



FACTORES DETERMINANTES EN LA ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DEL DEPORTE DESDE LA PERSPECTIVA EMOCIONAL

Determinant factors in the teaching-learning of sport from emotional perspective.

Sánchez Sánchez, M. ¹; Juan Ángel Collado Martínez ²

¹ Universidad de Castilla La Mancha

² Universidad Internacional de La Rioja

Recibido: 02/07/2016

Aceptado: 02/09/2016

Correspondencia:

Mauro Sánchez Sánchez

Mail: Mauro.Sanchez@uclm.es

Resumen

Desde la neurociencia y psicología se está poniendo de manifiesto la importancia de las emociones en el aprendizaje (Diamond, 2012; Forés et al. 2015; Mora, 2013; Vázquez y Hervás, 2009). Cuando el entrenador/profesor tiene bienestar emocional, manifiesta actitudes positivas y genera climas de aprendizaje orientados hacia la tarea los aprendizajes son más efectivos. Asimismo, el establecimiento de metas y la regulación de las emociones se muestran decisivos en el proceso de aprendizaje. Por todo ello, el entrenador/profesor tiene la responsabilidad de hacer planteamientos de enseñanza desde una perspectiva emocional, en donde a la hora de enseñar se considere el establecimiento de objetivos, los climas de aprendizaje positivos y la regulación emocional.

Palabras clave: emociones; establecimiento de objetivos; climas positivos de aprendizaje; autocontrol emocional.

Abstract

From neuroscience and psychology it is highlighting the importance of emotions in learning (Diamond, 2012; Forés et al. 2015; Mora, 2013; Vázquez and Hervás, 2009). When the coach / teacher has emotional well-being and expresses positive attitudes are more effective learning. Also, goal-setting and regulation of emotions is crucial in the learning process. Therefore, the coach / teacher has the responsibility to make teaching approaches from an emotional perspective, where teaching when setting goals, positive learning climates and emotional regulation is considered.

Keys words: emotions; goal setting; positive learning climates; emotional self-control.

El entrenador que genera estados emocionales óptimos para el aprendizaje

Cuando se habla del uso de las emociones en cualquier ámbito de nuestra vida (personal, educativo, deportivo, ocio, empresarial...), deberíamos apelar a la responsabilidad por la enorme trascendencia que tienen en nuestro desarrollo (Damasio, 2011; Diamond, 2013; Forés et al., 2015; Goleman, 1999; Jackson y Delehanty, 2014; Kahneman, 2015; Marina y Pellicer, 2015; Vázquez y Hervás, 2009). Si nos centramos en el aprendizaje, la atención es uno de los factores que más influyen en el proceso de adquisición de cualquier habilidad. La atención la proporciona el interés y lo que realmente interesa es lo que te emociona (Mora, 2013; Morgado, 2014). Este es un ejemplo de la función de las emociones en el aprendizaje, si bien, como consecuencia de los avances tecnológicos, desde la neurociencia y la psicología se están aportando más datos que reflejan la importancia que tienen las emociones a la hora de aprender. En este sentido, la ciencia está poniendo de manifiesto que las emociones que facilitan los aprendizajes son las positivas, estas emociones generan climas favorables que ayudan a prestar más atención y además posibilitan los intentos, ya que se pierde miedo a intervenir y a preguntar, también facilitan el encuentro entre las personas y mejoran la creatividad (Davidson y Begley, 2012; Diamond, 2012; Forés et al., 2015; García, 2010; Marina y Pellicer, 2015; Mora, 2013; Vázquez y Hervás, 2009). Por lo tanto, una de las preguntas que nos deberíamos hacer es ¿qué es lo que provoca emociones positivas a las personas que quiero que aprendan un deporte? Como se puede observar, se individualiza porque no a todo el mundo les emociona lo mismo, no es lo mismo un grupo de niños que un grupo de adolescentes y no es lo mismo un grupo de adolescentes que uno de adultos, hay matices que son necesarios conocer para hacer uso de ellos a la hora de provocar la “ignición” en las personas con las que estamos interactuando (Coyle, 2009). Pero, más allá de esos matices, que son necesarios tener en cuenta cuando estemos con el grupo en cuestión, está la actitud del entrenador en el proceso de enseñanza-aprendizaje como principal factor a la hora de provocar emociones positivas y climas favorables de aprendizaje (Marchesi, 2007; Mora, 2013; Soldevilla, Filella, Ribes y Agulló, 2007). Las investigaciones en neurociencia y psicología del deporte están demostrando que el proceso de aprendizaje es mucho más efectivo cuando el profesor/entrenador manifiesta entusiasmo, calidez humana, cercanía, apoyo, expectativas altas, afecto, respeto, buen ánimo y utiliza como estrategias la cooperación, la búsqueda de autonomía, el reto y los elementos sorpresa (Forés et al., 2015; Petitpas, Cornelius y Van Raalte, 2008). Por un lado, están los estados de ánimo y actitudes del entrenador, ambos se contagian y tienen grandes consecuencias en el aprendizaje (Iacobini, 2009). Jorge Luis Borges lo expresó de manera contundente y poética al afirmar que “No se puede enseñar algo, sólo se puede transmitir ese amor por ese algo”. Por otro lado, están las estrategias didácticas que usa el entrenador para facilitar los aprendizajes. Aunque son dos factores que deben ir de la mano, parece que el primero tiene un mejor efecto en la medida que es el desencadenante y motor de lo segundo (Mora, 2013; Soldevilla, Filella, Ribes y Agulló, 2007). A continuación, se exponen de manera sintética una serie de actitudes y estrategias didácticas que facilitan aprendizajes a partir de las sugerencias recogidas en investigaciones y manuales de pedagogía e iniciación deportiva (Buceta, 2004; García, 2010; Moreno-Murcia, Cervelló, González-Cutre, Julián y Del Villar, 2011; Moreno-Murcia, Conde, Sáenz-López, 2012; Smoll y Smith, 2009; Sousa, 2014; Vaello, 2009, 2011).

Actitudes del entrenador/profesor que facilitan aprendizajes.

- *Entusiasmo.* Los alumnos/deportistas se ven contagiados cuando observan el entusiasmo con que vivimos lo que hacemos.
- *Sentido del humor.* Abordar las cosas con humor contribuye en gran medida a crear un clima placentero, distendido que favorece los aprendizajes. Asimismo, el no considerarnos el centro, el reírse de nuestros fallos, derriba barreras a la hora de relacionarnos.
- *Empatía.* El ponerse en el lugar de los alumnos/deportistas favorece la creación de un clima de entendimiento, nos acerca a sus preferencias y permite comprender determinadas conductas disruptivas sin perder la calma.
- *Control emocional.* Todo lo que hagamos que nos ayude a autocontrolarnos será de gran importancia a la hora de interactuar con los deportistas, compañeros, directivos, árbitros y padres. Los aprendizajes y conductas que se citan a continuación facilitan que el profesor/entrenador controle lo que acontece en las clases, disminuyendo tensiones y rechazo de los alumnos, contribuyendo a crear ambientes favorables para que los alumnos rindan.
 1. Aprender a reconocer nuestras emociones y expresarlas.
 2. Anticipar posibles problemas antes de comenzar las clases, entrenamientos, partidos o reuniones.
 3. Evitar que las conductas agresivas, disruptivas se lleven al terreno personal y pensar que el entrenador o profesor más experimentado también sufre estas conductas. Esto te permite distanciarte de los problemas y aumentar la autoconfianza.
 4. Aprender técnicas para controlar nuestras emociones y afrontar los problemas con la activación adecuada.
- *El trato respetuoso* como el pedir las cosas por favor, con un tono de voz adecuado, el dar las gracias, el respetar los turnos de intervención, el evitar ridiculizarlos favorece la relación y la consideración del alumno hacia el entrenador/profesor.
- *Trato cercano.* Las investigaciones nos dicen que es algo que valoran mucho los alumnos/deportistas. Se trata de un concepto general en donde tienen cabida muchas actuaciones entre las que se citan las siguientes:
 1. Participando en las conversaciones informales que hacen en torno a sus temas (son situaciones en donde se puede aprovechar para aconsejar, se acepta mucho mejor que en el clima del aula).
 2. Mediante el uso de gestos/acciones tales como palmadas, guiños, cogerles del brazo, auparles, cogerles a costillas, abrazarles...
 3. Utilizando sus jergas.
 4. Haciendo referencia a sus programas de televisión o películas favoritos.
 5. Gastándoles bromas e incluso, siempre desde un consentimiento mutuo, el llamarles por su "mote" o ponerles uno cariñoso.
 6. El reconocimiento de nuestros errores y el pedir disculpas, si es el caso, ayuda a que la relación sea cercana.
 7. Transmitirles que aprendemos de ellos y pedirles que nos hagan favores. Darles a entender que les necesitamos, también ayuda.

8. En esta línea de que los alumnos te vean cercanos, está el contarles tus experiencias. En ellas tienen cabida tanto los éxitos como los fracasos.
 9. Aprovechando todas las ocasiones posibles para practicar con ellos. Además de dar ejemplo ven que estás dentro de la actividad participando en sus mismas condiciones. En nuestro ámbito son muchas las posibilidades que tenemos: hacer las tareas con ellos en las clases/entrenamientos, participar en las competiciones internas, participar de manera activa en las actividades que se organizan desde el centro o club.
- *Escucha activa.* También favorece la cercanía con el alumno/deportista. En este sentido es interesante tener en cuenta estas consideraciones:
 1. Cuando se habla con los alumnos/deportistas hay que dejarles que se expresen, evitar las interrupciones.
 2. Durante la conversación deben sentir que son escuchados de manera respetuosa. Mediante el uso de nuestros gestos y palabras hay que transmitir que nos interesa lo que dicen, evitando el fingir.
 3. En nuestro quehacer (educación física, iniciación deportiva) se dan muchas situaciones para conversar con nuestros alumnos/deportistas. Especialmente creo que los momentos fuera de las clases/entrenamientos (recreos, guardias, horas libres, viajes, comidas...) son idóneos para hablar con ellos, ganarnos su confianza y aprovechar para transmitirles valores.
 - *Compartir experiencias.* Es importante hablar con tus compañeros de asignatura y de centro o con los otros entrenadores de manera informal o conformando grupos de trabajo. Se trata de contrastar, de desahogarse en algunos casos, de aprender de tus compañeros, de establecer pautas de actuación comunes, etc.
 - *Paciencia.* Tenemos que ser conscientes que los deportistas tienen diferentes ritmos de aprendizaje y que éstos llevan su tiempo, especialmente cuando se busca la implicación de los alumnos/deportistas. Se debe transmitir esta idea para evitar dificultades en el aprendizaje producto de la premura y para generar confianza.
 - *Gratitud.* Cualquier momento es idóneo para expresar gratitud a los deportistas, padres, compañeros, directivos, árbitros...

Estrategias didácticas del entrenador/profesor que facilitan aprendizajes.

- *Utilización de metodologías de enseñanza participativas.* Si hay algo que destaca en las investigaciones que comparan diferentes tipos de metodologías es que las que implican activamente a los alumnos/deportistas divierten más y generan más compromiso deportivo.
- Para crear ambientes favorables también contribuye considerablemente el *establecimiento de normas y las consecuencias de su incumplimiento.* Deben ser consensuadas, pocas (5-7) y recordadas periódicamente.
- *Selección de tareas motivantes.* A la hora de diseñar las tareas se debería considerar:
 1. Que sean significativas y contextualizadas (las tareas tienen una estrecha conexión con el deporte que aprenden, les sirve para su desarrollo personal...),
 2. que les supongan retos,
 3. en donde se relacionen con sus compañeros (colaboración, colaboración-oposición),

4. que sean en progresión con la intención de conseguir éxito y mejoren su percepción de competencia,
 5. que se ofrezca cierto grado de autonomía en la realización de la tarea.
- *Generar un clima motivacional orientado hacia la tarea* (maestría). Los climas orientados a la maestría se asocian con un disfrute más elevado, los jóvenes tienen más probabilidades de desarrollar una motivación intrínseca. Para ello es de interés:
 1. Elogiar el esfuerzo que realizan para conseguir los aprendizajes, ya sea con palabras o acciones. Es importante no dar por sentado los esfuerzos de los alumnos/deportistas.
 2. Intentar que se concentren en su propio esfuerzo y en sus propios logros en lugar de compararse con los demás.
 3. Hacer divertida la práctica deportiva,
 4. Desdramatizar el cometer errores, es parte del aprendizaje.
 5. Dar valor al esfuerzo y en disfrutar con la práctica.
 - *Evaluación atendiendo a las mejoras, al progreso del alumno/deportista*. Esta estrategia para evaluar está en la línea de la anterior para orientar la enseñanza hacia la tarea. Se trata de hacer valoraciones iniciales y en función de ellas ver la progresión del deportista y/o grupo.
 - *Tener expectativas altas* sobre lo que pueden conseguir y crear en los alumnos esas expectativas a partir de sus realidades.
 - Dar posibilidad a que *elijan las actividades, los contenidos, a que ellos se dirijan*. Hay determinados contenidos o partes de la sesión que permiten que los alumnos/deportistas seleccionen los juegos, tareas y a que se organicen por su cuenta.
 - Es aconsejable plantearles situaciones en donde se les *transmita que se confía en ellos*, como por ejemplo dándoles responsabilidades en las clases/entrenamientos o en actividades complementarias.
 - El *animar durante la práctica*, así como valorar lo que hacen bien o sus virtudes (compañerismo, constancia...) son aspectos que hay que cuidar dentro y fuera de las clases/entrenamientos. Para ello puede ayudar:
 1. Ser generoso con el refuerzo, elogiar las pequeñas cosas que se consiguen. Al finalizar la sesión de clase o entrenamiento procurar que todos hayan tenido al menos un refuerzo positivo.
 2. Reforzar justo en el momento en que se produzcan las acciones positivas.
 3. Reforzar a aquel deportista que ha puesto todo su empeño en conseguir algo, aunque al final no lo haya logrado.
 - *Frente a los errores*.
 1. Uso escaso del castigo. Ante las conductas disruptivas intentar preguntar, escuchar a los implicados y a partir de ahí tomar decisiones alejadas del castigo.
 2. No generalizar, individualizar y valorar si la corrección debe hacerse en privado o públicamente.
 3. Indicar nuestro desacuerdo ante la falta de esfuerzo, se critica la falta de esfuerzo y nunca criticar a la persona.
 4. Evitar correcciones hechas de manera hostil o degradante.
 5. Un principio general es que si el deportista pone de manifiesto que lo ha hecho mal y que sabe cómo corregir el error, es suficiente con darle ánimos para que lo intente de nuevo.

6. Elegir cuando corregir en función del deportista, la idea es al instante, pero hay algunos que lo asimilan mejor un poco más tarde.
- *Utilización de las TIC.* Esta es una estrategia muy interesante por los siguientes motivos:
 1. Les permite verse para corregirse,
 2. pueden compararse consigo mismo y darse cuenta de lo que han conseguido,
 3. pueden planificar, diseñar actividades o propuestas y enriquecerse de las aportaciones de los demás,
 4. además, más allá de lo anterior, también les divierte verse en tareas donde participa todo el colectivo.
 - A la hora de dar instrucciones, es importante *hablar con claridad y dar pocas indicaciones*, asegurándose de que lo hayan entendido bien.

El autocontrol emocional como principal contenido en los programas de educación

Del mismo modo que la neurociencia nos está diciendo que los climas de aprendizaje positivos facilitan los aprendizajes, también en lo que al estudio de emociones se refiere, hay evidencias que indican que el control emocional y la tolerancia a la frustración se muestran como variables decisivas en el desarrollo de los individuos. Estudios longitudinales como el vinculado al conocido “Test de las Golosinas” de Mischel (2015) y el de Moffitt et al. (2011) con una muestra de 1000 niños seguidos durante 32 años, ponen de manifiesto que estas variables eran predictoras del éxito de las personas en el ámbito formativo, laboral, personal y social. Baumeister y Vohs (2004, citado en Marina y Pellicer, 2015), consideran que los problemas de autocontrol son la causa de casi todos los problemas sociales y personales que amenazan al mundo desarrollado. En lo que a educación se refiere, los expertos están sugiriendo que la autorregulación debería ser considerada como el indicador más importante de los desempeños educativos (Marina y Pellicer, 2015).

Desde un punto de visto práctico, son muchas las estrategias que se pueden utilizar para ayudar a nuestros deportistas/alumnos a gestionar sus emociones (Buceta, 2004; Davis, McKay y Eshelman, 2006; Marina y Pellicer, 2015; Mischel, 2015; Vaello, 2011), si bien, las investigaciones reflejan la importancia de que exista una meta que oriente el desafío y ayude a la persona a conocer lo que debe inhibir para conseguir su objetivo (Diamond, 2013). Por este motivo, el establecimiento de objetivos se muestra también como un elemento decisivo en el proceso de aprendizaje, como elemento motivador (desafiante) y como elemento que ayuda a evitar las acciones y pensamientos que te alejen del objetivo (concentración), lo que redundaría en la perseverancia.

Como consecuencia de lo expuesto, no es de extrañar que el Departamento de Educación de Estados Unidos haya publicado un informe titulado “Promoting Grit, Tenacity and Perseverance: Critical factors for Success in the 21st Century” en donde resalta la importancia de estas habilidades y analiza los programas existentes para desarrollarlas (Marina y Pellicer, 2015). Son tales las evidencias que está encontrando la ciencia que ya se está planteando que la gestión de las emociones básicas y universales precedan a la enseñanza de valores y, por supuesto, de contenidos académicos (Punset, 2010, 2011).

Estos hallazgos justifican los planteamientos de la enseñanza desde la perspectiva emocional, para los expertos debería ser lo que guiara el proceso. No obstante, en la actualidad todavía existen muchos obstáculos para el cambio de enfoque en la enseñanza (Coackley, 2015), por lo que se plantea un reto a nuestra sociedad y del que esperemos salgamos triunfantes por los beneficios que puede acarrear. Probablemente, a la hora de implementar este cambio de enfoque la idea sería, no tanto el crear una asignatura de educación socioemocional, sino el trabajar en cada asignatura con una metodología que permitiera desarrollar la educación emocional a través de los contenidos académicos (Marina y Pellicer, 2015; Meltzer, 2010; Pellicer, 2011). Sería un claro ejemplo de lo que es educación integral, en donde a los contenidos de las asignaturas se les une una serie de variables de carácter psicológico, ético y social. Pero esto no se debería quedar en lo que es la educación formal, estos enfoques se tendrían que aplicar en todas las actividades de formación a las que se enfrenta el niño y adolescente, como por ejemplo las relacionadas con el aprendizaje de los deportes. En el siguiente apartado se aportan algunas ideas que pueden ayudar a los entrenadores/profesores a poner en marcha programas de educación integral a través del deporte.

Consideraciones sobre los programas de educación integral a través del deporte

Llegados a este punto y por lo trascendental que son las emociones en nuestras vidas, como profesores, entrenadores, educadores, tenemos la responsabilidad de conocer aquello que emociona y generar contextos emocionales óptimos para el aprendizaje, del mismo modo también debemos responsabilizarnos para ayudar a nuestros chicos/as a regular sus emociones y a superar las frustraciones que surgen en la práctica cotidiana del deporte. Este planteamiento no se puede dejar al azar, todo debe estar integrado dentro de un programa en donde se busque de manera deliberada los objetivos mencionados junto con los deportivos. Solo así se pondrán obtener resultados consistentes, cuando exista un procedimiento deliberado y sistematizado (Camiré, Forneris, Trudel y Bernard, 2011; Côté, Strachan y Fraser-Thomas, 2008; Diamond, 2012; Fraser-Thomas, Côté y Deakin, 2005; Holt y Neely, 2011; Lakes y Hoyt, 2004; Papacharisis, Goudas, Danish, y Theodorakis, 2005; Ortega, 2012; Petitpas, Cornelius y Van Raalte, 2008; Strachan, MacDonald y Côté, 2016; Theokas, Danish, Hodge, Heke y Forneris, 2008).

Los estudios que han analizado la eficacia de los programas de desarrollo integral a través del deporte señalan que la figura más importante es la del entrenador (Conde, Almagro, Sáenz-López, Domínguez y Moreno-Murcia, 2010; Camiré, Forneris, Trudel y Bernard, 2011; Falcao, Bloom y Gilbert, 2012; Holt y Neely, 2011; Holt y Sehn, 2008; Lakes y Hoyt, 2004; MacDonald, Côté y Deakin, 2010; Strachan, Côté y Deakin, 2011; Vella, Oades y Grove, 2011). Un entrenador con actitudes como las que se han mencionado con anterioridad, que da ejemplo.

Siendo el entrenador un factor clave, las investigaciones indican que la formación que se recibe en los cursos para conseguir las titulaciones deportivas no parecen que capaciten para conseguir el desarrollo integral de los jóvenes deportistas (Camiré, Forneris, Trudel y Bernard, 2011; Falcao, Bloom y Gilbert, 2012; MacDonald, Côté y Deakin, 2010). A partir de esta evidencia, se han realizado estudios para ver

cuáles son las condiciones que facilitan el objetivo de desarrollo integral. A continuación se aportan algunas claves al respecto.

Los programas que se muestran más eficaces parten de una formación previa del profesor/entrenador (Conde, Almagro, Sáenz-López, Domínguez y Moreno-Murcia, 2010; Fraser-Thomas, Côté y Deakin, 2005; Petitpas, Cornelius y Van Raalte, 2008; Seligman, 2011; Strachan, MacDonald y Côté, 2016; Vella, Oades y Grove, 2010, 2011). En este sentido sí que parece que lo más eficiente es una formación corta, práctica y focalizada (Falcao, Bloom y Gilbert, 2012; MacDonald, Côté y Deakin, 2010; Petitpas, Cornelius y Van Raalte, 2008). Por ejemplo, centrando el programa de formación en el desarrollo de las competencias intra e interpersonales del entrenador/profesor o en el establecimiento de objetivos, la regulación emocional o en cómo programar para desarrollar las habilidades deportivas junto con las habilidades psicológicas mencionadas. En lo que a la preparación del entrenador se refiere, los estudios parecen concluyentes en los beneficios de los deportistas cuando los entrenadores reciben formación específica. Sin embargo, la mayoría de las investigaciones se han realizado en contextos de proyectos de investigación con más que suficientes recursos económicos, materiales y humanos. Condiciones que, a efectos prácticos de llevarse a cabo en la mayoría de los clubes, se muestran de difícil aplicación por no decir imposible. Por lo tanto, el desafío es investigar si es posible conseguir una formación del entrenador, que le capacite para que pueda hacer una educación integral a través del deporte a partir de la realidad de los clubes deportivos, en general con escasos recursos (MacDonald, Côté y Deakin, 2010). Otra característica de los programas es que deben tener en cuenta a los padres, e incluso a los iguales (amigos) (Buceta, 2015; Côté y Fraser-Thomas, 2007; Côté, Strachan y Fraser-Thomas, 2008; Diamond, 2012; Fraser-Thomas, Côté y Deakin, 2005; Holt y Neely, 2011; Theokas, Danish, Hodge, Heke y Forneris, 2008). Finalmente, y estrechamente relacionado con el desarrollo de la programación, el programa debe tener el objetivo de desarrollo integral, detallar las actividades y la secuencia para desarrollarlo (Falcao, Bloom y Gilbert, 2012; Lakes y Hoyt, 2004; Ortega, 2012; Papacharisis, Goudas, Danish, y Theodorakis, 2005; Petitpas, Cornelius y Van Raalte, 2008; Strachan, MacDonald y Côté, 2016; Theokas, Danish, Hodge, Heke y Forneris, 2008).

Conclusión

En síntesis, se considera necesario hacer un enfoque deliberado y sistemático de la enseñanza deportiva desde una perspectiva emocional, en donde a la hora de enseñar las habilidades del deporte en cuestión, el entrenador una el establecimiento de objetivos, los climas de aprendizaje positivos y la regulación emocional. Este contexto apoyado por el entorno familiar y club deportivo aumenta las posibilidades de que se persista en la tarea, que haya continuidad (Conde, Almagro, Sáenz-López, Domínguez y Moreno-Murcia, 2010; Diamond, 2012; Holt, 2008; Marina y Pellicer, 2015). Con ello se abre el camino hacia el desarrollo integral de las personas mediante la práctica del deporte (lo que todos deseamos pero que nos cuesta hacerlo efectivo). Esto no es algo baladí, tal y como la ciencia está demostrando son numerosos los beneficios que se obtienen, de ahí que sea una responsabilidad el hacer deliberadamente este tipo de planteamientos.

Referencias

- Buceta, J. M. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.
- Buceta, J. M. (2015). *Mi hijo es el mejor, y además es mi hijo*. Madrid: Dykinson.
- Camiré, M., Forneris, T., Trudel, P. y Bernard, D. (2011). Strategies for Helping Coaches Facilitate Positive Youth Development Through Sport. *Journal of Sport Psychology in Action*, 2:92–99.
- Coackley, J. (2016). Positive youth development through sport: myths, beliefs and realities. In N. L Holt (Ed.), *Positive youth development through sport: second edition* (pp. 21-33). London: Routledge.
- Conde, C., Almagro, B. J., Sáenz-López, P., Domínguez, A. y Moreno-Murcia, J. A. (2010). Evaluación e influencia de un programa de formación orientado a la mejora del clima motivacional transmitido por entrenadores de baloncesto. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 25, 165-182.
- Côté, J. y Fraser-Thomas, J. (2007). Youth involvement in sport. En P. Crocker (ed.). *Sport Psychology: A Canadian Perspective*, pp. 270–98. Toronto, ON: Pearson.
- Côté, J., Strachan, L., y Fraser-Thomas, J. (2008). Participation, personal development and performance through sport. In N. L Holt (Ed.), *Positive youth development through sport* (pp. 34-45). London: Routledge.
- Coyle, D. (2009). *Las claves del talento*. Barcelona: Planeta.
- Damasio, A. (2011). *El error de Descartes*. Barcelona: Destino.
- Davidson, R. J. y Begley, S. (2012). *El perfil emocional de tu cerebro*. Barcelona: Planeta Destino.
- Davis, M., McKay, M. y Eshelman, E. R. (2006). *Técnicas de autocontrol emocional*. Madrid: Martínez Roca.
- Diamond, A. (2012). Activities and Programs That Improve Children's Executive Functions. *Psychological Science*, 21(5) 335–341.
- Diamond, A. (2013). Executive Functions. *Annual Review of Psychology*, 64, 135-168.
- Falcao, R. W., Bloom, G. A. y Gilbert, W. D. (2012). Coaches' Perceptions of a Coach Training Program Designed to Promote Youth Developmental Outcomes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24: 429–444.
- Forés, A., Gamo, J. R., Guillén, J. C., Hernández, T. Ligoiz, M., Pardo, F. y Trinidad C. (2015). *Neuromitos en la educación. El aprendizaje desde la neurociencia*. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Fraser-Thomas, J., Cote, J., and Deakin, J. (2005). Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40.
- García, B. (Coord.) (2010). *Claves para aprender en un ambiente positivo y divertido*. Madrid: Pirámide.
- Holt, N. H. (Ed.) (2008). *Positive youth development through sport*. London: Routledge.
- Holt, N. H. y Neely, K. C. (2011). Positive youth development through sport: A review. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2, Vol. 6, 299-316.
- Holt, N. L., & Sehn, Z. L. (2008). Processes associated with positive youth development and participation in competitive youth sport. In N. L. Holt (Ed.), *Positive youth development through sport* (pp. 24-33). London: Routledge.
- Iacoboni, M. (2009). *Las neuronas espejo: empatía, neuropolítica, autismo, imitación o de cómo entendemos a los otros*. Madrid: Katz.
- Jackson, P. y Delehanty, H. (2014). *Once anillos*. Barcelona: Roca Editorial.
- Kahneman, D. (2015). *Pensar rápido, pensar despacio*. Madrid: Debate.
- Lakes, K. D. y Hoyt, W. T. (2004). Promoting self-regulation through school-based martial arts training. *Applied Developmental Psychology*, 25, 283–302.
- MacDonald, D. J., Côté, J. y Deakin, J. (2010). The Impact of Informal Coach Training on the Personal Development of Youth Sport Athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 5 (3), 363-372.
- Marchesi, A. (2007). *Sobre el bienestar de los docentes. Competencias, emociones y valores*. Madrid: Alianza.
- Marina, J. A. y Pellicer, C. (2015). *La inteligencia que aprende*. Madrid: Santillana.
- Meltzer, L. (2010). *Promoting executive function in the classroom*. New York: The Guilford Press.
- Mischel, W. (2015). *El test de la golosina*. Madrid: Debate.
- Moffitt, T.E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., et al. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proc. Natl. Acad. Sci. USA* 108:2693–98

- Mora, F. (2013). *Neuroeducación*. Madrid: Alianza Editorial.
- Moreno-Murcia, J. A., Cervelló, E., González-Cutre, D., Julián, J. A. y del Villar, F. (2011). *Motivación en el deporte. Claves para éxito*. Barcelona: Inde.
- Moreno-Murcia, J. A., Conde, C. y Sáenz-López, P. (2012). Importancia del apoyo de autonomía en la figura del docente de Educación Física. *Tandem: Didáctica de la EF*, 40, 18-27.
- Morgado, I. (2014). *Aprender, recordar y olvidar. Claves cerebrales de la memoria y educación*. Madrid: Ariel.
- Ortega, G. (Coord.) (2012). *Iniciación al valorcesto*. Madrid: Ediciones Gráficas Fundación Real Madrid.
- Papacharisis, V., Goudas, M., Danish, S. J., & Theodorakis, Y. (2005). The effectiveness of teaching a life skills program in a sport context. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 247-254.
- Pellicer, I. (2011). *Educación Física emocional*. Barcelona: INDE.
- Petitpas, A. J., Cornelius, A. and Van Raalte, J. (2008). Youth development through sport: it's all about relationships. En N. L. Holt (Ed.), *Positive youth development through sport* (pp. 61-70). London: Routledge.
- Punset, E. (2010). *Viaje al poder de la mente*. Barcelona: Destino.
- Punset, E. (2011). *Excusas para no pensar*. Barcelona: Destino.
- Seligman, M. (2011). *La vida que florece*. Barcelona: Ediciones B.
- Smoll, F. L. y Smith, R. E. (2009). *Claves para ser un entrenador excelente*. Barcelona: INDE.
- Soldevilla, A., Filella, G., Ribes, R. y Agulló, M. J. (2007). Una propuesta de contenidos para desarrollar la conciencia y la regulación emocional en la Educación Primaria. *Cultura y Educación*, 19 (1), 467-59.
- Sousa, D. A. (2014). *Neurociencia educativa*. Madrid: Narcea.
- Strachan, L., Côté, J., & Deakin, J. (2011). A new view: Exploring positive youth development in elite sport contexts. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 3, 9-32.
- Strachan, L., MacDonald, D. J. and Côté, J. (2016). Project SCORE! Coaches' perceptions of an online tool to promote positive youth development in sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, Vol. 11(1) 108–115.
- Theokas, C., Danish, S., Hodge, K., Heke, I. y Forneris, T. (2008). Enhancing life skills through sport for children and youth. En N. L. Holt (Ed.), *Positive youth development through sport* (pp. 71-81). London: Routledge.
- Vaello, J. (2009). *El profesor emocionalmente competente*. Barcelona: Graó.
- Vaello, J. (2011). *Cómo dar clases a los que no quieren*. Barcelona: Graó.
- Vázquez, C. y Hervás, G. (Coords.) (2009). *La ciencia del bienestar. Fundamentos de una psicología positiva*. Madrid: Alianza.
- Vella, S. A., Oades, L. G. y Grove, T. P. (2010). The application of coach leadership models to coaching practice: current state and future directions. *International Journal of Sport Science and Coaching*, 5 (3), 425-343.
- Vella, S. A., Oades, L. G. y Grove, T. P. (2011). The role of the coach in facilitating positive youth development through sport: Moving from theory to practice. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23 (1), 33-48.

Referencia del artículo:



Sánchez, M.; Collado, J.A. (2016). Factores determinantes en la enseñanza-aprendizaje del deporte desde la perspectiva emocional. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte* 12(2), 119-128. <http://www.e-balonmano.com/ojs/index.php/revista/index>