

Sentir, decidir y relacionarse. La emoción, pieza clave en la arquitectura multidimensional de la conducta motriz

Feeling, Deciding, and Relating: Emotion as a Key Component in the Multidimensional Architecture of Motor Behavior

Pere Lavega-Burgués

Profesor catedrático INEFC, Campus de la Universidad de Lleida
Coordinador Grupo de Investigación en Acción Motriz (GIAM)

e-MOTION

**Revista de Educación,
Motricidad e Investigación**

NÚM. 25

ISSN 2341-1473

<https://doi.org/10.33776/EUHU/remo.vi25.9358>

Editorial
Universidad
de Huelva

EUHU

Resumen:

Este trabajo, inscrito en los fundamentos epistemológicos de la praxiología motriz, indaga en el papel de las emociones como clave para desentrañar el “código secreto” de la conducta motriz en situaciones lúdicas, con especial atención a los juegos deportivos tradicionales (JDT). Desde 2007, el Grupo de Investigación en Acción Motriz (GIAM) ha evidenciado que la lógica interna de cada JDT –a través del tipo de interacción motriz, roles o presencia de competición– genera experiencias emocionales singulares, íntimamente ligadas a procesos cognitivos, relacionales y orgánicos. Comprender estos estados emocionales se revela esencial para transformar conflictos motores, favorecer el bienestar relacional y emocional desde una perspectiva integral y equitativa. El principal reto metodológico consiste en captar la complejidad vivencial de estas emociones. Por ello, el GIAM ha diseñado investigaciones usando métodos mixtos, enfoques transdisciplinarios y herramientas sensibles al contexto lúdico. Esta mirada multidimensional permite interpretar el significado emocional en función de las relaciones, decisiones y esfuerzo físico que configuran cada vivencia motriz.

Palabras claves:

Praxiología motriz; métodos mixtos, transdisciplinariidad, bienestar relacional, bienestar emocional.

Abstract:

Grounded in the epistemological foundations of motor praxeology, this study explores the role of emotions as a key to unlocking the “secret code” of motor conduct in ludic situations, with a particular focus on traditional sporting games (TSG). Since 2007, the Motor Action Research Group (GIAM) has shown that the internal logic of each TSG—defined by its type of motor interaction, roles, or competitive elements—generates distinct emotional experiences, deeply connected to cognitive, relational, and organic processes. Understanding these emotional states proves essential for transforming motor conflicts and fostering both emotional and relational well-being from an integral and equitable perspective. The central methodological challenge lies in capturing the lived complexity of these emotional experiences. To address this, GIAM has developed research designs based on mixed methods, transdisciplinary approaches, and tools attuned to the ludic context. This multidimensional lens allows for an interpretation of emotional meaning in relation to the interactions, decisions, and physical effort shaping each motor experience.

Keywords:

Motor praxeology; mixed methods; transdisciplinarity; relational well-being; emotional well-being.

Fecha de recepción: 1 de noviembre de 2025

Fecha de aceptación: 2 de diciembre de 2025

Correspondencia: Pere Lavega-Burgués. E-mail: plavega@gencat.cat



1. Comprender las emociones en el contexto de las situaciones motrices, a la luz de la praxiología motriz

“El resultado inmediato de las emociones es un cambio temporal en el estado del propio cuerpo, y en el estado de las estructuras cerebrales que cartografián el cuerpo y sostienen el pensamiento” (Damasio, 2005, p. 56).

Hace más de cincuenta años Parlebas (1970) afirmaba que *la afectividad es la clave de las conductas motrices*. Su punto de partida tomaba en consideración las contribuciones de Piaget, aunque su mirada crítica le llevaba a proclamar que la emoción no es una experiencia paralela a la cognición, sino que se trata de dos aspectos indisociables que no pueden funcionar por separado.

La aventura científica de desvelar el fenómeno complejo de la vivencia emocional en el contexto de la vivencia motriz llevó al grupo de investigación en acción motriz (GIAM, del INEFC) a iniciar en el año 2007 una línea de investigación en torno a los estados emocionales en los juegos deportivos y en las situaciones motrices en general. Desde entonces, las evidencias científicas nos han permitido comprender que toda situación motriz posee una lógica interna (una carta de identidad o patrón de organización interno) que configura un tipo de relaciones internas que se traducen en conductas motrices cargadas de significados emocionales (Parlebas, 2001; Lagardera & Lavega, 2011). En este marco, la educación motriz, el deporte y los juegos y deportes tradicionales (JDT) dejan de ser simples escenarios de ejecución técnica para convertirse en laboratorios privilegiados de experiencias emocionales (Lavega-Burgués, March-Llanes & Moya-Higueras, 2018).

He aquí dos conceptos clave a emplear en los estudios desde la teoría de la acción motriz o praxiología motriz; la lógica interna y la conducta motriz:

- a) *la lógica interna* o carta de identidad de cualquier situación motriz que activa una experiencia motriz singular asociada a la manera de relacionarse con los demás, el espacio, el tiempo y el material (Parlebas, 2001). Dos juegos o deportes son desiguales si los problemas que activa la lógica interna sobre esas cuatro relaciones son diferentes.
- b) *la conducta motriz*, responde a “la organización significativa de las acciones y reacciones de una persona que actúa, la pertinencia de cuya expresión es de naturaleza motriz. Una conducta motriz sólo puede ser observada indirectamente; se manifiesta mediante un comportamiento motor cuyos datos observables están dotados de sentido, y que es vivido de forma consciente o inconsciente por la persona que actúa (...) el significado de la vivencia que tienen asociada directamente: intención, percepción, imagen mental, proyecto, motivación, deseo, frustración... De hecho, la conducta motriz no se puede reducir ni a una secuencia de manifestaciones observables, ni una pura conciencia desligada de la realidad. Responde a la totalidad de la persona que actúa, a la síntesis unitaria de la acción significativa o, si se prefiere, del significado actuado. Esta doble perspectiva que combina el punto de vista de la observación externa (el comportamiento observable) y el del significado interno (la vivencia corporal: percepción, imagen mental, anticipación, emoción...) permite al concepto de conducta motriz desempeñar un papel crucial en la educación física” (Parlebas, 2001, p.85)

La conducta motriz remite a la vivencia subjetiva que concede cada persona al dotar de significado a toda experiencia motriz, activando de manera unitaria e indivisible las dimensiones orgánica (esfuerzo físico, capacidades físicas), cognitiva (decisiones), relacional y emocional.

Pasar el balón a un compañero del equipo es al mismo tiempo una acción que requiere un compromiso energético y coordinativo (precisión, potencia...); una relación (pasar a Marta y no a Carlos); una decisión (pasar a una compañera, en lugar de lanzar a canasta); y una emoción (saltar de alegría al conseguir ese pase tan difícil) (Lagardera & Lavega, 2003; Alonso Roque et al., 2020).

Para avanzar en ese itinerario científico de los miembros del GIAM, se precisa incorporar en las investigaciones aplicadas sobre la afectividad un tercer concepto clave:

c) *los dominios de acción motriz*. Cada JDT o situación motriz corresponde a una clase de experiencia motriz. Parlebas (2003), propone una clasificación que responde a tres principios pedagógicos fundamentales, históricamente promovidos por las corrientes educativas: la necesidad de educar al alumnado en la relación consigo mismo, con los demás y con el medio físico. Parlebas distingue, en primer lugar, las situaciones psicomotrices (*relación con uno mismo*), en las que la persona actúa sin interacción motriz con otros –como ocurre en un salto de longitud o en un lanzamiento de bolos. En segundo lugar, identifica las situaciones sociomotrices (*relación con los demás*), donde la acción motriz está determinada por la cooperación, la oposición o una combinación de ambas. Además, estas situaciones (psicomotrices o sociomotrices) pueden desarrollarse en un *medio estable* (sin incertidumbre informacional) o en un *medio inestable* (con presencia de imprevistos y toma de decisiones). Esta doble dimensión da lugar a ocho clases de experiencias motrices, organizadas en lo que se conoce como dominios de acción motriz (DAM). Los DAM constituyen una unidad conceptual clave, tanto para el profesorado –al programar contenidos de educación motriz– como para la investigación científica orientada a comprender los efectos de estas situaciones sobre los estados emocionales de los participantes.

Desde esta perspectiva, los diseños de investigación activados por el grupo GIAM consideran como variables independientes al tipo de situación motriz (e.g. dominio de acción motriz; juegos con o sin competición; roles...) y como variable dependiente los efectos que suscitan sobre las distintas dimensiones activadas por la conducta motriz (e.g., estados emocionales, relaciones socioafectivas, conflictos motores; tipo de decisiones; esfuerzo físico...). En función del diseño de estudio, también se añaden otras variables independientes como el sexo, la edad, la procedencia cultural o las estrategias pedagógicas aplicadas por los educadores. Los estudios adoptan una amplia gama de enfoques metodológicos: desde diseños etnográficos, cuasiexperimentales y ensayos clínicos, hasta enfoques cualitativos, cuantitativos o métodos mixtos. En conjunto, se busca desvelar la complejidad del fenómeno emocional, profundizando en el significado subjetivo que las personas atribuyen a su participación en situaciones motrices o JDT.

La inspiración de los primeros trabajos del GIAM se encuentra en los modelos de educación emocional, desarrollados entre otros por Bisquerra y Lazarus, quienes subrayan la importancia de identificar, comprender y regular las emociones en contextos significativos. Los estudios en educación primaria, secundaria, bachillerato y universidad coinciden en que las situaciones motrices ofrecen un contexto idóneo para educar la conciencia emocional, la regulación de emociones negativas (e.g., para transformar conflictos motores) y potenciar competencias socioemocionales (Muñoz-Arroyave et al., 2021; Sáez de Ocáriz Granja 2011, 2013).

En este marco, la praxiología motriz aporta un sólido marco epistemológico para predecir y diseñar experiencias emocionales a partir de la lógica interna de los JDT y de los dominios de acción motriz. Esto posiciona a la educación motriz del siglo XXI en una posición estratégica,

alineada con los ODS, la educación para la convivencia y la igualdad de género, así como la salud y el bienestar emocional, mediante el uso intencionado de los juegos y deportes (especialmente tradicionales) como dispositivos de alfabetización emocional y relacional (Rillo-Albert et al., 2021; Muñoz-Arroyave et al., 2021).

2. Qué sabemos hasta ahora: síntesis de evidencias recientes

2.1. La lógica interna como arquitecta de los estados emocionales

Los estudios comparativos por dominios de acción motriz muestran, de forma consistente, que los *juegos sociomotores suscitan emociones más intensas que los psicomotores*. En particular, la *cooperación* se asocia mayoritariamente con estados emocionales positivos de alta intensidad, mientras que la *oposición y la cooperación-oposición* tienden a provocar vivencias más ambivalentes (como placer-tensión o deseo-miedo), con un mayor protagonismo de emociones negativas, que, sin embargo, pueden ser reguladas pedagógicamente (Niubó-Solé et al., 2022; Muñoz-Arroyave et al., 2021).

En contraste, los juegos psicomotores sin competición, configuran un *mapa emocional* diferente: el bienestar del alumnado se vincula al propio juego, a la ausencia de resultado final y al reto autoimpuesto. En este contexto, los participantes manifiestan estados de placer, satisfacción y calma cuando el desafío está bien ajustado y existe libertad de exploración; en cambio, experimentan malestar cuando se percibe monotonía, exceso de esfuerzo o fracaso reiterado (Lavega-Burgués et al., 2020).

2.2 Roles y juegos deportivos tradicionales como procedimiento de inducción emocional

"El fluir de nuestro emocionar guía nuestro actuar en las circunstancias cambiantes de nuestro vivir, de manera que todas nuestras acciones son acciones que pertenecen a esa cultura" (Maturana y Verden-Zöller, 2003, p. 26).

Otra línea de estudios ha centrado la atención en los denominados juegos paradójicos, aquellos en los que la lógica interna desencadena contradicciones relacionales: los jugadores pueden ser simultáneamente compañeros y adversarios, lo que da lugar a alianzas y traiciones durante la acción motriz (Parlebas, 2001). Los trabajos realizados con JDT paradójicos (como, la Pelota Sentada, las Cuatro Esquinas y los Cántaros) constatan que los *roles sociomotores* son unidades clave de análisis (Lavega-Burgués et al., 2018; Lavega-Burgués et al., 2024) para desvelar la trama emocional de sus protagonistas. El rol Vivo, que permite capturar o intervenir en el dinamismo del juego, evoca mayor presencia emociones positivas intensas y menor intensidad negativas; en cambio, este mismo rol expuesto al riesgo de ser capturados despierta mayor intensidad de emociones negativas (miedo, rabia, tristeza) y un nivel más bajo de emociones positivas (Moya-Higueras et al., 2023).

Los roles también tienen un papel central en otro grupo de JDT, como los duelos por equipos. Así el análisis praxiológico de los estados emocionales en el juego del Marro ha evidenciado que cada rol (Casa, Vivo, Prisionero) activa vivencias emocionales diferenciadas, moduladas por la lógica interna del juego. El rol de Casa suele generar bienestar vinculado a la seguridad, aunque también puede provocar malestar por la pasividad. El rol de Vivo es el que más favore-

ce la afectividad positiva (alegría, orgullo, conexión social), debido a su protagonismo estratégico, repleto de intercambios relationales. Por su parte, el rol de Prisionero concentra mayores niveles de malestar (frustración, tristeza, impotencia), especialmente cuando los participantes perciben comportamientos injustos o transgresión de las reglas. En conjunto, el estudio confirma que el bienestar emocional no depende exclusivamente del resultado, sino del sentido subjetivo atribuido a la experiencia vivida, lo que corrobora que la afectividad –como ya señaló Parlebas (1970)– modula la conducta motriz (Lavega-Burgués & Mallén-Lacambra, 2024).

En esta misma línea de investigación, también se ha analizado la experiencia emocional asociada a roles en juegos deportivos tradicionales (JDT) con estructuras de interacción motriz originales. Es el caso del juego del Oso, el Guardián y los Cazadores, en el que los jugadores transitan de forma circular y encadenada por los tres roles. El análisis del significado de la afectividad revela que cada rol activa unidades emocionales diferenciadas pero interdependientes. En particular, el rol del Oso concentra una forma de agresividad motriz regulada, que funciona como un auténtico *"imán afectivo"*, al convertirse en el centro de tensión emocional dentro de este laboratorio de relaciones interpersonales (Lavega-Burgués et al., 2023). Así, el juego permite visibilizar una *"afectividad invisible"*, que solo puede ser comprendida mediante métodos mixtos capaces de integrar la intensidad emocional vivida (datos cuantitativos) con los significados expresados subjetivamente por los propios participantes (datos cualitativos).

En conjunto, estos trabajos legitiman a los JDT como procedimientos educativos de inducción emocional que son, a la vez, ecológicos y controlables. Se trata de propuestas compatibles con los estándares de la psicología experimental, pero que respetan la especificidad de la acción motriz: donde el simbolismo y significado emocional está unido a las relaciones y a las decisiones de los roles. Al revelar cómo las emociones emergen del entramado entre roles, reglas, decisiones y vínculos, estas investigaciones consolidan el valor pedagógico y científico de los JDT como escenarios privilegiados para explorar y educar la afectividad desde las conductas motrices.

2.3. Emociones, conflictos y bienestar socioemocional

Otra de las líneas de investigación del GIAM aporta evidencias cuando se trata de transformar conflictos motores, asociados a la tensión existente en determinadas relaciones interpersonales, asociadas a una mala regulación de las emociones negativas. Inicialmente Sáez de Ocáriz (2011) caracteriza el concepto de conflicto motor, introduce la herramienta del índice de conflictividad y examina la relación de los conflictos motores con los distintos dominios de acción motriz. Posteriormente Rillo-Albert (2021) desarrolla el modelo GIAM mediante un programa de intervención basado en juegos de cooperación-oposición con competición. Los hallazgos empíricos muestran que este planteamiento pedagógico reduce significativamente los conflictos motores y la intensidad de las emociones negativas, al tiempo que favorece el bienestar relacional y emocional del alumnado (Rillo-Albert et al., 2021).

2.4. Género, huella deportiva y equidad emocional en los JDT

Las emociones que se viven durante los juegos deportivos tradicionales no son iguales para todos los participantes: dependen, en gran parte, del género y del historial de práctica física (la llamada *"huella deportiva"*). Las investigaciones muestran que, cuando las personas tienen una

trayectoria rica y diversa en prácticas ludomotrices, especialmente en situaciones motrices de cooperación, experimentan emociones positivas más intensidad (Alonso-Roque et al., 2020).

En adolescentes, se ha comprobado que estas emociones positivas intensas predominan tanto en chicos como en chicas, sin importar el tipo de dominio de acción motriz, lo que refuerza el valor del juego como herramienta coeducativa (Alonso-Roque et al., 2020). Sin embargo, ciertos estudios alertan sobre desequilibrios en la experiencia emocional. En juegos como los Cántaros, algunos roles otorgan más poder, visibilidad o liderazgo, y tienden a beneficiar más a los chicos en grupos mixtos. Esto puede generar desigualdad en la participación y en el acceso equitativo a experiencias emocionalmente positivas (Muñoz-Arroyave et al., 2021).

La buena noticia es que el diseño pedagógico del juego y la intervención del profesorado pueden marcar la diferencia. Si se actúa de forma crítica e intencionada, es posible redistribuir los "poderes del juego", cuestionar estereotipos de género y construir experiencias más equitativas para todo el alumnado (Mallén-Lacambra et al., 2024).

2.5. Visión 360°, Emociones, relaciones, decisiones y energía. Distintos planos de una misma realidad poliédrica: la conducta motriz

"Ya que la mente surge en un cerebro que es integral para el organismo, la mente es parte de este aparato bien entrelazado. En otras palabras, cuerpo, cerebro y mente son manifestaciones de un único organismo. Aunque podamos disecarlos bajo el microscopio, a efectos científicos son ciertamente inseparables en circunstancias normales de operación" (Damasio, 2005, p.186).

Inspirado por esta visión integral de Damasio, el grupo GIAM ha desarrollado una línea de investigación que concibe la conducta motriz como un fenómeno poliédrico, en el que convergen de forma inseparable las dimensiones emocional, decisional, relacional y orgánica. Este enfoque, denominado visión 360°, ha permitido demostrar que los JDT son contextos privilegiados para activar aprendizajes multimodales alineados con los objetivos de desarrollo sostenible (ODS) (Muñoz-Arroyave et al., 2021; Lavega-Burgués et al., 2020).

Estudios recientes han evidenciado que cada acción motriz en un JDT es el resultado de cadenas multidimensionales complejas que entrelazan esfuerzo físico, toma de decisiones, relaciones sociales y vivencias emocionales. Por ejemplo, en el juego del Marro, se ha demostrado cómo cada rol (Casa, Vivo, Prisionero) conlleva demandas físicas específicas, decisiones estratégicas temporales y emociones intensas y diferenciadas, todas detectadas a través de patrones secuenciales de acción (T-patterns) (Lavega-Burgués & Mallén-Lacambra, 2024).

Del mismo modo, investigaciones sobre el juego de los Cántaros han desvelado que su lógica interna genera una vivencia temporal cíclica subjetiva, distinta para cada rol, acompañada de cadenas relacionales, afectivas y energéticas interdependientes (Martin-Martínez et al., 2021). Estas experiencias muestran cómo los subroles otorgan poder, visibilidad o invisibilidad, y activan sentimientos de liderazgo, cooperación o exclusión, según el lugar ocupado en la red del juego.

La visión 360° también se ha enriquecido con análisis apoyados en la semiología unida a la motricidad (semioticidad, Parlebas, 2001): se ha demostrado que cada acción motriz actúa como signo, portador de significados relacionales y afectivos, y que los juegos sociomotores

configuran códigos simbólicos de convivencia (Lavega-Burgués, Rillo-Albert & Sáez de Ocáriz, 2022). Así, se consolidan las “cadenas multidimensionales” que hacen visible la complejidad de la conducta motriz y permiten superar visiones reduccionistas centradas solo en el rendimiento físico o técnico.

En conjunto, este enfoque refrenda el valor pedagógico de los JDT como dispositivos de educación integral: permiten al alumnado pensar, sentir, decidir y actuar en simultáneo, integrando cuerpo, emoción y pensamiento en contextos reales y significativos, con potencial para contribuir al bienestar, la convivencia y la sostenibilidad.

3. Retos y perspectivas de futuro

El estudio de la emoción en el contexto de las situaciones motrices –y, de manera particular, en los juegos y deportes tradicionales– sigue siendo un campo tan fértil como complejo, que exige mantener una actitud prudente sin renunciar al rigor científico. A pesar de los avances conseguidos en las últimas décadas, aún estamos lejos de desvelar por completo el “código secreto” que articula la conducta motriz y que convierte a cada juego en un laboratorio singular de significados.

Las conductas motrices remiten a un entramado multidimensional difícil de aprehender: esas significaciones, en gran medida invisibles, pertenecen a la percepción que cada persona tiene de sí misma, de los demás y del mundo que la rodea. Por ello, es imprescindible seguir desarrollando estudios capaces de comprender el sentido emocional que emerge en el seno de cada situación motriz. La inmediatez de las acciones motrices en juego convierte cada conducta motriz en un instante cargado de intercambios simbólicos, en una corriente continua de relaciones, decisiones y energía invertida que no siempre es fácil capturar.

Aunque resulte tentador imaginar un “pulsómetro emocional” o un “GPS afectivo” capaz de registrar, en tiempo real, el significado que acompaña cada decisión, relación o esfuerzo físico, esta aspiración sigue hoy fuera de nuestro alcance. Sin embargo, esa imposibilidad técnica no debe desalentarnos: al contrario, invita a combinar prudencia con audacia y a diseñar estrategias alternativas que permitan hacer visible lo que permanece implícito. En este sentido, las declaraciones del alumnado, los autoinformes, las entrevistas individuales o grupales y los cuestionarios continúan siendo herramientas indispensables. No obstante, su aplicación debe armonizarse con la exigencia de mantener el compromiso motor propio de las clases de educación física o de los entrenamientos deportivos.

De ahí el interés por propuestas más adaptadas a la dinámica de la acción motriz, como los “cuestionarios motores”: levantar un brazo para indicar mayor o menor intensidad emocional; desplazarse hacia una de las cuatro esquinas de la sala para representar un estado afectivo concreto, o emplear invitar al alumnado a expresar algún comentario momentáneo al entrar en la zona de prisioneros, con el fin de cartografiar vivencias emocionales en tiempo real. Estas estrategias no sustituyen a los instrumentos tradicionales, pero los complementan y ayudan a captar la inmediatez semántica del juego.

En el ámbito estrictamente de la investigación, se hace necesario profundizar en diseños de métodos mixtos que integren datos cuantitativos y cualitativos, procedentes de fuentes heterogéneas. Solo así se logrará captar la riqueza fenomenológica de la experiencia motriz. Este reto requiere fomentar investigaciones transdisciplinares que convoquen a especialistas

de campos como la fisiología, la neurociencia, la psicología, la sociología, la pedagogía, la semiología... y también la praxiología motriz. La convergencia de estas miradas ayudará a aproximarse, paso a paso, a esa lógica profunda que constituye el ADN del juego y el ADN de la persona que juega.

4. Conclusiones

El conjunto de estudios revisados confirma que la praxiología motriz ofrece un marco epistemológico sólido para comprender las emociones en contextos de acción motriz. La noción de lógica interna, la definición de conducta motriz y la clasificación en dominios de acción motriz permiten pasar de una mirada fragmentada (técnica, física o exclusivamente psicológica) a una comprensión unitaria de la vivencia motriz, en la que las dimensiones orgánica, cognitiva, relacional y emocional se activan de forma inseparable en cada situación de juego. Desde esta perspectiva, los juegos y deportes tradicionales dejan de ser simples prácticas recreativas o pueriles para convertirse en auténticos laboratorios de significados.

Las evidencias empíricas muestran, de manera consistente, que la arquitectura relacional de los JDT (cooperación, oposición, cooperación-oposición, paradoja de roles, presencia o ausencia de resultado final) modula con precisión los estados emocionales de quienes participan. Los resultados comparativos entre dominios de acción motriz, el análisis de roles (paradójicos, encadenados o en duelos por equipos), así como los estudios sobre conflictos motores, bienestar socioemocional, huella deportiva y género, refuerzan la idea de que la afectividad no es un "añadido" a la conducta motriz, sino su trama profunda. La emoción emerge como indicador privilegiado del sentido subjetivo que el alumnado atribuye a lo que vive en el juego.

En el plano metodológico, la investigación sobre emociones y conductas motrices ha avanzado claramente hacia diseños más sólidos y ajustados a la complejidad del objeto de estudio. El uso de métodos mixtos, la combinación de datos cuantitativos y cualitativos, la incorporación de herramientas específicas (índice de conflictividad, análisis secuencial de T-patterns, cuestionarios de emociones, dispositivos de registro en tiempo real) y la apertura a enfoques transdisciplinarios (fisiología, neurociencia, psicología, sociología, pedagogía, semiología, praxiología) permiten aproximarse de forma más fina a ese "código secreto" que articula el juego y la vivencia emocional. Sin embargo, persiste el reto de conciliar el uso de instrumentos de medida con el mantenimiento del compromiso motor genuino en las sesiones de educación física y en la práctica deportiva.

Desde el punto de vista pedagógico, las conclusiones son nítidas: los JDT, seleccionados y conducidos con intencionalidad, constituyen poderosos dispositivos de alfabetización emocional y relacional. Permiten transformar conflictos motores en oportunidades educativas, promover el bienestar socioemocional, cuestionar estereotipos de género, redistribuir los "poderes del juego" y favorecer experiencias de participación más equitativas e inclusivas. En coherencia con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, esta línea de trabajo sitúa a la educación motriz en un lugar estratégico para contribuir a la convivencia, la igualdad y la salud emocional del alumnado (Sáenz-López, 2020).

Como síntesis final, puede afirmarse que la articulación entre praxiología motriz, emociones y metodología de investigación abre un horizonte prometedor tanto para la ciencia como para la práctica educativa y deportiva. Comprender cómo la lógica interna configura la vivencia

afectiva, cómo los roles y dominios de acción motriz modelan el bienestar o el malestar emocional, y cómo el diseño pedagógico puede reorientar esos procesos, permite pensar la educación motriz del siglo XXI como un escenario privilegiado para aprender a sentir, pensar, decidir y convivir a través de las conductas motrices. El reto inmediato consiste en seguir afinando las herramientas conceptuales y metodológicas sin perder de vista aquello que da sentido último a este campo de estudio: la experiencia emocional viva de las personas que juegan.

5. Referencias

- Alonso-Roque, J. I., Lavega-Burgués, P., Etxebeste-Otegui, J., & Lagardera-Otero, F. (2020). *La huella deportiva como factor emocional para la formación docente universitaria en educación física*. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 23(3), 169-186. <https://doi.org/10.6018/reifop.366371>
- Damasio, A. R. (2005). *En busca de Spinoza: Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Crítica.
- Lagardera Otero, F., & Lavega Burgués, P. (2011). *Educación física, conductas motrices y emociones. Ethologie & Praxéologie*, 16, 23-43.
- Lavega, P., Prat, Q., Sáez de Ocáriz, U., Serna, J., & Muñoz-Arroyave, V. (2018). Reflection-on-action learning through traditional games: The case of *La Pelota Sentada* (Sitting Ball). *Cultura y Educación*, 30, 142-176. <https://doi.org/10.1080/11356405.2017.1421302>
- Lavega-Burgués, P., March-Llanes, J., & Moya-Higueras, J. (2018). Validation of Games and Emotions Scale (GES-II) to study emotional motor experiences. *Revista de Psicología del Deporte*, 27, 117-124.
- Lavega-Burgués, P., Luchoro-Parrilla, R. A., Serna, J., Salas-Santandreu, C., Aires-Araujo, P., Rodríguez-Aregi, R., Muñoz-Arroyave, V., Ensenyat, A., Damián-Silva, S., Machado, L., Prat, Q., Sáez de Ocariz, U., Rillo-Albert, A., Martín-Martínez, D., & Pic, M. (2020). Enhancing multimodal learning through traditional sporting games: Marro 360°. *Frontiers in Psychology*, 11, 1384. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01384>
- Lavega-Burgués, P., Rillo-Albert, A., & Sáez de Ocáriz, U. (2022). Conflictos y semiología en los juegos tradicionales. *Semiotica*, 248, 53-78.
- Lavega-Burgués, P., & Mallén-Lacambra, C. (2024). Le bien-être socio-émotionnel dans le jeu des barres: Vision multidimensionnelle. En A. Torki & I. Nefil (Eds.), *Jeux sportifs et corps enculturés. Pour une perspective ethnomotrice* (pp. 289-314). L'Harmattan.
- Mallén-Lacambra, C., Pic, M., Lavega-Burgués, P., & Ben-Chaabâne, Z. (2024). Educating gender equity through non-competitive cooperative motor games: Transforming stereotypes and socio-affective dynamics. *Retos*, 60, 498-508.
- Martin-Martínez, J., Pic, M., & Lavega-Burgués, P. (2021). Relations, decisions, and physical effort in a traditional sporting game: A mixed-methods approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(20), 10627. <https://doi.org/10.3390/ijerph182010627>
- Moya-Higueras, J., March-Llanes, J., Prat, Q., Muñoz-Arroyave, V., & Lavega-Burgués, P. (2023). Traditional sporting games as an emotional induction procedure. *Frontiers in Psychology*, 13, 1082646. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1082646>
- Maturana, H. y Verden-zöller, G. (2003). *Amor y juego. Fundamentos olvidados de lo humano. Desde el Patriarcado a la Democracia*. Santiago, Comunicaciones Noreste

- Muñoz-Arroyave, V., Rillo-Albert, A., Lavega-Burgués, P., & Pic, M. (2021). The 360° analysis of Elbow Tag: A traditional game to educate interpersonal relationships. *Sustainability*, 13(14), 7842. <https://doi.org/10.3390/su13147842>
- Niubó-Solé, J., Lavega-Burgués, P., & Sáenz-López, P. (2022). Emotions according to type of motor task, sports and gender experience. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 148, 26-33. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2022/2\).148.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2022/2).148.04)
- Parlebas, P. (1970). L'affectivité, clef des conduites motrices. *Éducation Physique et Sport*, 102, 21-26.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Paidotribo.
- Parlebas, P. (2002). *Elementos de sociología del deporte*. Instituto Andaluz del Deporte.
- Parlebas, P. (2003). Un nuevo paradigma en educación física: Los dominios de acción motriz. En Congreso FIEP. *La Educación Física en Europa y la calidad didáctica en las actividades físico-recreativas*. Universidad de Extremadura.
- Rillo-Albert, A., Sáez de Ocáriz, U., Costes, A., & Lavega-Burgués, P. (2021). From conflict to socio-emotional well-being: Application of the GIAM model through traditional sporting games. *Sustainability*, 13, 7263. <https://doi.org/10.3390/su13137263>
- Rillo-Albert, A., Lavega-Burgués, P., Prat, Q., Costes, A., Muñoz-Arroyave, V., & Sáez de Ocáriz, U. (2021). The transformation of conflicts into relational well-being in physical education: GIAM model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 1071. <https://doi.org/10.3390/ijerph18031071>
- Sáenz-López Buñuel, P. (2020). *Educar emocionando: Propuesta para la (r)evolución en las aulas del siglo XXI*. Editorial de la Universidad de Huelva.
- Sáez de Ocáriz, U. (2011). *Conflictos y educación física a la luz de la praxiología motriz: Estudio de caso de un centro educativo de primaria* (Tesis doctoral). Universitat de Lleida & INEFC Lleida.
- Sáez de Ocáriz, U., & Lavega, P. (2013). Transformar conflictos en educación física en primaria a través del juego: Aplicación del índice de conflictividad. *Cultura y Educación*, 25, 549-560.