar una búsqueda manual de la documentación permite observar la gran cantidad de documentos encontrados, ya sean estudios, investigaciones, tesis...etc y se puede reseñar que la mayoría pertenecen a años recientes, por lo que se deduce la importancia que está tomando actualmente este tema. Más allá de esto, mediante esta búsqueda de documentos se relacionan las emociones con la importancia del área de Educación Física, puesto que es la asignatura más visible con diferencia en estas búsquedas.

Otra evidencia es la escasa literatura encontrada de manera que englobe al concepto emociones y niños, por lo que se ha tenido que recoger más documentos, ya que se obtiene poca información válida.

Por otro lado, cabe la importancia de mencionar la gran cantidad de documentos encontrados en lo referente al objeto de estudio que carecen del texto completo, lo que limita mucha información y contenido, por lo que hace más amplias estas búsquedas, ya que no se encuentra la información de manera generalizada o concentrada de forma breve.

El primer punto del marco teórico afirma la importancia que adquiere el concepto emocional, puesto que muchos autores o personajes históricos, entre los que se puede

destacar a Aristóteles, Darwin y William James, muestran sus respectivas opiniones e ideales. Para ello, se han utilizado principalmente tres documentos, “La expresión de las emociones de Darwin” redactado por Mariano Choliz en 1995, “William James: Psicología y Filosofía en diálogo”, cuyo autor es por Juan Padilla Moreno y es publicado en 2010 y “Las emociones: una breve historia en su marco filosófico y cultural en la Antigüedad” de Iván Alfonso Pinedo Cantillo y Jaime Yáñez Canal, publicado en 2018

Mediante el uso del libro “Cultivando Emociones 2: Educación Emocional de 8 a 12 años” de Maria Jose Catalá y el artículo de José Luis Martínez “Las vías facial y oral. Las emociones y su expresión en la primera infancia” se permite observar y contrastar los diferentes pensamientos sobre este concepto en diferente espacio temporal a través de su evolución histórica y autores más actuales.

Con la configuración del segundo punto se muestra la relación existente entre las emociones y el desarrollo de los niños y niñas de forma general, teniendo en cuenta los diferentes ámbitos en los que convive y se desarrolla, por lo que se hace referencia al contexto familiar, educativo y social. En este segundo epígrafe se han utilizado mayormente dos documentos, “La actividad infantil y el desarrollo emocional en la infancia” redactada por Renata Da Silva y Silvana Calvo Tuleski en la Revista Intercontinental de Psicología y Educación en 2014, cuyo documento se centra en la importancia del entorno familiar frente al desarrollo afectivo de los niño y niñas e “Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas” de Gloria Cecilia Henao López y María Cristina García Vesga mediante la revista Niñez y Juventud en 2009, en el que se muestra la relación entre el contexto social y el desarrollo afectivo, de manera que se apoya en muchos de los ideales fundamentados por Vigotsky.

El tercer epígrafe del marco teórico explica la relación entre el ámbito emocional y el contexto educativo mediante el concepto de educación emocional, abarcando aspectos como su puesta en marcha en las aulas, el rol del docente y el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello, se han utilizado tres documentos, los cuales resultan ser tres proyectos de educación emocional en Educación Primaria, “Educación Emocional en Tercero de Primaria” redactado por Carmen María Murcia Fernández en 2016, “Innovar desde un Proyecto Educativo de inteligencia emocional en Primaria e

Infantil”realizado por María Cinta Aguaded Gómez y María José Pantoja Chaves en 2015 y “Diario de emociones: Programa de Educación emocional para el aula de Primaria” redactado por Lucía Álvarez Herreros en 2016, .a partir de los cuales se muestra la manera de introducir y trabajar en el contexto educativo contenidos emocionales, por lo que se observa lo lejos que se está actualmente de trabajar de esta manera, contrastándolo con el tipo de contenidos, programaciones y sesiones que se realizan a día de hoy en la mayoría de los colegios. Por último, mediante la Ley Orgánica 6/2014, de 16 de junio, en la que se elabora la aprobación del currículum de Educación Primaria, redactada en el BOE se hace referencia al currículum de Educación Física mostrando los aspectos que hacen mención al desarrollo afectivo-emocional del alumnado.

El cuarto punto del marco teórico se centra en responder a la importancia de la asignatura de Educación Física frente al desarrollo emocional del alumnado, tratando aspectos como que este área actúa como un factor para identificar emociones, tal y como afirman Alcaraz y Díaz (2015, p.354) a través del documento “Intensidad emocional en la clase de educación física en función de la victoria: juegos de cooperación-oposición” redactado por María Fuensanta Caballero García, Verónica Alcaraz Muñoz, José Ignacio Alonso Roque y Juan Luis Yuste Lucas en 2016, publicado en la Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado.

El área de Educación Física se presenta como la más idónea porque la actividad física actúa como generadora de diversas emociones en el alumnado, tanto positivas como negativas, y puede suponer un proceso que beneficie a alumnos y alumnas o un proceso que les perjudique. Este aspecto implica que todas las emociones pueden ayudar al proceso de formación emocional de alumnos y alumnas (Alcaraz y Díaz, 2015, p.354).

Por ultimo, también se hace hincapié en las emociones del alumnado durante las sesiones de Educación Física, tanto positivas como negativas a través de diferentes estudios e investigaciones actuales. Estas investigaciones abarcan tres documentos, “Emociones en la clase de Educación Física: revisión narrativa (2010-2016)” redactado por Felipe-Nicolás Mujica-Johnson, Nelly Del Carmen Orellana-Arduiz y Rocío-Fernanda Concha-López en 2017, “Dominio afectivo de los alumnos de 6º curso de primaria hacia la asignatura de educación física” de Arturo Díaz y Pedro Gil-Madrona

en 2012, “Emociones auto-percibidas en las clases de educación física en primaria” de Pedro Gil-Madrona y María Martínez-López en 2015, en los que se muestra que mayormente genera muchos más estados emocionales positivos que negativos y que los alumnos tienen una buena predisposición ante la realización de esta asignatura.

Durante el quinto y último epígrafe del marco teórico se consolida la idea de que el área de Educación Física es un gran factor de socialización, por sus características, su ambiente, su desarrollo de las sesiones etc. Todo ello genera una gran cantidad de situaciones en la que el alumnado interacciona entre sí y se hace referencia a la posibilidad de educar en valores a alumnos y alumnas a través del deporte. Se han utilizado dos documentos, “Valores en el deporte escolar: estudio con profesores de Educación Física” de Rosendo Beregüí Gil y Enrique J. Garcés de los Fayos Ruiz publicado en la revista Cuadernos de Psicología del Deporte en 2007 y “Didáctica de la educación física, desigualdad y transformación social” de Víctor M. López Pastor publicado en la revista Estudios Pedagógicos XXXVIII en 2012, por los cuales se concluye que este área es instrumento para fomentar el razonamiento moral, desarrollando valores sociales y morales a través de la práctica físico-deportiva. Tener en cuenta la asignatura de Educación Física como motor de transformación social mediante la implantación de la educación en valores y programas de convivencia e integración.

6. CONCLUSIONES

El concepto de las emociones cada vez obtiene más importancia por la influencia que tiene sobre el desarrollo de las personas. Surge la necesidad de conseguir una mayor comprensión para poder mejorar la calidad de vida de las personas.

Es necesario implantar una educación emocional en las aulas para complementar la educación actual de manera que se asegure el desarrollo afectivo-emocional del alumnado, teniendo en cuenta el desarrollo de la persona desde una perspectiva más integral.

Factores como un clima del aula positivo, buena cohesión del grupo, interacción alumno-profesor dinámica hace que el progreso de enseñanza-aprendizaje sea más fluido y rico.

Existe la relación entre este concepto emocional y el área de Educación Física, puesto que es un ambiente con más facilidad para intervenir, donde se magnifican los sentimientos o formas de expresarse del alumnado, por que tiene la capacidad de identificar emociones de una manera más visible.

Respecto a las emociones del alumnado en este área, el mayor porcentaje es muy positivo, ya que generan en el alumnado estados emocionales positivos, que transmiten seguridad, tranquilidad y entusiasmo entre otros, por lo que los alumnos tienen buena predisposición ante esta asignatura. Esta predisposición está influenciada por las características únicas que adquiere el área de Educación Física, un contexto más natural y flexible que permite que el alumnado se relacione y se mueva, es decir, que se exprese a través del movimiento. Por otro lado, también se encuentran estados emocionales negativos orientados a situaciones del juego o discusiones entre compañeros.

7. PERSPECTIVAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN

El objeto de estudio en cuestión se encuentra en una constante reflexión social, por lo que cada vez hay más información, así que se encuentra presente en un proceso de actualización, lo que deja nuevas preguntas para investigaciones futuras ¿Es necesaria la implantación de la educación emocional en los colegios? ¿Qué cambios son necesarios para su implantación en todos los colegios?, ¿Se fomenta el desarrollo afectivo-emocional actualmente en los colegios?, ¿Existe relación entre las emociones del alumnado y el rendimiento académico?, ¿Está el área de Educación Física infravalorada?.

8. LIMITACIONES DEL ESTUDIO

La bibliografía encontrada sobre las emociones del alumnado en el contexto educativo de una forma global, es decir, que obtenga mucha información sobre el tema, es escasa,

por lo que es necesario revisar muchos documentos. También se encontraron gran cantidad de documentos relacionados con el objeto de estudio, los cuales no estaban en texto completo, lo que dificultaba la búsqueda y la hacía más amplia.

Referencias bibliográficas

- Alvarez, L. (2016), *Diario de emociones: Programa de Educación emocional para el aula de Primaria*. Universidad de la Rioja. Recuperado de: https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE001147.pdf
- Andueza, J. A. (2015). *Educación de las relaciones interpersonales a través de la educación física en primaria Actividades físico-deportivas y recreativo-turísticas en el medio natural. Bienio 1996-1998*. Universidad de Lleida. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=101179>
- Berengüí, R. y Garcés de los Fayos, E. (2007). Valores en el deporte escolar: estudio con profesores de Educación Física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7-(2), 90-102.
- Caballero, M., Alcaráz, V., Alonso, J. I. y Yuste, J. L. (2016). Intensidad emocional en la clase de educación física en función de la victoria: juegos de cooperación-oposición. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19-(3), 123-133.
- Cadenas, C. y Collado, D. (2013). Educación de las emociones ¿Un reto?. *E-motion, Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 1, 196-211.

- Chóliz, M. (1995): La expresión de las emociones en la obra de Darwin. En F. Tortosa, C. Civera y C. Calatayud (Comps): Prácticas de Historia de la Psicología. Valencia: Promolibro.
- Català, M. J. (2014). Cultivando emociones 2: Educación Emocional de 8 a 12 años. Comunitat Valenciana: Generalitat Valenciana, Conselleria d'Educació, Cultura i Esport.
- Cinta, M. y Pantoja, M. J. (2015). Innovar desde un Proyecto Educativo de inteligencia emocional en Primaria e Infantil. *Tendencias Pedagógicas*, 26, 69-88.
- Cuéllar Sánchez, R. (2012). *Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en alumnos de Educación Primaria*. Universidad Internacional de la Rioja. Recuperado de: https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/244/Cuellar_Rosa.pdf?sequence=1
- Da Silva, R., y Calvo, S. (2014). La actividad infantil y el desarrollo emocional en la infancia. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16-(2), 9-30.
- Del Carmen Valenzuela-Santoyo, A y Portillo-Peñuelas, S. A. (2018). La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico. *Revista Electrónica Educare (Educare Electronic Journal)*, 22-(3), 1-15.
- Dorado, E., Paramio-Perez, G. y Almagro, B.J. (2016). Análisis de la motivación en las clases de Educación Física en Primaria. *E-motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 7, 3-12.
- Elizondo, A., Rodríguez, J. V. y Rodríguez, I. (2018). La importancia de la emoción en el aprendizaje. *Revista de Didácticas Específicas*, 19, 37-42.
- Gargurevich, R. (2008). La autorregulación de la emoción y el rendimiento académico: El rol del docente. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria (RIDU)*, 1.

- Gil, P., y Díaz, A. (2012). Dominio afectivo de los alumnos de 6º curso de primaria hacia la asignatura de educación física. *Revista de Investigación en Educación*, 10-(2), 109-117.
- Gil-Madrona, P., y Martínez-López, M. (2015). Emociones autopercebidas en las clases de educación física en primaria. *Universitas Psychologica*, 14-(3), 923-936.
- González, E. (2011). Beneficios de la educación física y el deporte en los escolares. *Revista innovación y experiencias educativas*, 39, 1-9.
- Ley Orgánica 6/2014, de 16 de Junio, aprobación currículum de Educación Primaria, Boletín Oficial del Estado (2014).
- López, H., Cecilia, G., Vesga, G. y Cristina, M. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Niñez y Juventud*, 7-(2), 785-802.
- López, V. M. (2012). Didáctica de la educación física, desigualdad y transformación social. *Estudios Pedagógicos XXXVIII*, 1, 155-176.
- Martínez, J. L. (S. f). Las vías facial y oral. Las emociones y su expresión en la primera infancia, 66-81.
- Montero, I. y Huertas, J. A. (1997). *Motivación, querer y aprender*. Argentina: Aique.
- Mujica-Johnson, F. N., Orellana-Arduiz, N. C., y Concha-López, R. F. (2017). Emociones en la clase de Educación Física: revisión narrativa (2010-2016). *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 19-(1), 119-134.
- Murcia, C. M. (2016). *Educación Emocional en Tercero de Primaria*. Universidad Internacional de la Rioja. Recuperado de: <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3587/MURCIA%20FERRANDEZ%2C%20CARMEN%20MARIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Naranjo, M. L. (2009), Motivación: Perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33-(2), 153-170.
- Padilla, J. (2010). William James: Psicología y filosofía en diálogo. *Revista de Historia de la Psicología*, 31-(2-3), 103-116.

- Pérez, P. M. (1998). *El desarrollo emocional infantil (0-6 años): Pautas de Educación*, celebrado en Madrid, Diciembre de 1998.
- Pinedo, I. A. y Yáñez, J. (2018). Las emociones: una breve historia en su marco filosófico y cultural en la época antigua. *Cuadernos de Filosofía Latinoamericana*, 39-(119), 13-45.
- Rebollo, E. y de la Peña, C. (2017). Estudio de la Inteligencia Emocional y Función Ejecutiva en Educación Primaria. *Reidocrea*, 6-(3), 29-36.
- Rivas M. (2014). Afectividad y emociones en el docente de educación física. *Revista Ciencias de la Educación*, 24-(44), 229-248.
- Sáez, U., Lavega, P., Lagardera, F. Costes, A., y Serna, 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-(1), 71-90.
- Vallés, C. (2014). El trabajo de las emociones en los contenidos de Educación Física. *Emotion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 2, 78-87.
- Vecina, M. L. (2006). Emociones positivas. *Papeles del Psicólogo*, 27-(1), 9-17..

ANEXO

Tabla 1: Tabla de bibliografía encontrada

TITULO	AUTOR	AÑO	TIPO DE ESTUDIO	IDEAS MAS RELEVANTES
Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas	López H, Cecilia G, Vesga G y Cristina M.	2009	Revista Niñez y Juventud	Se centra en la investigación entre la relación existente en la interacción familiar y el desarrollo afectivo emocional del niño o la niña

Emociones autopercebidas en las clases de Educación Física	Gil-Madrona P, y Martínez-López M.	2015	Revista Universitas Psychologica	Investigación que estudia las emociones que percibe el alumnado durante las clases de Educación Física
¿Por qué te peleas? Conflictos motores y emociones negativas en la clase de Educación Física: el caso de los juegos de oposición	Sáez U, Lavega P, Lagardera F, Costes A y Serna J.	2014	Educatio Siglo XXI	Explica las emociones negativas y conflictos que surgen durante las clases de Educación Física, en concreto en los juegos de oposición, teniendo en cuenta factores como la victoria o la derrota.
La actividad infantil y el desarrollo emocional en la infancia	Da Silva R, y Calvo S.	2014	Revista Intercontinental de Psicología y Educación	Se discute sobre el desarrollo emocional en la infancia a través de la psicología-cultural, en la que se hace mención en gran parte a Vigotsky
La importancia de la emoción en el aprendizaje	Elizondo A, Rodríguez J. V, y Rodríguez I.	2018	Revista de Didácticas Específicas	Estudia y reflexiona los estados emocionales positivos y negativos en el aprendizaje, relaciona el aprendizaje emocional con la motivación
Educación Emocional	Català M. J.	2014	Libro	Trata una temática muy completa

de 8 a 12 años			Cultivando emociones 2	respecto al ámbito emocional, muestra información y analiza mediante artículos de investigación aspectos sobre la educación e inteligencia emocional, emociones positivas y negativas, competencias emocionales y habilidades sociales entre otros.
Dominio afectivo de los alumnos de 6º curso de primaria hacia la asignatura de educación física	Gil P, y Díaz A	2012	Revista de Investigación en Educación	Analiza las actitudes y reacciones emocionales, el dominio afectivo, que perciben los estudiantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física
Emociones en la clase de Educación Física: revisión narrativa (2010-2016)	Mujica-Johnson F. N, Orellana-Arduiz, N. C, y Concha-López,R. F.	2017	Revista Ágora para la Educación Física y el Deporte	Analiza las investigaciones sobre las emociones en el contexto de la clase de Educación Física publicadas en las bases de datos de libre acceso desde el año 2010 hasta el 2016
Innovar desde un Proyecto Educativo de inteligencia emocional	Cinta M y Pantoja M. J.	2015	Revista Tendencias	Muestra la implantación de un proyecto educativo basado en la

en Primaria e Infantil			Pedagógicas	educación e inteligencia emocional, por lo que se encuentra mucha información teórica respecto a este tema.
Intensidad emocional en la clase de educación física en función de la victoria: juegos de cooperación-oposición	Caballero M, Alcaráz V, Alonso J. I y Yuste, J. L.	2016	Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado	Se centra en investigar la intensidad emocional en las clases de Educación Física en función de la victoria, por lo que explica diferentes situaciones que aparecen y sus consecuencias.
La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico	Del Carmen Valenzuela-Santoyo A y Portillo-Peñuelas S. A.	2018	Revista Electrónica Educare (Educare Electronic Journal)	Se aborda la inteligencia emocional en educación primaria desde la perspectiva de habilidades afectivas personales. Se analiza la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en primaria
Las emociones: una breve historia en su marco filosófico y cultural en la época antigua.	Pinedo I. A y Yáñez J.	2018	Revista Cuadernos de Filosofía Latinoamericana	Repasa antecedentes teóricos, un breve recorrido por la historia de las emociones, en las que participan

William James: Psicología y filosofía en diálogo	Padilla J.	2010	Revista de Historia de la Psicología	diferentes autores. A partir de la obra de William James muestra su aportación respecto al ámbito emocional.
Educación de las emociones ¿Un reto?	Cadenas C, y Collado D.	2013	E-motion, Revista de Educación, Motricidad e Investigación	Contextualiza la situación actual de la sociedad desde una perspectiva emocional, estableciendo la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional en todas las etapas de la vida y centrándose en el ámbito educativo
Aprobación de currículum de Educación Primaria	Boletín Oficial del Estado	2014	Ley Orgánica 6/2014, de 16 de Junio	Redacta el currículum actual de la asignatura de Educación Física
El trabajo de las emociones en los contenidos de Educación Física	Vallés C.	2014	E-motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación	Indaga las diferentes opciones que proporciona la asignatura de Educación Física y sus contenidos para poder trabajar las

Emociones positivas	Vecina M. L.	2006	Revista Papeles del Psicólogo	emociones, la inteligencia emocional y las inteligencias múltiples Analiza la importancia de los estados emocionales positivos y reflexiona sobre la variable de bienestar psicológico y salud
Beneficios de la educación física y el deporte en los escolares	González E.	2011	Revista innovación y experiencias educativas	Explica los beneficios físicos, psicológicos, de salud y bienestar y sociales que aporta la Educación Física al alumnado.
La expresión de las emociones en la obra de Darwin	Chóliz M.	1995	Promolibro Prácticas de Historia de la Psicología	Explica las emociones de las personas y animales según la aportación de Darwin
Diario de emociones: Programa de Educación emocional	Alvarez L.	2016	Tesis de la Universidad de	Refleja la implantación de un programa de

para el aula de Primaria			la Rioja	educación emocional en un aula de Primaria
El desarrollo emocional infantil (0-6 años): Pautas de Educación	Pérez P. M.	1998	Ponencia Congreso de Madrid	Explica el desarrollo emocional infantil haciendo referencia en gran parte a la inteligencia emocional
Estudio de la Inteligencia Emocional y Función Ejecutiva en Educación Primaria	Rebollo E. y de la Peña C.	2017	Revista Reidocrea	Analiza la relación entre la inteligencia emocional y la función ejecutiva
Educación Emocional en Tercero de Primaria	Murcia C. M.	2016	Tesis de la Universidad Internacional de la Rioja	Detalla la implementación de un proyecto de educación emocional en un aula de tercero de primaria, además, contiene un amplio marco teórico muy rico
Las vías facial y oral	Martínez J. L.	S. f.	Revista Las emociones y su expresión en la	Analiza el concepto de las emociones a partir de diferentes líneas de

			primera infancia	investigación y se centra en la influencia de la vía facial y oral
Análisis de la motivación en las clases de Educación Física en Primaria	Dorado E, Paramio-Perez G. y Almagro B.J.	2016	E-motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación	Esta investigación analiza la motivación del alumnado de Educación Física en Primaria
Motivación: Perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo	Naranjo M. L.	2009	Revista Educación	Revisa el concepto de motivación, su evolución y diferentes enfoques, además de tratar algunos aspectos relacionados entre la motivación y el ámbito educativo
Afectividad y emociones en el docente de educación física	Rivas M	2014	Revista Ciencias de la Educación	Se centra en la afectividad y emociones por parte del docente de Educación Física
Educación de las relaciones interpersonales a través de la educación física en primaria Actividades físico-	Andueza J. A.	2015	Tesis de la Universidad de Lleida	Estudia los efectos producidos a partir de cuatro programas educativos sobre

deportivas y recreativo-turísticas en el medio natural. Bienio 1996-1998				diferentes dominios de acción y dimensiones de las relaciones interpersonales del alumnado
Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en alumnos de Educación Primaria	Cuéllar Sánchez R	2012	Tesis de la Universidad Internacional de la Rioja	Comprueba la relación entre la inteligencia intrapersonal e interpersonal y el rendimiento académico en los alumnos de Educación Primaria.
Motivación, querer y aprender	Montero I. y Huertas J. A.	1997	Libro	Explica el concepto de motivación de una manera muy amplia, englobando diferentes aspectos y contextos, en el que se encuentra el educativo
Valores en el deporte escolar: estudio con profesores de Educación Física	Berengüí R. y Garcés de los Fayos E.	2007	Revista Cuadernos de Psicología del Deporte	Investiga el desarrollo de valores sociales y morales a través de la práctica física-

Didáctica de la educación física, desigualdad y transformación social	López V. M.	2012	Revista Estudios Pedagógicos XXXVIII	deportiva Analiza la relación entre Educación Física, desigualdades sociales y las posibilidades de la educación como motor de transformación social
La autorregulación de la emoción y el rendimiento académico: El rol del docente	Gargurevich R.	2008	Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria (RIDU)	Se discute la relación entre estos dos conceptos y como el docente ayuda a gestionar el comportamiento emocional autorregulado