

# MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 3

Número 9

2024

**Director:** Ph.D. Richar Posso Pacheco

**Email:** [rjposso@revistamentor.ec](mailto:rjposso@revistamentor.ec)

**Web:** <https://revistamentor.ec/>

**Editora en Jefe:** Ph.D.(c) Susana Paz Viteri

**Coordinador Editorial:** Ph.D. (c) Josue Marcillo Ñacato

**Coordinadora Comité Científico:** Ph.D. Laura Barba Miranda

**Coordinadora Comité de Editores:** Msc. María Gladys Córdor Chicaiza

**Coordinador del Consejo de Revisores:** Ph.D. Javier Fernández-Rio

## Revisión

### El Baloncesto y la inteligencia emocional en estudiantes de nivel básica media de Educación Física: Revisión sistemática

### Basketball and emotional intelligence in middle school students of Physical Education: Systematic review

Abigail Elizabeth Jaramillo Echeverría <sup>1</sup>  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-3847-5801>

Universidad Central del Ecuador, Quito-Ecuador <sup>(1)</sup>

Contacto:  
[aejaramilloe@uce.edu.ec](mailto:aejaramilloe@uce.edu.ec)

Recibido: 26-06-2024  
Aceptado: 31-07-2024

## Resumen

En la actualidad la práctica de baloncesto se ha visto direccionada a la búsqueda del rendimiento deportivo en niños/as antes que enfocarse en el objetivo principal, el cual fue tratar de generar placer, diversión, entretenimiento y aprendizaje mientras realizan actividad física, pero sobre todo incide en su parte psicológica (inteligencia emocional). El objetivo de la investigación fue realizar una revisión sistemática para proporcionar una visión actualizada sobre el Baloncesto y la inteligencia emocional en los/as estudiantes de nivel básica media de EF. La metodología que se utilizó fue una revisión sistemática de 14 estudios publicados en el período 2019-2023, aplicando el método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses), en la cual se buscó información relevante en las bases de datos como Dialnet, Scielo, Redalyc, Latindex, ScienceDirect, y los motores de búsqueda académica como Google Académico y Jurn. Los resultados obtenidos indican que el baloncesto puede ser una herramienta valiosa para el desarrollo de la inteligencia emocional en niños/as, ya que les brinda la oportunidad de aprender a manejar sus emociones, a trabajar en equipo y a desarrollar habilidades sociales importantes para su vida futura.

**Palabras Clave:** Baloncesto, educación, inteligencia emocional, nivel básico, Educación Física.

## Abstract

Nowadays, basketball practice has been directed to the search for sports performance in children rather than focusing on the main objective, which is to try to generate pleasure, fun, entertainment and learning while doing physical activity, but above all it affects their psychological part (emotional intelligence). This research aimed to conduct a systematic review in order to provide an updated view on basketball and emotional intelligence in students of basic secondary level of PE. The methodology used was a systematic review of 14 studies published in the period 2019-2023, applying the PRISMA method (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses), in which relevant information was searched in databases such as Dialnet, Scielo, Redalyc, Latindex, ScienceDirect, and academic search engines such as Google Scholar and Jurn. The results showed that basketball can be a valuable

tool for the development of emotional intelligence in children, as it gives them the opportunity to learn to manage their emotions, to work in a team and to develop important social skills for their future life.

**Keywords:** Basketball, education, emotional intelligence, basic level, Physical Education.

## Introducción

En la actualidad, las clases de Educación Física (EF) se han orientado hacia la búsqueda del rendimiento deportivo en niños/as, en lugar de enfocarse en el objetivo principal, que es generar placer, diversión, entretenimiento y aprendizaje durante la actividad física. Este enfoque debe incidir en la motivación y las conductas (procesos mentales y neurocognitivos) de los estudiantes. Sin embargo, esto ha provocado que se vean más afectados los aspectos negativos que los positivos, haciendo recurrentes los errores en la toma de decisiones. En otras palabras, cuando se orientan al ámbito deportivo de alta competencia, deben exigirse más a niveles físicos y psicológicos, lo que causa estrés deportivo o incluso el abandono de la actividad (Ortiz et al., 2018).

La causa principal que afecta a los/as estudiantes es la parte emocional, ya que este concepto se define como las respuestas fisiológicas que se manifiestan física o mentalmente mediante un estímulo externo. Además, impactan la parte anímica, la voluntad y la eficiencia en la realización de cualquier actividad (Mercadet-Portillo & Inufio-Díaz, 2015; Davison, 2012).

Asimismo, la pandemia de la COVID-19 trajo consecuencias graves en la educación, especialmente en el área de EF, ya que se produjo una reducción de la práctica deportiva en

espacios abiertos, lo que resultó en un aumento de los niveles de sedentarismo y problemas psicológicos. Como consecuencia, se observó un deterioro en la coordinación motora (pilar fundamental para aprender baloncesto) y comportamientos negativos en las clases (Narvárez et al.,2022).

En el mismo sentido, Sáenz-López et al. (2022) determinan que el baloncesto es un deporte de gran impacto social que desencadena una serie de emociones intensas entre sus participantes. Al ser un generador de vivencias, en ocasiones provoca impulsos agresivos que inducen a la superación y búsqueda del éxito, pero en otros casos bloquea, inhibe, paraliza y lleva a sensaciones de fracaso, baja autoestima y actitudes negativas, entre otras. Sin embargo, es una disciplina deportiva que contribuye con muchos beneficios para los estudiantes, ya que tiene como objetivo principal mejorar las capacidades físicas y evitar problemas de salud como la obesidad, el sobrepeso, el estrés y los problemas cardiovasculares.

Duque-Ramos et al. (2022) concluyeron que, en la práctica del baloncesto, las variables de motivación autodeterminada y de inteligencia emocional están directamente relacionadas con la intensidad de los entrenamientos, la percepción de rendimiento y los factores de bienestar como la fatiga, el estrés y el dolor muscular en deportistas en edades escolares. Asimismo, Sáenz-López et al. (2020) determinaron que las emociones juegan un papel importante tanto en el rendimiento como en el aprendizaje y el desarrollo personal de jugadores y entrenadores. Sin embargo, existe una ausencia de formación en inteligencia emocional tanto en los cursos de entrenadores como de forma práctica en los entrenamientos de la mayoría de los niveles en baloncesto, especialmente en las instituciones educativas (Guillamón, 2014).

En el ámbito deportivo, el baloncesto es una actividad que genera emociones extremas en quienes lo practican o están relacionados con él, como alegría, ira, tristeza, decepción y compañerismo, entre otras. Por tal motivo, existen muy pocos estudios sobre la relación entre los estados emocionales y el deporte baloncesto (Cantón & Checa, 2012). Además, es generador de experiencias que exigen altas dosis de acometividad, lo que incide como una actividad de alta descarga emocional cuya expresión en ocasiones es el impulso agresivo (Sáenz-López et al., 2020).

Por consiguiente, la preparación técnica, táctica y física es una preocupación actual en el baloncesto, ya que tiene un gran impacto en los resultados de los equipos de baloncesto, así como en el nivel de interacción socioafectiva entre los componentes del grupo deportivo (jugadores, equipo técnico y directivos), el apoyo económico-social y el perfil psicológico de los entrenadores y jugadores (Sánchez, 2007).

Otro aspecto negativo es la falta de capacitación especializada en psicología del deporte, que permita al entrenador de baloncesto internalizar los fundamentos teóricos-metodológicos de esta ciencia con el fin de mejorar la preparación psicológica, con énfasis en el control psicológico. Además, la falta de eficacia de los entrenadores en el uso del control psicológico impide un diagnóstico preciso de la influencia de las cargas de entrenamiento en la subjetividad de los atletas durante la etapa de preparación física general (Guerra, 2012).

Igualmente, otra situación muy importante es el estado de los espacios y escenarios deportivos, lo que ha causado la deserción y el desinterés por la práctica deportiva, debido a la falta de apoyo económico suficiente por parte de los gobiernos (Ortiz, 2022). Del mismo modo, el modelo educativo actual no permite una libertad de aprendizaje a los estudiantes, debido al

uso excesivo de modelos tradicionalistas que son anticuados y monótonos. Esto evita que se genere un ambiente armónico y motivante para la asimilación de conocimientos (Rodríguez et al., 2021), lo que ocasiona estrés en la vida académica y social, y resulta en un fuerte impacto en la parte socio-afectiva de los/as estudiantes. Se nota una escasa fluidez y asertividad para relacionarse empáticamente con los demás, lo que genera un desequilibrio emocional (Nieto y Guamán, 2019); Los índices que muestra la Organización Mundial de la Salud (OMS) son preocupantes, ya que todos ellos están propensos a sufrir de trastornos emocionales con mayor frecuencia.

Cabe recalcar que la depresión y la ansiedad presentan algunos síntomas similares, como cambios rápidos e inesperados en el estado de ánimo, lo que puede afectar la asistencia a la escuela, el estudio y el hacer los deberes. Además, el retraimiento social puede exacerbar el aislamiento y la soledad, e incluso llevar al suicidio (Organización Mundial de la Salud - OMS, 2021). De igual manera, los enfoques educativos han contribuido a esta problemática, pues se han enfrentado a nuevos retos que implican la variabilidad de estrategias de aprendizaje. Sin embargo, la mayor parte de la enseñanza se basa en el modelo tradicionalista, que busca que el estudiante memorice los aspectos cognitivos y no le da libertad para desarrollar otras competencias, limitando la educación activa, motivadora y participativa (Galván-Cardoso & Siado-Ramos, 2021). Esto genera preocupaciones en los docentes sobre el uso adecuado de las metodologías que permitan lograr un aprendizaje significativo en los/as estudiantes (Rodríguez & Naranjo, 2016).

Ante esto, surge la necesidad de transformar la educación actual para que los docentes se mantengan en un proceso de actualización y formación permanente en el uso de métodos y

técnicas pedagógicas que puedan aplicar en las clases de EF, con el fin de aumentar la motivación y la parte afectiva entre sus estudiantes (Lobo, 2018). Es importante hacer énfasis en actividades que permitan trabajar simultáneamente la inteligencia emocional, ya que esto contribuye de manera significativa al rendimiento académico y a la convivencia estudiantil (Jiménez & López-Zafra, 2009). Otra opción en las clases de EF sería la aplicación de actividades recreativas gamificadas que mejoren la parte social y psicomotriz, ayudando de manera positiva a la plasticidad cerebral y permitiendo una participación activa tanto individual como grupal (Idrobo, 2023).

Con estos antecedentes se fundamenta el objetivo de esta investigación la cual fue realizar una revisión sistemática para proporcionar una visión actualizada sobre el Baloncesto y la inteligencia emocional en los/as estudiantes de Nivel Educación General Básica Media de Educación Física.

## Metodología

Este estudio se diseñó como una revisión sistemática de la literatura para proporcionar una visión actualizada sobre el baloncesto y la inteligencia emocional en estudiantes de nivel básico medio de Educación Física (EF). La revisión se realizó siguiendo las directrices de la metodología PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses).

Se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos académicas como PubMed, Scopus y Google Scholar para identificar estudios relevantes publicados entre 2017 y 2024. Se



utilizaron palabras clave como "baloncesto", "inteligencia emocional", "educación física", y "rendimiento deportivo".

Tabla 1

*Criterios de Inclusión y Exclusión*

Criterios de Inclusión	Criterios de Exclusión
Artículos publicados entre 2017 y 2024.	Artículos publicados antes de 2017.
Artículos relacionados con el baloncesto y la inteligencia emocional.	Artículos que no estén relacionados con el baloncesto y la inteligencia emocional.
Artículos revisados por pares.	Artículos no revisados por pares.
Estudios en inglés y español.	Estudios en idiomas distintos al inglés y español.
Estudios con muestras de estudiantes de nivel básico medio.	Estudios con muestras de estudiantes de niveles diferentes.
Estudios con metodologías cualitativas, cuantitativas o mixtas.	Informes, opiniones o editoriales no basados en investigación.
Clasificación según autor/año, título, muestra de estudio, resultados y conclusiones.	Estudios sin información suficiente para la clasificación detallada.

La selección de estudios se llevó a cabo en cuatro fases siguiendo la metodología PRISMA:

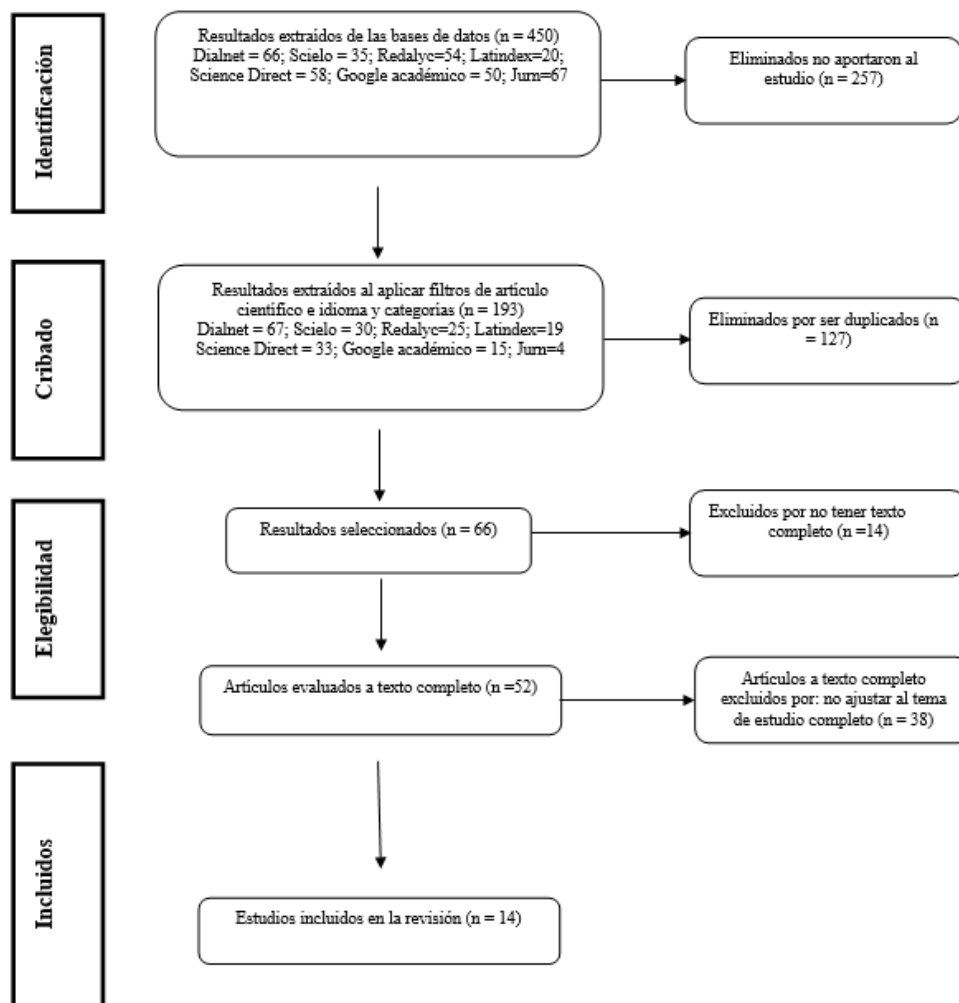
1. Identificación: Se identificaron los estudios potencialmente relevantes a través de una búsqueda en bases de datos académicas.
2. Cribado: Se eliminaron los duplicados y se revisaron los títulos y resúmenes de los estudios restantes para descartar aquellos que no cumplían con los criterios de inclusión.
3. Elegibilidad: Se revisaron los textos completos de los estudios seleccionados en la fase de cribado para evaluar su elegibilidad final.

4. Inclusión: Los estudios que cumplieron con todos los criterios de inclusión se incluyeron en la revisión sistemática.

A continuación, se presenta el diagrama de flujo del proceso de selección bibliográfica según la metodología PRISMA:

Figura 1

*Diagrama de flujo del proceso de selección bibliográfica.*



Los datos fueron extraídos de los estudios incluidos utilizando una hoja de extracción de datos estructurada. La información extraída incluyó:

- Autor y año de publicación
- Título del artículo
- Muestra de estudio
- Resultados obtenidos
- Conclusiones del estudio
- Áreas temáticas relacionadas

Se realizó un análisis descriptivo de los datos extraídos. Los artículos fueron clasificados según los criterios de inclusión mencionados, identificando tendencias y patrones en la literatura sobre baloncesto e inteligencia emocional en estudiantes de EF.

Los resultados fueron sintetizados para proporcionar una visión integral y actualizada sobre el tema. Se destacaron las áreas con mayor cantidad de investigaciones y las lagunas en el conocimiento actual.

## Resultados

El proceso de investigación inicial arrojó un total de 450 artículos. Los resultados fueron distribuidos de la siguiente manera: Dialnet (66 artículos en español), Scielo (35 artículos en español), Redalyc (54 artículos en español), Latindex (20 artículos en español), Science Direct

(58 artículos en español), Google Académico (50 artículos en español) y Jurn (67 artículos en español). Tras aplicar los criterios de elegibilidad (inclusión y exclusión), se obtuvo una muestra de 450 estudios. De estos, 257 fueron eliminados por no aportar al estudio, y 127 fueron eliminados por ser duplicados, resultando en una muestra de 66 estudios.

Posteriormente, se revisaron estos 66 estudios para verificar su texto completo, eliminándose 14 artículos que no contaban con el texto completo. Además, 38 artículos fueron excluidos porque no se ajustaban al tema de estudio. Finalmente, se seleccionaron 14 artículos que cumplieran con los criterios de inclusión definidos, los cuales sirvieron para realizar la revisión sistemática.

Se estructuró los aspectos más relevantes de cada estudio para facilitar una mejor comprensión lectora y analítica. Para ello, se elaboró la Tabla 2, que indica los artículos seleccionados basados en los criterios definidos en el método PRISMA. En total, 14 artículos fueron aprobados de acuerdo con los criterios de inclusión y exclusión (véase Tabla 1), lo cual facilitó el manejo del proceso de revisión sistemática.

Tabla 2

*Principales estudios e investigaciones sobre el Baloncesto y la inteligencia emocional en estudiantes de nivel básica media de Educación Física (EF).*

<b>Autor y año de publicación</b>	<b>Título</b>	<b>Muestra del estudio</b>	<b>Resultados</b>	<b>Conclusiones</b>
Bustamante-Sánchez <i>et al.</i> (2019)	Efectos de un programa formativo Ad Hoc en el estilo de liderazgo de entrenadores de baloncesto de equipos de adolescentes en riesgo de exclusión social.	(n=60)	El efecto de la formación proporcionó un aumento grande en las dimensiones de instrucción, mediano en las en las dimensiones de opinión y refuerzo, y pequeño margen en la iniciativa y apoyo social y una pequeña disminución organizativa.	Aumentaron las dimensiones de instrucción, opinión y esfuerzo, margen de iniciativa y apoyo social y disminuyera la dimensión organizativa.

Castro-Sánchez <i>et al.</i> (2020)	Relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en deportistas.	(n=372)	Indican que los deportistas analizados presentan valores elevados de inteligencia emocional, y la gestión auto emocional es la dimensión que obtiene las puntuaciones más altas, mientras que la utilización emocional es la que presenta los valores más bajos; nueve de cada diez deportistas presentan niveles bajos o moderados de ansiedad-estado y ansiedad rasgo, mientras que únicamente uno de cada diez tiene una ansiedad alta; los deportistas que obtienen las puntuaciones más altas de inteligencia emocional son los que presentan los valores más	Se concluye que los deportistas analizados presentan valores elevados de inteligencia emocional, y la gestión auto-emocional es la dimensión que obtiene las puntuaciones más altas, mientras que la utilización emocional es la que presenta los valores más bajos; nueve de cada diez deportistas presentan niveles bajos o moderados de ansiedad-estado y ansiedad rasgo, mientras que únicamente uno de cada diez tienen una ansiedad alta; los deportistas que obtienen las puntuaciones más altas de inteligencia emocional son los que presentan los valores más bajos de ansiedad, tanto estado como rasgo.
Domínguez & Díaz (2024)	Variables psicológicas y fortaleza mental en jugadores/as profesionales de Baloncesto.	(n=184)	El mayor conocimiento de las variables psicológicas, las diferencias entre jugadores y jugadoras y las particularidades de cada uno, permite una mejor intervención personal y a través de los cuerpos técnicos.	Aunque a primera vista podría parecer que los jugadores varones tienen, en general, mayor fortaleza mental que las mujeres, esta realidad está posiblemente más asociada a la mayor profesionalización del Baloncesto profesional masculino, ya que no se dan diferencias entre la Liga ACB y la Liga Femenina (LF). Por lo cual podemos afirmar que las diferencias en cuanto a fortaleza mental están asociadas al nivel deportivo, nivel profesionalización de las ligas y al mayor número de entrenamientos en las categorías más profesionales del Baloncesto.
Duque <i>et al.</i> (2021)	Relación de la carga de entrenamiento con las emociones y el rendimiento en baloncesto formativo.	(n=82)	Los resultados mostraron que la FC está relacionada con una mayor percepción de rendimiento, así como la carga externa con la fatiga. La fatiga y el dolor muscular mostraron una fuerte relación entre ellas y, a su vez, con anotar menos puntos, menor percepción de rendimiento y con una regulación emocional negativa. El rendimiento percibido relacionó positivamente con todas las variables de la inteligencia emocional. Con estos datos, los entrenadores disponen de más recursos y conocimientos a la hora de planificar y diseñar las sesiones de entrenamiento lo que repercutirá en el rendimiento por par te de los deportistas.	Se concluye que el desarrollo de las emociones de manera estable va a condicionar también a una mejor percepción del rendimiento, es decir, mediante el desarrollo de tareas los entrenadores deben conseguir un clima emocional adecuado por parte de todos sus deportistas para que, en consecuencia, el rendimiento sea óptimo.
Duque <i>et al.</i> (2022)	Motivación, inteligencia emocional y carga de entrenamiento en función del género y categoría en baloncesto en edades escolares.	(n=61)	Los resultados evidenciaron que la categoría U14 y en general las chicas, manifestaron más intensidad, mayor percepción de esfuerzo y de rendimiento, así como índices más altos de inteligencia emocional. La categoría U16 y los chicos, reflejaron mayor fatiga, nivel de estrés y dolor muscular, y menores dígitos de inteligencia emocional y motivación autodeterminada.	Las variables de motivación más autodeterminada y de inteligencia emocional, están directamente relacionadas con la intensidad en los entrenamientos, la percepción de rendimiento y los factores de bienestar como la fatiga, el estrés y el dolor muscular en deportistas en edades escolares.
Gallardo <i>et al.</i> (2019)	Inteligencia emocional y conducta agresiva en el deporte ¿Puede inferir la modalidad deportiva y las horas de entrenamiento?	(n=472)	Los resultados muestran que los deportistas que practican deportes de no contacto tienen mayor capacidad para identificar y valorar emociones que los deportistas que practican deportes de contacto; los practicantes de deportes de contacto muestran mayores niveles de agresividad física o verbal, y hostilidad o ira, que los deportistas que practica deportes individuales y de no contacto. En cuanto al sexo los hombres presentan mayores niveles de agresividad física o verbal que las mujeres. Los de menos edad presentan mayores niveles de identificación y valoración emocional que los de media edad. Los de menor edad obtienen mayores puntuaciones que	Existe una relación entre inteligencia emocional y agresividad; con respecto al sexo, se ha encontrado diferencia estadísticamente significativa en agresividad; la edad influye tanto en inteligencia emocional como agresividad; las horas de práctica deportiva influyen en la agresividad; y la modalidad deportiva muestra diferencias en inteligencia emocional y agresividad.

			<p>agresividad física o verbal y hostilidad e ira que los de mayor edad. Los sujetos que menos tiempo dedican a la práctica deportiva tienen mayores niveles de agresividad física o verbal que los que consumen más tiempo de entrenamiento. Los sujetos que tienen mayores niveles de agresividad física o verbal tienen menor capacidad para valorar las emociones.</p>	
Huamani <i>et al.</i> (2022)	El básquetbol y la coordinación motora de los estudiantes de educación básica.	(n=96)	La coordinación motriz depende de la calidad de desarrollo del sistema nervioso central; elemento cualitativo del movimiento basado en el potencial genético de la persona. Considerándolo como una capacidad, cualidad y habilidad para orientar las acciones o conductas motoras neuromusculares. El básquetbol permite al estudiante expresar su movimiento con una determinada calidad coordinativa, permitiendo la precisión y economía en la ejecución de la acción motora con exactitud, fuerza y control adecuado.	Los estudiantes que practican el básquetbol logran poseer eficiente coordinación motriz, la práctica sistemática de básquetbol permiten impactar positivamente sobre la coordinación motora.
López <i>et al.</i> (2021)	Importancia de la actividad física sobre la inteligencia emocional y diferencias de género.	(n=281)	Los resultados muestran aquellos que practican más actividad física, siendo en su mayoría los chicos, tienen un mejor control de sus emociones en sus tres dimensiones, resaltando la capacidad de reparación, la cual presenta junto a la claridad emocional los valores más altos, donde las chicas presentan una leve mayoría. Además de diferencias significativas en las relaciones entre sexo-deportes y sexo-dimensiones de la inteligencia emocional.	Respecto a la relación entre sexo y actividad física hay que destacar que los chicos tienden a realizar más actividad física en horario extraescolar que las chicas. Seguidamente, en la relación entre actividad física e inteligencia emocional, en sus tres dimensiones, destacan aquellas personas que presentan valores más altos en inteligencia emocional, influenciadas por la práctica de esta. Aunque cuando se han comparado resultados entre sexo, las chicas presentan mejores resultados.
López-Herrero & Arias-Estero (2019)	Efecto de la modalidad de juego en baloncesto (5 vs.5 y 3 vs. 3) sobre conductas motrices y psicológicas en alumnado de 9-11 años.	(n=42)	Los resultados mostraron valores más elevados a favor de la modalidad 3vs.3 en: (a) número de posesiones de balón, (b) número de pases, (c) eficacia de las posesiones, (d) emociones positivas, (e) emociones neutras y (f) preferencia de los participantes. Para favorecer la implicación en el juego, una práctica de calidad, las emociones positivas, y a la vez satisfacer las preferencias de los niños, se debería optar por la modalidad de juego 3vs.3.	En conclusión, la modalidad 3 vs.3 en el ámbito extraescolar posibilitó una mayor participación en contacto con el balón y con mayor éxito que la modalidad 5vs.5, favoreciendo la aparición de emociones positivas y neutras. Lo que fue reforzado al no observarse diferencias en los criterios disfrute, competencia percibida, intención de práctica futura y emociones negativas. Por lo que para favorecer la implicación en el juego, una práctica de calidad, las emociones positivas, y a la vez satisfacer las preferencias de los niños, los entrenadores, profesorado y responsables de las competiciones de baloncesto entre 9 y 11 años deberían optar por dicha modalidad de juego.
Maldonado <i>et al.</i> (2021)	Gestión emocional del desempeño en los jugadores de baloncesto.	(n=62)	En las condiciones actuales de pandemia, no existe relación significativa entre las dos variables. Sin embargo, la gestión emocional del desempeño en los jugadores de baloncesto, contempla una serie de variables antes, durante y después de una competición, que deben ser tomadas en cuenta en la planificación del macrociclo para lograr incrementos progresivos y sostenidos de rendimiento, durante los entrenamientos y las competencias.	La importancia de mantener motivados a los basquetbolistas es uno de los elementos fundamentales del proceso de entrenamiento deportivo, ya que, en el caso de sus jugadores, pese a no pisar la cancha desde el 2019, se ha podido notar una mejora en el rendimiento de ciertos deportistas, mientras que en otros ha sucedido todo lo contrario, y es que son varios los factores que los afectan: situación económica, entorno social y familiar, estudios, entre otros.
Martín-Fernández <i>et al.</i> (2019)	Desarrollo de inteligencia emocional y valores en Adolescentes mediante la práctica deportiva del Baloncesto.	(n=57)	Los resultados mostraron asociaciones significativas entre diferentes aspectos de la inteligencia emocional, las relaciones interpersonales y el desarrollo de valores. En particular, el análisis cualitativo permitió a partir de la saturación de la información recogida extraer cuatro metas categorías: comunicación, trabajo en equipo, inteligencia emocional y satisfacción con el programa. Los participantes señalan haber aumentado su grado de auto-conocimiento así como su satisfacción con el programa. Los	Los entrenamientos y los partidos generan movilización emocional, como se ve en la meta categoría Inteligencia Emocional, y en las evidencias que se muestran en ella. Parece necesario incidir a este nivel posibilitando actividades orientadas de modo explícito al desarrollo de la inteligencia emocional, ya que es un aspecto fundamental a desarrollar entre los adolescentes desde diferentes instituciones y ámbitos educativos en nuestro país.

<p>Mercadet-Portillo <i>et al.</i> (2023)</p>	<p>Intervención psicopedagógica para el control del enfado en deportistas del equipo masculino de baloncesto de la provincia de Matanzas.</p>	<p>(n=56)</p>	<p>Los principales resultados brindan las causas y manifestaciones del enfado en los deportistas, los recursos que poseen para controlarlo, los conocimientos que poseen los entrenadores y árbitros sobre el enfado, datos que, a partir de los mismos, permitieron elaborar un plan de intervención psicopedagógica que, a juicio de los expertos, se considera de alta validez para el fin propuesto, opinión corroborada por los usuarios, que avalan la utilidad del mismo y su implementación en la práctica.</p>	<p>resultados permitieron conocer en profundidad el proceso y detectar áreas de mejora para sucesivas ediciones.</p> <p>Las emociones en la actividad deportiva intervienen elementos psicológicos y cognitivos, en ellas intervienen la experiencia del sujeto, sus sentimientos y valoraciones. La emoción se entiende como la evaluación cognitiva de un acontecimiento, y a sus respuestas y manifestaciones corporales, la persona nota los cambios fisiológicos, advierte lo que ocurre a su alrededor y denomina a sus emociones de acuerdo a ambos tipos de observaciones. El enfado constituye una de las emociones negativas en la actividad deportiva y se considera de relevante.</p>
<p>Mujica-Johnson &amp; Jiménez (2019)</p>	<p>Percepción emocional en la asignatura de Baloncesto de estudiantes del Grado en Ciencias del Deporte: Estudio piloto.</p>	<p>(n=19)</p>	<p>Los principales resultados indican que los estudiantes atribuyen sus emociones positivas y negativas a motivos similares en función de la experiencia deportiva, pero al mismo tiempo, existen motivos independientes sobre la facilidad de realizar las tareas de baloncesto, la colaboración en la clase, el resultado de los juegos con competencia y el deseo de practicar baloncesto.</p>	<p>Se concluye que, para abordar la dimensión afectiva en la asignatura de baloncesto, es preciso diagnosticar el nivel de aprendizaje en baloncesto, los recuerdos afectivos en la práctica de baloncesto y las expectativas en relación a los objetivos de la asignatura.</p>
<p>Mujica &amp; Jiménez (2020)</p>	<p>Percepción emocional del alumnado de 3º de eso ante las prácticas de la unidad didáctica de baloncesto en Educación Física.</p>	<p>(n=44)</p>	<p>Los resultados contienen ocho motivos que explican las emociones positivas percibidas y cinco motivos que explican las emociones negativas para el bienestar subjetivo. Además, se identifican similitudes y diferencias según el género y el centro educativo.</p>	<p>Se concluye que el género femenino les ha dado importancia a los valores interpersonales y el género masculino al desempeño motor. En función del centro educativo, se concluye que el vínculo con un club deportivo de Baloncesto incide en las emociones que suscita el contenido de Baloncesto. Una aplicación práctica, es que el profesorado al inicio de esta unidad didáctica evalúe en forma cualitativa las emociones del alumnado, para comprenderlas e integrarlas en la intervención pedagógica.</p>

El análisis de los estudios seleccionados revela varios aspectos importantes sobre el impacto del baloncesto en la inteligencia emocional y otras habilidades psicológicas y físicas de los estudiantes. En primer lugar, la formación y el conocimiento de las variables psicológicas son fundamentales para mejorar la intervención personal y técnica en el deporte. Esto se refleja en el hecho de que un programa formativo específico para entrenadores de baloncesto resultó en mejoras significativas en dimensiones clave del liderazgo, como la instrucción y el refuerzo, aunque tuvo un impacto menor en la iniciativa y apoyo social (Bustamante-Sánchez et al., 2019). Además, el conocimiento detallado de las variables psicológicas y las diferencias individuales permite una intervención más efectiva, destacando que las diferencias en fortaleza

mental están más asociadas al nivel deportivo y profesionalización que al género (Domínguez & Díaz, 2024).

Otro aspecto importante es la relación entre la inteligencia emocional y la gestión del estrés y la ansiedad. Los deportistas con altos niveles de inteligencia emocional tienden a presentar niveles más bajos de ansiedad, lo que subraya la importancia de desarrollar habilidades emocionales en los deportistas para mejorar su rendimiento y bienestar. Este hallazgo es consistente en varios estudios, que muestran que una mejor gestión emocional se asocia con menores niveles de ansiedad, tanto en estado como en rasgo (Castro-Sánchez et al., 2020). Asimismo, se encontró que un desarrollo emocional estable mejora la percepción del rendimiento, lo que sugiere que los entrenadores deben enfocarse en crear un clima emocional adecuado para optimizar el rendimiento de sus jugadores (Duque et al., 2021).

La práctica del baloncesto también se asocia con mejoras en la coordinación motriz, una habilidad fundamental para el desarrollo motor. Los estudios indican que la coordinación motriz, influenciada positivamente por la práctica del baloncesto, mejora la precisión y economía en la ejecución motora (Huamaní et al., 2022). Además, la actividad física regular, especialmente en los chicos, mejora el control emocional en todas sus dimensiones, lo que sugiere que la actividad física puede ser un medio eficaz para mejorar la inteligencia emocional (López et al., 2021).

El formato del juego también tiene un impacto significativo en la experiencia emocional de los jugadores. Se ha encontrado que la modalidad de juego 3vs.3 en el baloncesto favorece una mayor participación y éxito en el juego, generando emociones positivas y preferencia entre



los participantes. Este formato promueve una mayor participación activa y éxito, lo cual puede tener un impacto positivo en la experiencia emocional y el disfrute del deporte (López-Herrero & Arias-Estero, 2019).

La gestión emocional es crucial en el contexto de la competencia, ya que factores externos como la situación económica, el entorno social y familiar, y los estudios pueden influir en la motivación de los basquetbolistas. Esto subraya la importancia de un enfoque holístico en la planificación del entrenamiento, donde la gestión emocional debe ser un componente integral (Maldonado et al., 2021). Además, las intervenciones psicopedagógicas y programas orientados al desarrollo de la inteligencia emocional son necesarios, especialmente en adolescentes. Estos programas no solo mejoran el rendimiento deportivo, sino que también contribuyen al desarrollo personal y social de los estudiantes (Martín-Fernández et al., 2019; Mercadet-Portillo et al., 2023).

## Discusión

La práctica del baloncesto en estudiantes de Educación Física (EF) no solo mejora las habilidades físicas, sino que también juega un papel crucial en el desarrollo de la inteligencia emocional. La capacidad para gestionar emociones como el estrés y la ansiedad es fundamental para el rendimiento deportivo. Los estudios muestran que los deportistas con mayores niveles de inteligencia emocional presentan niveles más bajos de ansiedad, lo que sugiere que el manejo efectivo de las emociones es crucial para el rendimiento y bienestar deportivo. Este hallazgo es consistente en varios estudios que destacan la relación entre la inteligencia emocional y la gestión del estrés (Castro-Sánchez et al., 2020; Duque et al., 2021).

Además, la formación estructurada de entrenadores y el conocimiento de las variables psicológicas son esenciales para mejorar la intervención personal y técnica en el baloncesto. Los programas de formación específicos pueden aumentar significativamente las dimensiones clave del liderazgo, como la instrucción y el refuerzo, lo cual es crucial para el desarrollo de los jugadores (Bustamante-Sánchez et al., 2019). La personalización de los programas de entrenamiento basados en las diferencias individuales, más que en el género, también puede maximizar el rendimiento deportivo (Domínguez & Díaz, 2024).

La práctica del baloncesto mejora la coordinación motriz, un aspecto fundamental para el desarrollo motor de los estudiantes. La coordinación motriz se ve influenciada positivamente por la práctica del baloncesto, mejorando la precisión y economía en la ejecución motora (Huamaní et al., 2022). Además, aquellos que practican más actividad física, especialmente los chicos, muestran un mejor control emocional en todas sus dimensiones, lo que sugiere que la actividad física regular puede mejorar significativamente la inteligencia emocional (López et al., 2021).

El formato del juego también impacta en la experiencia emocional de los jugadores. La modalidad de juego 3vs.3 promueve una mayor participación y éxito en el juego, generando emociones positivas entre los participantes. Este formato puede mejorar la experiencia emocional y el disfrute del deporte, lo que es crucial para mantener la motivación y el compromiso de los jugadores (López-Herrero & Arias-Estero, 2019).

La gestión emocional en el contexto competitivo es esencial para mantener la motivación y el rendimiento de los jugadores. Factores externos como la situación económica,

el entorno social y familiar, y los estudios pueden influir en la motivación de los basquetbolistas, subrayando la importancia de un enfoque holístico en la planificación del entrenamiento (Maldonado et al., 2021). Además, las intervenciones psicopedagógicas y programas orientados al desarrollo de la inteligencia emocional son necesarios, especialmente en adolescentes, para mejorar tanto el rendimiento deportivo como el desarrollo personal y social (Martín-Fernández et al., 2019; Mercadet-Portillo et al., 2023).

## Conclusiones

Después de analizar detenidamente la investigación realizada sobre el baloncesto y la inteligencia emocional en niños/as se pueden extraer varias conclusiones significativas:

En primer lugar, se ha identificado una escasez de estudios relacionados con este tema específico, lo que resalta la importancia de este trabajo para contribuir con información valiosa que pueda mejorar los procesos neurocognitivos en los estudiantes, tanto en aspectos físicos como psicológicos, antes de la práctica del baloncesto.

Además, se ha demostrado que el baloncesto puede ser una herramienta efectiva para mejorar la inteligencia emocional en los niños, ya que les ayuda a desarrollar habilidades clave como el autocontrol, la confianza, la empatía y la capacidad de trabajo en equipo. Estas habilidades no solo son beneficiosas en el contexto deportivo, sino que también son fundamentales para el éxito en la vida cotidiana.

Por último, se ha destacado la importancia de una planificación adecuada en el baloncesto para estudiantes, que incluya el establecimiento de metas claras, un programa de entrenamiento completo y una gestión efectiva del tiempo. Esto no solo mejora el rendimiento deportivo de los estudiantes, sino que también les ayuda a equilibrar sus responsabilidades académicas y deportivas, promoviendo un desarrollo integral.

En síntesis, el baloncesto puede ser una herramienta poderosa para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños, y su práctica adecuada puede tener un impacto positivo en varios aspectos de sus vidas.

## Referencias

- Bretón, S., & Castro, M. (2017). Adolescencia y baloncesto. *Journal of Sport and Health Research*, 9 (1), 97-108.  
[http://www.observatoriobizkaiabasket.com/Web/Archivos/GD/298/JSHRV09\\_supl\\_01.pdf](http://www.observatoriobizkaiabasket.com/Web/Archivos/GD/298/JSHRV09_supl_01.pdf)
- Bustamante Sánchez, Á., Rodríguez Jiménez, R. M., Cevallos Rodríguez, A. D., Martín Fernández, L. F., & García Merino, S. (2019). Efectos de un programa formativo ad hoc en el estilo de liderazgo de entrenadores de baloncesto de equipos de adolescentes en riesgo de exclusión social. *Revista Kronos*, 18(1), 1-7.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7136330>
- Bustamante-Sánchez, Á., Rodríguez-Jiménez, R. M., Cevallos-Rodríguez, A. D., Martín-Fernández, L. F., & García-Merino, S. (2019). Efectos de un programa formativo ad hoc en el estilo de liderazgo de entrenadores de Baloncesto de equipos de adolescentes en riesgo de exclusión social. *Revista Kronos*, 18(1). <https://g-se.com/efectos-de-un->

[programa-formativo-ad-hoc-en-el-estilo-de-liderazgo-de-entrenadores-de-baloncesto-de-equipos-de-adolescentes-en-riesgo-de-exclusion-social-2577-sa-D5d126af5f2ed8](#)

Cantón Chirivella, E., & Checa Esquivá, I. (2012). Los estados emocionales y su relación con las atribuciones y las expectativas de autoeficacia en el deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 171-176. <https://ddd.uab.cat/record/105877>

Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Ramírez-Granizo, I., & Ubago-Jiménez, J. L. (2020). Relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en deportistas. *Journal of Sport & Health Research*, 12(1). [https://www.academia.edu/download/78720219/JSHR\\_20V12\\_1\\_04.pdf](https://www.academia.edu/download/78720219/JSHR_20V12_1_04.pdf)

Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Ramírez-Granizo, I., & Ubago-Jiménez, J.L. (2020). Relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en deportistas. *Journal of Sport and Health Research*, 12(1), 42-53. <https://www.redalyc.org/pdf/4780/478047207001.pdf>

Colegio Lakeside. (2020). *Importancia del aprendizaje significativo en la educación* [Blog]. <https://colegiolakeside.edu.mx/importancia-del-aprendizaje-significativo/>

Davidson, R. J. (2012). El perfil emocional de tu cerebro. Claves para modificar nuestras actitudes y reacciones. *Destino*. <https://idus.us.es/handle/11441/56099>

De la Cruz, A., y Cruzata, A. (2017). Inteligencia emocional y kinestésica en la educación física de la educación primaria. *Actualidades Investigativas en Educación*, 17(2), 1-20. <https://doi.org/10.15517/aie.v17i2.28681>

Domínguez, R. D., & Díaz, J. D. (2024). Variables psicológicas y fortaleza mental en jugadores/as profesionales de Baloncesto. *Cuadernos de psicología del deporte*, 24(1), 60-79. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/576011>

- Domínguez, R., & Dosil, J. (2024). Variables psicológicas y fortaleza mental en jugadores/as profesionales de Baloncesto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 24(1), 60-79.  
<https://revistas.um.es/cpd/article/view/576011>
- Duque Ramos, V. H., Reina Román, M., Mancha Triguero, D., Ibáñez Godoy, S. J., & Sáenz-López Buñuel, P. (2021). Relación de la carga de entrenamiento con las emociones y el rendimiento en baloncesto formativo. *Retos*, 40, 164-173.  
<https://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/19502>
- Duque Ramos, V. H., Reina Román, M., Mancha Triguero, D., Ibáñez Godoy, S. J., & Sáenz-López Buñuel, P. (2021). Relación de la carga de entrenamiento con las emociones y el rendimiento en baloncesto formativo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 40, 164-173.  
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/82441>
- Duque, V. H., Mancha-Triguero, D., Ibáñez, S., & Sáenz-López, P. (2022). Educación Tradicional: Motivación, inteligencia emocional y carga de entrenamiento en función del género y categoría en baloncesto en edades escolares. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(2), 15-32. <https://doi.org/10.6018/cpd.450341>
- Duque, V.H., Mancha-Triguero, D., Ibáñez, S., & Sáenz-López, P. (2022). Motivación, inteligencia emocional y carga de entrenamiento en función del género y categoría en baloncesto en edades escolares. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(2), 15-32.  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232022000200003](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232022000200003)
- Fernández-Argüelles, D., y González-González, C. (2018). Educación Física y Aprendizaje Cooperativo: una experiencia práctica. *Journal of Sport and Health Research*, 10(1), 43-64.  
<https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/48741/Educacion.pdf?sequence=1>

- Fernández-Rivas, M., & Espada-Mateos, M. (2016). Actitud del profesorado de Educación Física frente al aprendizaje cooperativo. *Movimiento*, 22(2), 861–876. <https://oa.upm.es/id/eprint/46230>
- Gallardo Peña, A. M., Domínguez Escribano, M., & González González de Mesa, C. (2019). Inteligencia emocional y conducta agresiva en el deporte ¿Puede inferir la modalidad deportiva y las horas de entrenamiento? *Retos*, 35, 176-180. <https://helvia.uco.es/handle/10396/18550>
- Gallardo Peña, A. M., Domínguez Escribano, M., & González González de Mesa, C. (2019). Inteligencia emocional y conducta agresiva en el deporte ¿Puede inferir la modalidad deportiva y las horas de entrenamiento?. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 35, 176-180. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/66213>
- Galván-Cardoso, A. Y., & Siado-Ramos, E. (2021). Educación Tradicional: Un modelo de enseñanza centrado en el estudiante. *CIENCIAMATRIA. Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 7(7), 962-975. <https://doi.org/10.35381/cm.v7i12.457>.
- Gómez-Paladines, L. J., & Ávila-Mediavilla, C. M. (2021). Gamificación como estrategia de motivación en el proceso de enseñanza y aprendizaje. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, 7(6), 329-349. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8019920.pdf>
- Guerra Martínez, N. (2012). Sistema de acciones metodológicas para la preparación del entrenador de baloncesto en relación a la aplicación del control psicológico durante la etapa de preparación físico general. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, 17(172). <https://www.efdeportes.com/efd172/preparacion-del-entrenador-de-baloncesto.htm>

- Guimallón, A. R. (2014). Inteligencia emocional y práctica deportiva. *EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires*, 18(190). <https://www.efdeportes.com/efd190/inteligencia-emocional-y-practica-deportiva.htm>
- Herrero, F. L., & Estero, J. L. A. (2019). Efecto de la modalidad de juego en baloncesto (5vs. 5 y 3vs. 3) sobre conductas motrices y psicológicas en alumnado de 9-11 años. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 36, 354-361. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/67163>
- Huamaní, O. G., Lope, E. N., & Lope, F. R. N. (2022). El básquetbol y la coordinación motora de los estudiantes de educación básica: Basketball and motor coordination of basic education students. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 2(2), 1-10. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8697685>
- Idrobo Torres, C. S. (2023). La gamificación como recurso didáctico para la enseñanza-aprendizaje de educación física en el subnivel básica. *Rev. Cien. Dominio de las ciencias*, 9(3), 1784-1810. <https://doi.org/10.23857/dc.v9i3.3661>
- Jiménez Morales, M. I., & López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(1), 69-79. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80511492005.pdf>
- Lobo Canella, J. M. (2018). La gamificación aplicada a la Educación Física en Primaria. *PublicacionesDidacticas.com*, 100, 661-754. <https://core.ac.uk/download/pdf/235851413.pdf>
- López, S. G., Ortega, F. Z., Jiménez, J. L. U., & Valero, G. G. (2021). Importancia de la actividad física sobre la inteligencia emocional y diferencias de género. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (42), 636-642. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7986326>



- López, S. G., Ortega, F. Z., Jiménez, J. L. U., & Valero, G. G. (2021). Importancia de la actividad física sobre la inteligencia emocional y diferencias de género. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 42, 636-642. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/86448>
- López-Herrero, F. L., & Arias-Estero, J. L. (2019). Efecto de la modalidad de juego en baloncesto (5vs. 5 y 3vs. 3) sobre conductas motrices y psicológicas en alumnado de 9-11 años. *Retos: Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (36), 354-361. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7260926>
- Maldonado, J. F. S., Casillas, L. S. V., & Herrera, E. Y. (2021). Gestión emocional del desempeño en los jugadores de baloncesto. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 26(278). <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/download/3004/1426?inline=1>
- Maldonado, J. F. S., Casillas, L. S. V., & Herrera, E. Y. (2021). Gestión emocional del desempeño en los jugadores de baloncesto. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 26(278). <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/3004>
- Martín-Fernández, F. M., Rodríguez-Jiménez, R. M. R., de Cevallos Rodríguez, A., & García-Merino, S. G. (2017). Desarrollo de inteligencia emocional y valores en adolescentes mediante la práctica deportiva del baloncesto. *Revista Española de Educación Física y Deportes: REEFD*, 418(16), 205-215. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6803922>
- Martin-Fernández, F., Rodríguez Jiménez, R. M. R., de Cevallos Rodríguez, A., & García-Merino, S. (2019). Desarrollo de inteligencia emocional y valores en adolescentes mediante la práctica deportiva del baloncesto. *Revista Española de Educación Física y*

Deportes: REEFD, (418), 205-215.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6803922>

Mercadet- Portillo, O. E., & Inufio-Díaz, R. (2015). Inteligencia emocional y el enfado en el baloncesto. *Revista científica Especializada En Ciencias De La Cultura Física Y Del Deporte*, 12(26), 111–122. Recuperado a partir de <https://deporvida.uho.edu.cu/index.php/deporvida/article/view/292>

Mercadet-Portillo, O. E., Rodríguez-Rodríguez, L. E., & Vasallo-Zulueta, M. C. (2023). Intervención psicopedagógica para el control del enfado en deportistas del equipo masculino de baloncesto de la provincia de Matanzas. *Educación y sociedad*, 21(2), 90-109. <https://revistas.unica.cu/index.php/edusoc/article/view/2482>

Mercadet-Portillo, O. E., Rodríguez-Rodríguez, L. E., & Vasallo-Zulueta, M. C. (2023). Intervención psicopedagógica para el control del enfado en deportistas del equipo masculino de baloncesto de la provincia de Matanzas. *Educación y sociedad*, 21(2), 90-109. <http://portal.amelica.org/ameli/journal/762/7624248007/html/>

Mujica Johnson, F. N., & Jiménez Sánchez, A. C. (2020). Percepción emocional del alumnado de 3º de ESO ante las prácticas de la unidad didáctica de baloncesto en Educación Física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (429), 38-47. <https://reefd.es/index.php/reefd/article/view/899>

Mujica-Johnson, F. N., & Jiménez Sánchez, A. C. (2020). Percepción emocional del alumnado de 3º de ESO ante las prácticas de la unidad didáctica de baloncesto en Educación Física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 429, 47-60. <https://www.reefd.es/index.php/reefd/article/view/899>

Mujica-Johnson, F., & Jiménez, A. C. (2019). Percepción emocional en la asignatura de Baloncesto de estudiantes del Grado en Ciencias del Deporte: Estudio piloto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(2), 160-174.

<https://doi.org/10.56200/mried.v3i9.8473>  
<https://revistamentor.ec/index.php/mentor>

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1578-84232019000200013&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1578-84232019000200013&script=sci_abstract&tlng=pt)

Mujica-Johnson, F., & Jiménez, A.C. (2019). Percepción emocional en la asignatura de Baloncesto de estudiantes del Grado en Ciencias del Deporte: Estudio piloto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(2), 160-174.  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232019000200013](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232019000200013)

Narváez Lope, E., Rosario Narváez, F., & Gutiérrez Huamaní, O. (2022). El básquetbol y la coordinación motora de los estudiantes de educación básica. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 2, 1-10.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8697685.pdf>

Nieto Aguayo, A. G., & Guamán Zumba, J. M. (2019). *Incidencia de la inteligencia emocional en el proceso de enseñanza - aprendizaje en los estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa "Julio Pimentel Carbo" de la ciudad de Milagro 2019* [Tesis de Grado, Universidad Estatal de Milagro]. Repositorio de Universidad Estatal de Milagro.  
<https://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/4800>

Organización Mundial de la Salud - OMS. (2021). *Salud mental del adolescente*.  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Mundial de la Salud - OMS. (2022). *Cinco pilares esenciales para promover y proteger la salud mental y el bienestar psicosocial en las escuelas y los entornos de aprendizaje*.  
<https://www.unicef.org/media/137741/file/Promoting%20and%20protecting%20mental%20health%20in%20schools%20and%20learning%20environments.pdf>

Ortiz Mendez, D., Gómez Sánchez, N. J., & Almeyda Macareo, A. (2018). *Valoración descriptiva de la inteligencia emocional en relación a la práctica deportiva de las selecciones masculinas de fútbol y baloncesto de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Bucaramanga* [Tesis de Grado, Universidad Cooperativa de Colombia].

Repositorio de Universidad Cooperativa de Colombia.  
<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/b240aa4b-3d39-4319-be0a-177b61e31b4f/content>

Ortiz, J. N. L. (2022). La importancia de los espacios y escenarios deportivos para la práctica de la recreación y el deporte. *Revista Internacional de Pedagogía e Innovación Educativa*, 2(2), 209-234. <https://editic.net/ripie/index.php/ripie/article/view/68>

Posso Pacheco, R. J., Otañez Enríquez, J. M., Paz Viteri, S., Ortiz Bravo, N. A., & Núñez Sotomayor, L. F. X. (2020). Por una Educación Física virtual en tiempos de COVID. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(3), 705-716. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1996-24522020000300705&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522020000300705&lng=es&tlng=es).

Rodríguez-Torres, Á. F., Chicaiza-Peneida, L. E., & Cusme-Torres, A. C. (2021). Metodologías emergentes para la enseñanza de la Educación Física (Revisión). *Revista Científica Olimpia*, 19 (1), 98-115. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/25737/1/22%20RODRIGUEZ-CHICAIZA%20METODOLOGIAS%20EMERGENTES%20PARA%20LA%20ENSEÑANZA.pdf>

Ruiz-Rodríguez, E. (2012). Programación educativa para escolares con síndrome de Down. In *Fundación Iberoamericana Down 21*. Fundación Iberoamericana Down 21. <https://doi.org/10.1016/j.sd.2017.06.003>

Sáenz, P. (2019). Las emociones: necesidad de su programación para una actividad física más saludable. *e-Motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 13, 59-81. [www.uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/e-moti-on/index](http://www.uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/e-moti-on/index)

Sáenz-López, B., Cordero-Tencio, R., & Moncada-Jiménez, J. (2022). Relación de la intensidad en los entrenamientos con el rendimiento deportivo, la condición física y variables

emocionales. *Retos*, 16, 156-162  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8621886.pdf>

Sáenz-López, B., Duque-Ramos, V., Almagro-Torres, B., & Conde-García, C. (2020). Baloncesto y emociones. *Revista de Ciencias del Deporte*, 16(1), 73-84.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7283846>

Sánchez, M. S. (2007). El acondicionamiento físico en baloncesto. Apunts. *Medicina de l'Esport*, 42(154), 99-107.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1886658107700440>

Sánchez-Meca, J., & Botella, J. (2017). Revisiones sistemáticas y meta-análisis: Herramientas para la práctica profesional. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 7-17.  
<https://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1792.pdf>

Serna-Huesca, O., Sánchez-Serrano, C. J., & ubio Martínez, I. (2015). Los nuevos retos y demandas de la educación “Desarrollo de competencias.” *Atenas*, 3(31), 1-7.  
<https://www.redalyc.org/pdf/4780/478047207001.pdf>

### Conflictos de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

### Contribución de los autores

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.