



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Trabajo Fin de Grado

Unidad didáctica para la prevención del *bullying* a través de la Educación Física

Alumno/a: Pedro Cárdenas González

Tutor/a: Daniel Mayorga Vega

Dpto.: Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y
Corporal

Fecha: Mayo, 2021

Índice

1. Introducción.....	4
2. Antecedentes	4
3. Aproximación conceptual del bullying.....	5
4. Frecuencia de casos bullying en la edad escolar	10
5. Estrategias para la erradicación del acoso escolar en la etapa educativa.....	14
6. Unidad didáctica.....	19
6.1 Introducción.....	19
6.2 Contextualización.....	19
6.3 Alumnado.....	21
6.4 Objetivos.....	21
6.5 Contenidos.....	24
6.6 Competencias clave.....	25
6.7 Temporalización.....	26
6.8 Evaluación.....	29
6.9 Interdisciplinariedad.....	31
6.10 Elementos transversales.....	31
6.11 Sesión.....	32
7. Plan de actuación.....	33
8. Conclusión.....	34
9. Referencias bibliográficas.....	36
10. Anexos.....	40

Resumen:

El objetivo del presente Trabajo de Fin de Grado es elaborar una propuesta educativa para que el profesor tenga unas pautas a seguir y sepa como intervenir en un caso de *bullying*, es decir, acoso escolar. Desgraciadamente cada vez va a más y siguen aumentando los casos de violencia en los centros escolares, además, este fenómeno no solo afecta al alumno que recibe acoso, sino que también afecta al profesorado y a sus familiares. A continuación, se presenta una propuesta educativa para la prevención del *bullying* que se llevará a cabo a través de la Educación Física mediante actividades de expresión corporal y un plan de actuación para la violencia escolar. La unidad didáctica que hemos elaborado se desarrollará en segundo ciclo, concretamente en cuarto curso.

Palabras claves:

Unidad didáctica, violencia escolar, Educación Primaria, expresión corporal y empatía.

Abstract:

The objective of this Final Degree Project is to develop an educational proposal so that the teacher has some guidelines to follow and knows how to intervene in a case of bullying, that is, bullying. Unfortunately, it is increasing and the cases of violence in schools continue to increase, in addition, this phenomenon not only affects the student who receives bullying, but also affects the teachers and their families. Next, an educational proposal for the prevention of bullying is presented that will be carried out through Physical Education through activities of corporal expression and an action plan for school violence. The teaching unit that we have developed will be developed in the second cycle, specifically in the fourth year.

Key words:

Teaching unit, school violence, Primary Education, corporal expression and empathy.

1. Introducción

La violencia que existe entre los estudiantes en la etapa escolar es un hecho, aunque sea en numerosas veces camuflada por factores internos o externos. En base a mi propia experiencia puedo reivindicar el apoyo y ayuda que necesitan las personas que lo sufren e intervenir en los centros públicos de manera óptima para cambiar los resquicios de la ideología de siglos pasados caracterizada por la falta de empatía. Cabe destacar que es un problema de alta importancia ya que tiene graves repercusiones en la salud física y mental de la población tanto infantil, adolescente y adulta.

A continuación, se expondrá los antecedentes del *bullying*, cómo surgió, quién es el pionero de la investigación de este fenómeno; una aproximación conceptual sobre el *bullying*, sus sinónimos, características, factores; así como una serie de datos estadísticos sobre las víctimas que presencia España a diferentes niveles y edades y para terminar se podrá observar una serie de estrategias para la prevención y eliminación del acoso escolar ya formuladas por varios autores.

Por otra parte, se formulará una unidad didáctica con un plan de actuación para la prevención del *bullying*. Esta unidad estará compuesta por una serie de objetivos y contenidos completamente ligados a la expresión corporal caracterizadas por su carácter de desinhibición, cuyo objetivo es hacer que los alumnos cambien su perspectiva de clasificarnos entre sí y vernos todos como personas, pues otro objetivo que tiene la propuesta didáctica es eliminar prejuicios y fomentar el respeto y la empatía hacia el prójimo.

2. Antecedentes

Según Salas Picón (2017), el *bullying* es un fenómeno de conducta característico en el contexto escolar, se define como una actitud con variables de agresividad, rechazo, violencia, sobre algún sujeto. Una vez comprendido el concepto de *bullying* es hora de hablar del inicio que tuvo su investigación, nos remontamos al siglo XIX donde Tomas Hughes escribe el libro *Tom Brown's School Days*, aquí relata algunas anécdotas violentas en las escuelas públicas de Inglaterra a fecha de 1857. Sin embargo, será el psicólogo Dan Olweus en 1970 el que profundice esta etiología y sea catalogado como pionero de la investigación de este problema social. También podemos considerar el término *bullying* según Olweus (1978), es hoy común

en la literatura, sobre el tema del maltrato entre escolares, para referir la situación de violencia mantenida, mental o física, guiada por un individuo o por un grupo, dirigida contra otro individuo del grupo, quien no es capaz de defenderse. El problema, sin ser un fenómeno nuevo, según Clémence (2001), si adopta nuevas dimensiones y resulta preocupante que, nuestra sociedad industrializada que parece haber alcanzado cierto nivel de bienestar, el empleo del abuso y la violencia en los entornos escolares, paradójicamente sean detectados cada vez de manera más alarmante y en edades muy tempranas. El hostigamiento es sistemático y permanente lo que puede producir graves secuelas, tanto físicas como psicológicas en las víctimas concluye la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020). Es hasta 1982 que se toman la debida importancia al asunto, cuando se publica en los medios de comunicación el caso de dos niños de 10 y 14 años que se suicidaron debido a la intimidación permanente por parte de sus compañeros, gracias a esto existe una reacción por parte de la sociedad, lo que lleva a plantear una campaña a nivel nacional desaprobando el abuso escolar que fue implantada en escuelas y colegios, establecida por el Ministerio de Educación y efectuada después de un año del acontecimiento.

3. Aproximación conceptual del *bullying*

La denominación que se ha impuesto en la actualidad desde el habla inglesa mediante el término *bullying*, el cual se utiliza para nominar la situación o hecho y *bully*, al actor de la acción, podemos interpretarlo como ‘abusón’ o ‘matón’ según el significado de las terminaciones anglosajonas. A pesar de lo anterior “el concepto de *bullying* no abarca la exclusión social como forma agresiva de relación; pero, aún con esta limitación, proporciona las características básicas para definir el fenómeno y tiene un uso consensuado en la literatura científica que aborda este problema” (Informe del Defensor del Pueblo, 2000, pp. 27-28)

Según García et al. (2015), *bullying* no es violencia escolar. Existen agresiones, humillaciones, abusos e injusticia en prácticamente todos los espacios de la vida social, pero adquieren formas especiales cuando se presentan en las escuelas. Sin embargo, la influencia del término *bullying* y su relación con los centros escolares ha favorecido el ocultamiento de otras formas de violencia que también ocurren en dichos escenarios. Maritza afirma que la violencia escolar incluye agresiones físicas (golpes, puñetazos, patadas), agresiones verbales

(amenazas, burlas, apodos, rumores, entre otros), exclusión social, y además pueden presentarse agresiones sexuales (tocamientos no consentidos, relaciones sexuales forzadas).

Por su parte, Corona Gómez (2004), elaboró un listado con las acciones cometidas por alumnos, que se clasifican como de mala conducta o de indisciplina y que se relacionan directamente con el entorno escolar:

Acciones de mala conducta e indisciplina

- Alterar el orden del grupo, desobedecer
- Faltar al respeto a los profesores
- Faltar al respeto a los compañeros
- Pelear
- Portar objetos prohibidos y armas
- Jugar de manera inadecuada y peligrosa
- Tener retardos
- No trabajar en clase, no entrar a clase, salir de clase
- No traer material de trabajo
- Portar el uniforme incompleto
- Tener bajo aprovechamiento escolar
- Llegar tarde a clase

Para Paredes (2001), el *bullying* es un proceso de victimización de un agresor en este caso a una víctima que suele ser de carácter bajo, que va más allá de las simples discusiones o malas relaciones entre compañeros, y que se diferencia de éstos por su naturaleza, su duración, su intensidad, sus formas, sus protagonistas, sus consecuencias y sus ámbitos. Sin embargo, para Ortega y Mora-Merchán (1997), es un sentimiento de ser maltratado de forma injusta de a largo plazo y la imposibilidad de salir de ese sentimiento por impotencia, por los propios medios, de esa situación social. Por otro lado, el investigador pionero en esta problemática Olweus (1999), dice que es una actitud cuyo objetivo es hacer daño; la cual su

frecuencia es elevada y se da en relaciones en las que el poder es inestable y siempre hay un líder.

Las definiciones que nos encontramos en la Real Academia Española (RAE, 2020), referidos a la palabra acoso son:

Acoso: “Acción y efecto de acosar.”

Acoso escolar: “En centros de enseñanza, acoso que uno o varios alumnos ejercen sobre otro con el fin de denigrarlo y vejarlo ante los demás.”

Acoso laboral: “Práctica ejercida en el ámbito del trabajo y consistente en someter a un empleado a presión psicológica para provocar su marginación.”

Acoso sexual: “Acoso que tiene por objeto obtener los favores sexuales de una persona cuando quien lo realiza abusa de su posición de superioridad sobre quien lo sufre.”

Acoso psicológico: “Práctica ejercida en las relaciones personales, consistente en dispensar un trato vejatorio y descalificador a una persona con el fin de desestabilizarla psíquicamente.”

Heinemann (2014), le otorga la denominación de Mobbing, definiéndola como un modo de violencia incontrolada de un grupo de individuos sobre un sujeto, teniendo como resultado la perturbación de sus actividades diarias. Este autor crea esta denominación a partir de su observación en centros públicos de Suecia donde se encontró con un grupo que perseguía a otro el cual se dio a la fuga y en cuyo escenario quedó un zapato, de aquí se inspiró y le surgió el impulso por investigar sobre este fenómeno.

Según Salas (2015), a partir de los elementos que brinda la anterior definición, los cuales han sido producto de las investigaciones que intentan explicar su origen, han surgido múltiples explicaciones desde diferentes enfoques y teorías entre las que se destacan: teoría de la mente, psicoanálisis, mimética, frustración-agresión, de habilidades sociales, ecológicas, aprendizaje social, condicionamientos, neurobiológicas, entre otras, que permiten dilucidar que su origen se encuentra influenciado por componentes biológicos, familiares, institucionales, culturales es decir, biopsicosocial, ubicando su fuente en una dimensión polirelacional y multicausal.

Dentro de este concepto existen varias subyacentes como agresión (verbal y física), violencia, agresividad, maltrato psicológico; en las que la mayoría ocurren dentro del contexto

escolar y el profesorado no es consciente de la cantidad de ocasiones que se dan estas circunstancias. Pero ¿por qué ocurre este problema social en las aulas? Como señalan Perry, Willard y Perry (1990), podría formularse así: El agresor no suele destinar sus agresiones y acoso a todos los de su alrededor, sino que seleccionan a aquellos que presentan una personalidad más baja y que tienden a ser víctimas. Según esta hipótesis la defensa y respuesta del agredido refuerza aún más la conducta agresiva del que acosa en el aula, por tanto, podríamos explicar que los castigos y advertencias del profesor no funcionan ya que al estudiante le parece más enriquecedor el molestar y fastidiar al prójimo que por ejemplo no salir en el recreo.

Cabe destacar otro concepto que es el más moderno y surge a partir del mismo *bullying* que es el *cyberbullying*, según Smith (2000), es una actividad con dos o más sujetos, uno el agresor y otro a la víctima, el acoso se realiza de manera continuada y prolongada en la línea del tiempo, pero se produce por medio electrónico, ya sea por redes sociales, llamadas telefónicas, etc. Este fenómeno va en auge y suelen ser humillaciones y acosos que tienen altas repercusiones en la salud mental de las personas que lo reciben.

En la actualidad con el alto uso de las redes sociales y la dependencia del teléfono móvil este caso de violencia y acoso es muy reincidente. Acorde con el supuesto del Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación (INTECO, 2009), el *cyberbullying* es una conducta de acoso entre iguales en el entorno TIC que incluye actuaciones de chantaje, vejaciones e insultos de unos niños a otros niños. Aftab (2010), considera que el *cyberbullying* cuando un niño o un adolescente es atormentado, amenazado, acosado, humillado, avergonzado o se convierte en el blanco de otro niño, niña, o adolescente a través de Internet, tecnologías interactivas y digitales o teléfonos móviles.

A continuación, observamos un resumen de los factores personales y ambientales de agresores y víctimas del *bullying*, (Tabla 1 y 2). Existen diversos factores que son determinantes en el papel de víctimas y agresores, de los cuales tenemos según Cerezo y Fuensanta (2009).

Tabla 1. Factores personales de agresores y víctimas de acoso escolar

	Biológicos	Personalidad	Conducta social
En el caso del agresor	Fortaleza	Tiende a la crueldad, impulsivo y labilidad emocional	Liderazgo, escasa empatía y rechazo.
En el caso de la víctima	Hándicap	Debilidad, retraimiento y ansiedad	Escasas Habilidades sociales., ambiente amenazante y aislamiento

Tabla 2. Factores ambientales de agresores y víctimas de acoso escolar.

	Escolares	Familiares	Medios de comunicación
En el caso del agresor	Algunas relaciones, ascendencia social y actitud negativa	Actitud negativa, cierto nivel de conflicto, escaso afecto-apego y modelos violentos	Identificación con el modelo de intencionalidad ante la violencia
En el caso de la víctima	Escasas relaciones, desamparo y actitud pasiva	Alto control, sobreprotección, y tolerancia.	Identificación con modelos intimidados e indefensos.

Haciendo una síntesis considerando los conceptos que hemos mencionado previamente podemos exponer el siguiente esquema (Figura 1).

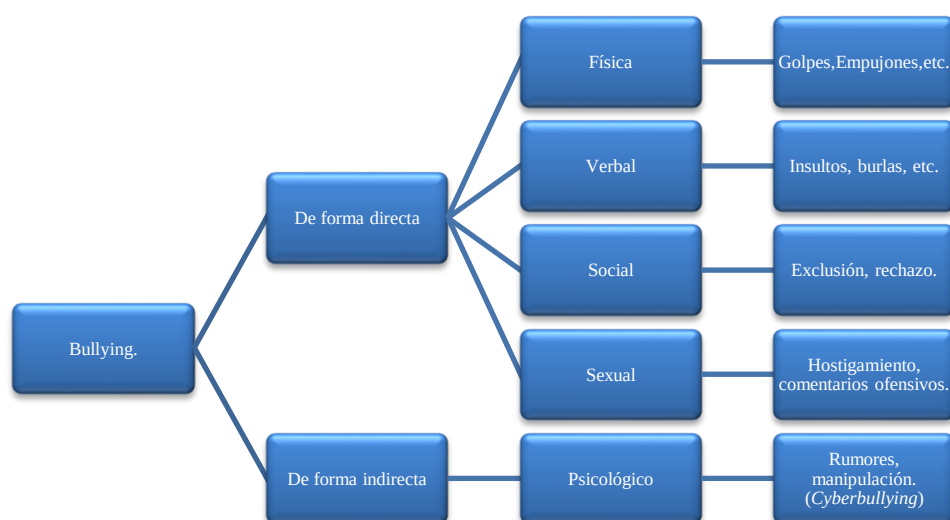


Figura 1. Tipos y características del *bullying*

4. Frecuencia de casos *bullying* en la edad escolar

Según la encuesta *Global School – based Student Health Survey* (GSHS) realizada por la OMS, 16,1% de los niños que han sufrido *bullying* dicen que les han pegado, pateado, empujado o encerrado en lugares pequeños y 11,2% han reportado ser víctimas de bromas, comentarios o gestos sexuales. En Estados Unidos, el 34% de estudiantes han experimentado *cyberbullying* alguna vez en su vida y el 17% en el último mes, cuatro de cinco de los que lo han sufrido dijeron que habían sido publicado comentarios ofensivos hacia ellos y el 70% dijo que habían sido víctimas de rumores que se esparcieron por medio de las redes sociales.

En Europa, la proporción de niños de edades 11 a 16 que han sido víctimas de *cyberbullying* incremento de 7% en el año 2010 a 12% en el 2014 (UNESCO, 2018). Este tipo de *bullying* puede ser hasta más serio que los tipos convencionales de *bullying* debido a que son constantes y no ocurren solamente dentro de las paredes de los colegios. De acuerdo con la encuesta *Health Behavior in School-aged Children Study* realizada por la organización HBSC Consotium, los niños son más probables de experimentar *bullying* físico que las niñas, mientras que las niñas son más probables de ser víctimas de *bullying* psicológico, de ser ignoradas o aisladas por sus compañeros y ser víctimas de rumores (UNESCO, 2018).

De acuerdo con el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte expondremos los siguientes datos estadísticos sobre víctimas de acoso escolar a diferentes escalas en España, tanto en la Figura 2 como en la Figura 3 y Figura 4. Pues son un total de 1.054 casos de acoso escolar los que fueron denunciados en 2017 en España, según datos recogidos Cuerpo Nacional de Policía, Guardia Civil y cuerpos de Policía Local, lo que implica una variación de un 11,65% respecto al año inmediatamente anterior.

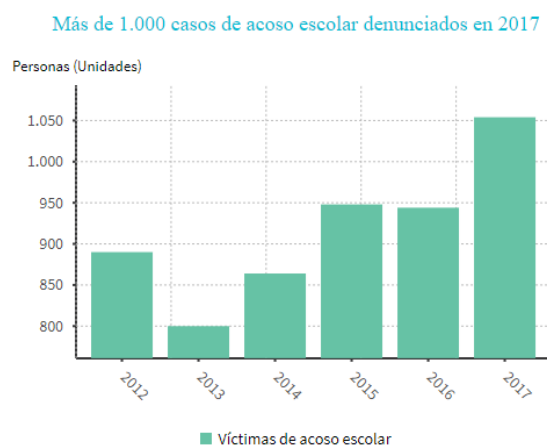


Figura 2. Número de casos de víctimas escolar por años desde 2012. (Ministerio de Educación de Cultura y Deporte, 2017)

Estos datos nos indican el número de víctimas que denuncian el acoso escolar, hay muchos números ocultos que sufren *bullying* por no pedir ayuda cuando es necesaria. Observamos en el gráfico como el problema está en auge y cada año va en aumento el número que realizan una llamada o denuncian a nuestros cuerpos de seguridad nacional casos de acoso escolar.



Figura 3. Mapa de víctimas de acoso escolar por CCAA (Ministerio de Educación de Cultura y Deporte, 2017).

Andalucía es la comunidad autónoma que recibió más denuncias en España con un total de 255 casos, siguiéndole Comunidad de Madrid con 170 y la Comunidad Valenciana con un total de 129. Mientras que Navarra y La Rioja son las comunidades con menos casos registrados con un total de 4 casos cada una, siguiéndole Cantabria con 11 casos.

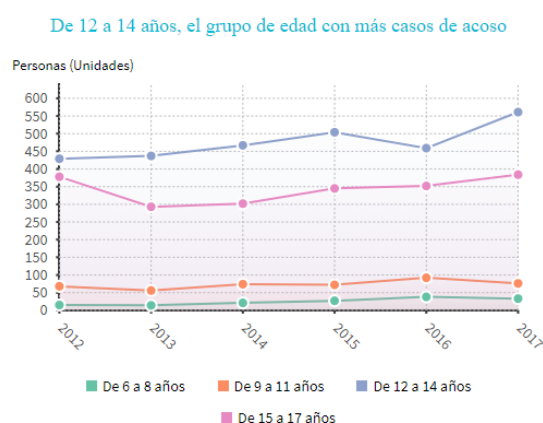


Figura. 4 Estadísticas de casos de acoso escolar por grupo de edad de 12 a 14 años (Ministerio de Educación de Cultura y Deporte, 2017)

El grupo de edad de 12 a 14 años son las personas que más denuncian casos de *bullying*, con un número de 561, mientras que seguidamente el grupo de edad de 15 a 17 años registra 384. A la distancia los grupos de edad de 6 a 8 años con 33 casos y los de 9 a 11 años con 76, aunque este dato no sea tan ilustrativo ya que la violencia en esas etapas escolares no es tan violenta a nivel físico como en los grupos mayores de 12 años.

Gómez-León, (2021) afirma que el efecto del confinamiento en los adolescentes que han sufrido *bullying* ha tenido efectos opuestos con respecto a aquellos que no han sufrido acoso escolar. En los adolescentes victimizados las puntuaciones de ansiedad y depresión, que eran significativamente superiores a las de sus compañeros no victimizados antes de la pandemia, descendieron, siendo significativamente más bajas en ansiedad con respecto al grupo no victimizado y equiparables en depresión. Por lo que el hecho de aislarse del agresor hace que la víctima no sufra intimidación y el acoso que surge en el ambiente escolar, sin embargo, los que no son víctimas padecen la soledad y la ausencia de relaciones sociales que caracterizan a las víctimas por ello el confinamiento ha sido beneficiosa para la salud mental de las víctimas del *bullying*. El porcentaje de adolescentes (no víctimas de *bullying*) con síntomas de ansiedad y depresión aumentó significativamente durante el confinamiento, de tal manera que un 50% y un 34% de los participantes obtuvieron puntuaciones por encima del rango de la normalidad en ansiedad y depresión, respectivamente (Lozano et al., 2011), siendo significativa la diferencia en las puntuaciones medias de ansiedad. Estos resultados coinciden con los hallados en otras investigaciones realizadas durante la pandemia (Liu et al., 2020; Mazza et al., 2020; Odriozola-González et al., 2020; Zhou et al., 2020) donde se ha encontrado que la soledad, definida como aislamiento social y distanciamiento, y los bajos niveles de tolerancia a la angustia se relacionan con altos niveles de ansiedad y depresión.

La mayoría de los individuos que sufren *bullying* hacen uso de medios tecnológicos sin supervisión. El 23,7% de los alumnos de 11 y 12 años son acosados y de 15 y 16 años el 16,9% (Chaves et al. 2020). Por otro lado, las alumnas suelen ser más víctimas de *ciberbullying* que los alumnos, los cuales son más agresores que víctimas. (Chocarro y Garaigordobil, 2019). Además, Los adolescentes con mayor dependencia a las redes sociales tienden a presentar mayores actitudes violentas, pues son las chicas las que suelen presentar una mayor dependencia a las redes sociales. Martínez y Moreno (2017).

Para Ordoñez y Prado (2019), la principal manifestación del *ciberbullying* es a través de los insultos electrónicos y la exclusión. Se puede decir que los estudiantes varones presentan un mayor nivel como víctimas y agresores. Los adolescentes pertenecientes a los cursos más altos tienden a ser más “ciberagresores”. Garaigordobil et al, (2015), afirma que la cantidad de conductas de *ciberbullying* son similares tanto en centros públicos y privados como en religiosos y laicos, siendo un poco más altos en los centros privados y religiosos.

5. Estrategias para la erradicación del acoso escolar en la etapa educativa

El Programa Olweus de Prevención cuyo autor es uno de los pioneros en la investigación del *bullying* contra el acoso ha sido desarrollado y evaluado durante un periodo de más de 20 años (Olweus, 1993, 2001). Se fundamenta en cuatro principios derivado principalmente de la investigación sobre el desarrollo y modificación de los comportamientos problemáticos implicados, en particular el comportamiento agresivo. Estos principios comportan la creación de un ambiente escolar – e idealmente también del hogar – caracterizado por:

- Cordialidad, interés positivo e implicación por parte de los adultos.
- Límites firmes ante un comportamiento inaceptable.
- Una aplicación consistente de sanciones no punitivas y no físicas por comportamientos inaceptables o violaciones de las reglas.
- Adultos que actúen con autoridad y como modelos positivos.

El mensaje que preside el programa es: No aceptamos el acoso dentro nuestra escuela y pondremos los medios para ponerle fin. Un objetivo importante radica en cambiar las” estructuras de oportunidad y recompensa” de forma que haya menos posibilidades y ninguna recompensa al comportamiento acosador dentro y fuera de la escuela.

Las estrategias que se proponen en la actualidad van desde la política escolar, hasta la atención individualizada del propio profesor e intervención en los casos que sean necesarios. García (1997), propone como objetivos de estos programas tres niveles, a nivel global: generar un clima escolar de cooperación, generar actitudes negativas hacia la agresión, hacer conscientes a alumnos y profesores de la importancia y los efectos negativos del matonismo; y a nivel individual: favorecer la toma de la perspectiva cognitiva del otro, y la percepción objetiva de estímulos.

Si hablamos de estrategias debemos de destacar el programa CIP (Concienciar, Informar y Prevenir) (Cerezo, Calvo y Sánchez, 2011), plantea la intervención hacia el conjunto de la institución implicando al contexto familiar y escolar: directivos y profesores, al conjunto del alumnado considerado como grupos sociales (Caven, 2009) y a los directamente implicados individualmente. Su principal objetivo es prevenir el *bullying* en cualquiera de sus manifestaciones y fortalecer las buenas relaciones entre los escolares mediante la mejora del

clima de relaciones, para lo cual facilita herramientas de detección e intervención y propone acciones encaminadas a favorecer el desarrollo de actitudes pro-sociales, el control del comportamiento agresivo y paralelamente el desarrollo estrategias de afrontamiento en la víctima. El programa se estructura en torno a seis elementos o fases:

1. Concienciarnos del problema: Me doy cuenta.
2. Análisis de la situación: Analizamos.
3. Planificación de actuaciones y calendario: Elaboramos el Programa.
4. Comunicar el programa y compromiso: Damos a conocer.
5. Puesta en práctica de lo acordado. Actuar.
6. La revisión y seguimiento: Evaluar resultados.

Este proceso abarca la implicación de todos los miembros que pueden ayudar o afectar a la víctima del acoso escolar, el tutor es el protagonista que tiene que darse cuenta de quién es la víctima e identificar el agresor, analizar cómo podemos intervenir en este caso, elaborar el programa de intervención y comunicación a las familias, actuar de manera eficaz una vez que la familia el equipo directivo y el orientador sean conocedores de lo que está ocurriendo ese aula, y, finalmente, realizar un seguimiento de los resultados de dicha intervención. El objetivo general que se quiere cumplir tras el proceso es:

1. Analizar los aspectos sociométricos del grupo
2. Mejorar el conocimiento de los diferentes miembros
3. Mejorar el clima socioafectivo del grupo
4. Crear una mayor cohesión interna
5. Potenciar una red de apoyo entre todos los alumnos
6. Favorecer la comunicación y expresión de sentimientos
7. Potenciar la búsqueda de soluciones a conflictos diarios

Se plantea el programa CIP como un plan de intervención que reducirá el efecto del *bullying* en la etapa escolar y reforzará la sociabilidad en los grupos de iguales. Su

investigación se llevó a cabo en un centro escolar donde el grupo estaba formado por 23 alumnos de edades comprendidas entre los 8-9 años en la fase de pre-test (escolarizados en 3º de Primaria) y entre 10-11 en la de post-test (escolarizados en 4º de Primaria), (13 Niños y 10 niñas). Además de nacionalidad española, tenemos alumnos de Brasil, Rumanía, Bolivia y Ecuador.

Los resultados de dicha investigación dejan las siguientes conclusiones (Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa, 2013). Eficacia del programa CIP para la mejora de la convivencia escolar y la prevención del *bullying* en alumnos de Educación Primaria. *Apuntes de Psicología*, 31 (2), 173-181) Las actividades trabajadas a nivel grupal han propiciado la mejora del nivel de cohesión del grupo (ha aumentado en 13 puntos), lo que indica que la mayoría de sus miembros es partícipe de las decisiones que se toman y en la resolución de conflictos. Este indicativo va unido a la mejora de habilidades de comunicación, expresión de sentimientos y resolución de conflictos. Asimismo, la mejora en los aspectos sociales ha contribuido a reducir el número de alumnos aislados y a que desaparezcan los alumnos rechazados, estableciéndose lazos sociales mucho más fuertes que logran crear una red de apoyo más amplia que en el inicio. Por su parte, la elaboración de las normas de convivencia de forma cooperativa por parte de los propios alumnos ha ayudado a que sean aceptadas por todos ellos y asumidas como compromiso grupal. A lo largo de su elaboración, los alumnos han puesto en práctica aspectos tratados en la aplicación del programa tales como: escuchar opiniones, comprender distintos puntos de vista, analizar problemas y debatir para llegar a un acuerdo, habilidades sociales importantes para la prevención de situaciones de mayor gravedad (Monjas, 2007).

En cuanto a las situaciones de agresión-victimización los resultados reafirman la idea del *bullying* como un fenómeno social (Ortega y Mora-Merchán, 2005). Cabe señalar que la puesta en práctica del programa ha contribuido a reducir la implicación en situaciones de agresividad de dos alumnos en riesgo y bajar los porcentajes en el alumno que se mantiene como agresor en las dos fases.

Pese a la eficacia de las intervenciones en contextos educativos, cabe destacar que la conducta antisocial requiere una comprensión e intervención más holística, ya que diversos estudios han puesto de relieve la influencia de múltiples factores en el surgimiento de estas conductas, por ejemplo: factores familiares como la interacción padres-hijos, factores sociales como los vínculos de amistad con iguales, factores situacionales como la observación de

violencia en los medios de comunicación, videojuegos... Como subrayan algunos investigadores (Muñoz, Navas y Graña, 2005), cualquier abordaje preventivo y/o de intervención de estas conductas debe asentarse en la identificación y evaluación de los factores de riesgo responsables del inicio y el mantenimiento de estas, y debe integrar los diferentes factores implicados, tanto ambientales como individuales. Por lo tanto, la intervención para reducir la conducta antisocial debería tener en cuenta la persona y el contexto, es decir, intervenir para modificar las características individuales y también para modificar el contexto familiar y escolar en el que está ese individuo antisocial. Los comportamientos antisociales, incluyendo la intimidación, la violencia y la agresión, han sido un área de intenso interés entre los investigadores, los médicos, los psicólogos, los responsables políticos y el público en general, debido a las graves consecuencias que tienen.

Cerezo, F. (2009), nos proporciona un programa llamado “Pozik-Bizi” (Vivir Feliz) es un programa para la mejora de las emociones y los síntomas depresivos en niños de 8 a 10 años (Bernarás, Jaureguizar, y Garaigordobil, 2015). El programa de enfoque cognitivo conductual tiene tres objetivos: Mejorar las relaciones intragrupo y reducir el estrés social; Identificar, entender y regular las emociones y pensamientos negativos, fortaleciendo los positivos; y Mejorar las habilidades de los estudiantes para disminuir su ansiedad y sentimientos de incapacidad, aumentando su confianza. El programa consiste en administrar 18 sesiones que presentan la siguiente estructura: se exponen los objetivos, se describe la actividad, se desarrolla, y después se reflexiona sobre lo acontecido en la misma. Las sesiones semanales son dirigidas por el profesorado. Las técnicas utilizadas son variadas: ejercicios de reflexión individual/grupal, representaciones, inventar historias, lectura de relatos con moraleja, explicaciones del profesorado para identificar, reflexionar y profundizar en determinados conceptos (pensamientos negativos o positivos y las consecuencias de estos, emociones, miedo o ansiedad...); ejercicios de relajación... A modo de ejemplo, en la actividad “Emociones”, primero se reparte una ficha en la que aparecen varias emociones (miedo, tristeza, ira, asco, sorpresa, felicidad...) Después se forman equipos, cada equipo recibe una emoción y deben representar una situación en la que hayan sentido esa emoción y una respuesta para afrontarla. Al final se realiza una reflexión sobre las emociones representadas y la forma de afrontarlas positivamente.

Los resultados de los análisis de varianza intergrupos mostraron que al comparar el cambio que se produjo en los experimentales como efecto del programa “Pozik-Bizi”, con el que se

produjo en el grupo de control (tutorías), los experimentales significativamente, disminuyeron el índice de síntomas emocionales, los síntomas de depresión autoevaluados, así como los problemas emocionales y de conducta (internalizantes y externalizantes) evaluados por los profesores; además los experimentales aumentaron significativamente su nivel de ajuste personal. En conclusión, el programa “Pozik-Bizi” fue eficaz especialmente en variables clínicas, lo que ratifica la hipótesis. Estos resultados, muestran los positivos efectos de un programa para prevenir la depresión infantil, y apuntan en la dirección de otros estudios que han evaluado programas universales hallando una reducción de la depresión, la ansiedad, de problemas de conducta, y un aumento del bienestar y optimismo (Barrett y Turner, 2001).

Podemos considerar tras observar los programas de diferentes autores que es necesario implantar una programación para la prevención y corrección de casos de *bullying* en los centros escolares. Por lo que debemos de poner unas pautas de intervención:

- Identificar los agresores y las víctimas en los casos de acoso escolar.
- Comunicar al tutor y posteriormente hablar con los alumnos de la problemática (de manera grupal en clase o individual, según convenga la situación).
- Hablar con la familia si el problema va más allá.
- Plantear sesiones grupales en las que reforcemos el vínculo entre iguales.
- Crear un buen clima de clase basado en respeto, compañerismo, empatía y generosidad.
- Mejorar la comunicación entre iguales y la expresión tanto verbal como no verbal donde muestren cualquier emoción espontánea.
- Exponer al alumnado que todos somos iguales y que nadie tiene menos valor por su condición física, psíquica o cultural.
- Búsqueda de la autonomía del alumnado. Solucionando problemas diarios ellos mismos, asignar roles entre iguales, etc.
- Por último, evaluar de manera continua como van adquiriendo los valores que nos interesan para formar una sociedad respetuosa y empática.

Todas las pautas deberán de ser consideradas por el tutor, por el orientador, por el jefe de estudios y la Asociación de Madres y Padres de Alumnos (AMPA). Así el proceso será general para todo el centro escolar cuando tengamos casos de *bullying* y el tutor será el encargado de adaptarlo según su contexto y situación de aula. Por supuesto será fundamental la participación del área de educación física ya que los alumnos se encuentran

más cómodos y libres para mostrar sus emociones en sesiones cooperativas y mediante el juego todo será más fácil para reforzar vínculos.

6. Unidad didáctica

6.1 Introducción

La programación didáctica ha sido creada con la finalidad de la total integración en la clase, para que haya un clima de convivencia totalmente sano y respetuoso. Podemos considerarlo una estrategia o una planificación en contra del *bullying* con sesiones trabajando la expresión corporal, así como intervenciones y comunicaciones dentro y fuera del centro escolar para prevenir y solventar problemas de acoso escolar que se presenten en el centro. El programa va dirigido al segundo ciclo, más concretamente al cuarto curso, el objetivo del programa es eliminar ciertos casos de acoso escolar que comentaremos más adelante con actividades caracterizadas por su desinhibición y con la intención de eliminar prejuicios y diferencias entre los iguales.

6.2 Contextualización

El Colegio Público, “Antonio Prieto” es fruto de la fusión de dos centros (Ramón Calatayud y Peñamefécit). Está ubicado en un barrio de la capital de Jaén, zona noroeste, “Peñamefécit”, en la C/ Coruña número 5, junto al mercado de abastos. Es un centro educativo de la etapa Infantil y Primaria. Toda actuación educativa que desarrolla este Centro está siempre orientada hacia la mejora permanente de la educación de todo nuestro alumnado. Esto conlleva que se tomen iniciativas de innovación tendentes, entre otros fines, a la atención de la diversidad.

El entorno geográfico sobre el que ejerce influencia este Colegio es básicamente el barrio de Peñamefécit, en su núcleo antiguo y sucesivas ampliaciones y la zona del Gran Eje, desde la Iglesia de San Félix a la glorieta de Blas Infante. Tradicionalmente este barrio ha estado compuesto, en alto porcentaje, por ciudadanía de clase trabajadora, con niveles económico-social-culturales bajos a medio. En la actualidad a este tipo de población se le ha mezclado un importante sector de inmigrantes de variadas procedencias, cultura, lenguas y razas. Se da también el importante problema social de un notable número de familias desestructuradas o

rotas por dificultades de convivencia o por tener que residir los padres en distintas localidades o países.

El grueso del alumnado que asiste al centro proviene de la zona urbana en la que se encuentra enclavado, especialmente del barrio de Peñamefécit, contando también cada vez con más con alumnado procedente de otros barrios de la ciudad. El nivel cultural y el entrenamiento pedagógico previo que presentan, así como la atención que reciben en casa respecto a las tareas escolares son suficiente, pero con tendencia baja, ya que la colaboración de los alumnos en clase es baja y tienden a distraerse fácilmente por falta de base pedagógica.

También existe relación con las familias, contando con una asociación de padres y madres, que posee mucha iniciativa, y está muy interesada sobre todo por dos cuestiones: prestar un servicio de calidad a las familias en sus necesidades (propuestas y colaboración en las actividades extraescolares tanto dentro como en las salidas fuera del centro) y participar lo más activamente en la vida del centro, presentando sin cesar propuestas de mejora y colaborando en todo lo que se les requiere.

Destacamos las infraestructuras del centro escolar:

- 16 aulas dedicadas a la Educación Infantil y Educación Primaria.
- 1 aulas de Apoyo a la Integración. Pedagogía Terapéutica.
- 1 aula Específica de Educación Especial.
- 1 aula de Educación Compensatoria.
- 1 aula de Audición y Lenguaje.
- 1 aula de inglés y 1 aula de música.
- 1 sala de profesorado.
- 1 aula de Informática.
- 4 despachos (Administración, Secretaría, J. de Estudios y Dirección)
- 1 gimnasio.
- 1 comedor Escolar y Aula Matinal
- 2 aulas para Refuerzo Educativo
- 1 sala del AMPA
- 1 pista polideportiva y dos patios de recreo.
- 1 salón de Actos.
- 1 biblioteca

- Zonas de servicios y aseos, para el profesorado y alumnado.

6.3 Alumnado

El aula donde se desarrollará la unidad didáctica consta de 20 alumnos de Educación Primaria, 9 niños y 11 niñas del segundo ciclo y cuarto curso. La clase tienen un comportamiento óptimo, pero tienden a distraerse cuando Oscar, Jesús y Renier hacen bromas y entorpecen la clase, ya son varios los profesores que lo han comunicado, además uno de ellos, Oscar se encuentra repitiendo curso. En la misma clase hemos tenido dos casos de acoso escolar, Daniel, un alumno con sobrepeso, el cual ha recibido insultos y en algunos recreos agresiones por parte de sus compañeros; y una alumna nueva este año proveniente de Brasil, llamada Julia, que no encaja muy bien en el grupo y ha recibido insultos y rechazo en sus compañeros, en especial por los que hemos nombrado antes: Oscar, Jesús y Renier. El acoso escolar que presenciamos en el caso de Daniel es procedente del curso pasado, con lo cual debemos de eliminar este acoso tan prolongado, los padres nos cuentan que solo recibe estas agresiones en el aula. En el caso de Julia es de carácter tímida y avergonzada, y los agresores la ven como víctima. Los alumnos tienen un nivel académico medio-bajo y actualmente tratamos con problemas de disciplina tales como: actitud pasiva, insultos, ausencia de material escolar, entre otros actos inaceptables. Cabe destacar que, por lo general, hay buena motivación y disposición por parte del alumnado en las sesiones de Educación Física.

6.4 Objetivos

6.4.1 Objetivos generales de la etapa

Los objetivos que se dispondrán a continuación serán los relacionados con el segundo ciclo de primaria en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero y serán con los que trabajaremos en nuestra propuesta.

a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.

c) Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.

d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad.

k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

6.4.2 Objetivos generales del área

Los objetivos que se dispondrán a continuación serán los relacionados con el segundo ciclo de primaria en la Orden de 17 de marzo de 2015 y serán con los que trabajaremos en nuestra Unidad Didáctica.

O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

O.EF.5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

6.4.3 Objetivos didácticos

6.4.3.1 Programación anual

3.1 Aprender a comunicar y expresar emociones y sentimientos de manera automática y espontánea.

5.1 Respetar, colaborar y ayudar al igual.

5.2 Fomentar las relaciones sociales, así como empatizar con los demás.

5.3 Conocer y respetar las diferentes culturas, características físicas y emocionales del igual.

6.1 Desarrollar su creatividad con actividades lúdicas.

6.2 Trabajar la expresión corporal con carácter de desinhibición.

6.2.1.1 Objetivos de la Unidad Didáctica

3.1.1 Adquirir ritmo y pulso con movimientos expresivos acompañado de la música.

3.1.2 Conocer la percusión del propio cuerpo y adaptarse al ritmo de los demás.

5.1.1 Conocer al prójimo y trabajar mediante la cooperación entre grupos.

5.1.2 Adquirir valores cívicos y morales.

5.1.4 Adquirir actitudes positivas caracterizadas por la empatía y el respeto.

5.1.5 Adoptar una serie de actitudes para afrontar situaciones de violencia.

5.2.1 Participar y respetar a los demás.

5.2.2 Implementar valores el respeto y compañerismo.

5.3.1 Reconocer elementos negativos que ocurren en el patio o en la vida real.

5.3.2 Desarrollar actitudes que ayuden al alumno y alumna a socializarse con los demás en pequeños grupos.

6.1.1 Expresar por medio de lo corporal y acompañar a sus compañeros.

6.2.1 Adquirir manifestaciones verbales y no verbales para comunicarse.

6.2.1.2 Objetivos de la sesión.

Los objetivos de las sesiones se encuentran todos correctamente ligados a cada sesión de la unidad didáctica en la figura 5, en el apartado de temporalización, véase unos apartados más adelante.

6.5 Contenidos

Los contenidos que se dispondrán a continuación serán los relacionados con el segundo ciclo de primaria en la Orden del 17 de marzo del 2015 y serán con los que trabajaremos en nuestra propuesta. Los contenidos se organizan en torno a cuatro bloques de los cuales utilizaremos únicamente el bloque tres, es el que tiene relación con lo que queremos trabajar. Dentro de este bloque escogeremos los contenidos que más se adecuen a nuestra propuesta. Estos son:

Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”

3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.

3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.

3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.

3.6. Comprensión, expresión y comunicación de mensajes, sentimientos y emociones a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad, de manera individual o colectiva.

3.7. Disfrute y experimentación del lenguaje corporal a través de improvisaciones artísticas y con la ayuda de objetos y materiales.

3.8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.

3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.

3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

6.6 Competencias clave

Las competencias que se expondrán a continuación son los relacionados con los de la Orden de 17 de marzo de 2015, aunque adaptados a nuestra propuesta didáctica.

Competencias sociales y cívicas. Las clases de Educación Física son integradoras, por ello favorecen a la inclusión, la aceptación social y mejora notablemente la interrelación social entre iguales con la desinhibición mediante la ejecución de actividades de expresión corporal acompañados de música y juegos cooperativos.

La Educación física ayuda a aprender a convivir, el respeto, la empatía y la cooperación son valores que se adquieren en esta área. Estos valores son pilares fundamentales para construir una actitud positiva y fomentar las relaciones de iguales en el aula, así como la cooperación y resolución de problemas mediante la comunicación.

Competencia en conciencia y expresiones culturales. La Educación Física no solo es predeportes y actividades de desplazamientos y lanzamientos, es expresar mediante el mismo cuerpo, conocerse a sí mismo físicamente y expresarse tanto verbal como corporalmente. Los alumnos se manifestarán artísticamente y mediante actividades expresivas que fomentarán su reflexión personal.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. En esta competencia el alumnado podrá resolver problemas por sí mismo de manera racional, asignándose roles entre iguales, cooperando y con una actitud positiva frente a cualquier adversidad.

Aprender a aprender. En esta área los alumnos aprenderán sus limitaciones, como corregir sus errores y cómo alcanzar sus objetivos a nivel motor y psicomotriz. Pues no solo mejoran a nivel físico, sino a nivel mental y moral, mejorando su autoestima y su optimismo con ayuda de sus compañeros.

6.7 Temporalización

A continuación, se expone las sesiones que se realizan en la unidad didáctica, junto a sus respectivos objetivos, metodología y materiales en la Figura 5.

Sesión	Objetivos	Metodología	Materiales
1¿Qué es el bullying?	-Adquirir conocimientos y conceptos básicos sobre la problemática planteada.	-Instrucción directa.	Pizarra digital y altavoces
2“Es hora de conocernos”	-Conocer al prójimo y trabajar mediante la cooperación entre grupos.	-Aprendizaje cooperativo. -Asignación de tareas en el transcurso de las actividades e indagación. -La elección de grupos será impuesta por el profesorado.	Pelotas y reproductor de música
3“Fluimos como el agua”	- Adquirir ritmo y pulso con bailes acompañado de la música. -Conocer al prójimo y trabajar mediante la cooperación entre grupos.	-Aprendizaje cooperativo. -Asignación de tareas en el transcurso de las actividades e indagación. -La elección de grupos será impuesta por el profesorado.	Reproductor de música
4“Soy un instrumento musical”	- Conocer mi propio cuerpo y adaptarse al ritmo de los demás. - Participar y respetar a los demás	-Aprendizaje cooperativo. -Asignación de tareas en el transcurso de las actividades e	Reproductor de música

	- Conocer al prójimo y trabajar mediante la cooperación entre grupos	indagación. -La elección de grupos será impuesta por el profesorado.	
5“Es hora de reírse”	- Provocar risas y desinhibición en el aula -Expresar por medio de lo corporal y acompañando a sus compañeros.	-Aprendizaje cooperativo. -Asignación de tareas en el transcurso de las actividades e indagación. -La elección de grupos será impuesta por el profesorado.	Reproductor de música
6“Somos actores”	-Adquirir actitudes positivas caracterizadas por la empatía y el respeto. -Adquirir valores cívicos y compañerismo. -Adquirir manifestaciones verbales y no verbales para comunicarse.	-Aprendizaje cooperativo. -Asignación de tareas en el transcurso de las actividades e indagación. -La elección de grupos será impuesta por el profesorado.	
7“El payaso Malequi nos visita”	-Desarrollar la capacidad creativa y expresiva del alumno. - Conocer al prójimo y trabajar	-Aprendizaje cooperativo. -Asignación de tareas en el transcurso de las actividades e indagación. -La elección de	Pelotas, bolos, cuerdas, colchonetas y bancos suecos.

	mediante la cooperación entre grupos	grupos será impuesta por el profesorado.	
8“Toda historia tiene un final feliz”	-Desarrollar la empatía con los compañeros. -Reconocer elementos negativos que ocurren en el patio o en la vida real -Desarrollar actitudes que ayuden al alumno y alumna a socializarse con los demás en pequeños grupos.	-Aprendizaje cooperativo. -Asignación de tareas en el transcurso de las actividades e indagación.	
9“El gran debate”	-Analizar los conocimientos y conceptos que han adquirido mediante las sesiones -Reforzar la comunicación y empatía en el aula. -Adoptar una serie de actitudes al vivir situaciones de violencia.	-Aprendizaje cooperativo - Debate	Pizarra digital, folios y bolígrafos.

Figura 5. Temporalización de las sesiones.

6.8 Evaluación

6.8.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

A continuación, desarrollaremos una tabla (Figura 6) con los criterios de evaluación que se relacionan con los estándares de aprendizaje propios de la Orden de 17 de marzo de 2015.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
C.E.2.2. Indagar y utilizar el cuerpo como recurso expresivo para comunicarse con otros, representando personajes, ideas y sentimientos, desarrollando ámbitos competenciales creativos y comunicativos.	STD.2.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos. STD.2.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos. STD.2.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.
C.E.2.4. Poner en uso, durante el desarrollo de actividades físicas y artístico-expresivas, la conexión de conceptos propios de educación física con los aprendidos en otras áreas y las distintas competencias.	STD.4.3. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.
C.E.2.7. Valorar y aceptar la propia realidad corporal y la de otros, desde una perspectiva respetuosa que favorezca relaciones constructivas.	STD.7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase. STD.7.2. Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.
C.E.2.9. Reflexionar sobre las situaciones conflictivas que surgen en la práctica,	STD.9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera

opinando coherente y críticamente, y respetando el punto de vista de las demás personas para llegar a una solución.	razonable. STD.9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
C.E.2.13. Participar en juegos, deportes y actividades físicas estableciendo relaciones constructivas en virtud de muestras de respeto mutuo. Interiorizar una cultura de juego limpio y aceptar las normas.	STD.13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad. STD.13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.

Figura 6. Tabla relación de criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

6.8.2 Procedimiento de evaluación

La evaluación será continua, ya que todas las sesiones están enlazadas para conseguir un fin, la empatía, el trabajo en equipo, cooperación y construir un buen clima en el aula. Los alumnos que no consigan los objetivos en las sesiones indicadas podrán recuperar, repitiendo ejercicios con ayuda de sus compañeros. El objetivo final es que todos los alumnos se acepten y se respeten, para ello debemos de observarlos también en horas cruciales como en el recreo y en las salidas del colegio.

Evaluablemos de la siguiente manera:

- Nos basaremos en los indicadores que expusimos anteriormente, mediante hojas de observación y rúbricas (Anexo I).
- La parte inicial será para que los alumnos sepan cuál es la problemática y nos encargaremos de evaluar si han comprendido los conceptos, en cuanto a la parte procesual evaluaremos si expresan adecuadamente las emociones y actos que requieren las actividades y por último en la parte final calificaremos el respeto, la adecuada ejecución de reglas y normas, y la aceptación de roles y empatía.

6.9 Interdisciplinariedad

Los valores que vamos a llevar a cabo o que queremos reforzar son: la supresión del sexismo, así como las diferencias físicas que existen entre nosotros, es decir que no haya ningún tipo de discriminación por sexo o género, el objetivo principal es que este proyecto se lleve en un ambiente de igualdad para todo el alumnado, que no haya discriminación por ningún tipo de diversidad o discapacidad. Todos los grupos que formaremos serán mixtos para crear un ambiente de trabajo en igualdad de condiciones tanto para los niños como para las niñas. Utilizaremos estrategias como escoger siempre dos capitanes del mismo sexo, o, hacerlos nosotros mismos con cualquier orden aleatorio justificado, como números pares e impares del número lista, etc.

6.10 Elementos transversales

Los elementos transversales han sido seleccionados por medio del Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero.

2. Las Administraciones educativas fomentarán la calidad, equidad e inclusión educativa de las personas con discapacidad, la igualdad de oportunidades y no discriminación por razón de discapacidad, medidas de flexibilización y alternativas metodológicas, adaptaciones curriculares, accesibilidad universal, diseño para todos, atención a la diversidad y todas aquellas medidas que sean necesarias para conseguir que el alumnado con discapacidad pueda acceder a una educación educativa de calidad en igualdad de oportunidades.

3. Las Administraciones educativas fomentarán el desarrollo de los valores que fomenten la igualdad efectiva entre hombres y mujeres y la prevención de la violencia de género, y de los valores inherentes al principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social. Las Administraciones educativas fomentarán el aprendizaje de la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo político, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos y el rechazo a la violencia terrorista, la pluralidad, el respeto al Estado de derecho, el respeto y consideración a las víctimas del terrorismo y la prevención del terrorismo y de cualquier tipo de violencia.

6.11 Sesión

“Fluimos como el agua”			
Objetivos	- Adquirir ritmo y pulso con movimientos de expresión corporal, acompañado del ritmo que marque el profesor o el reproductor musical. -Conocer al prójimo y trabajar mediante la cooperación entre grupos.		
Contenidos	3.1. Exploración, desarrollo y participación en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal. 3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos. 3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado. 3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.		
Metodología	-Aprendizaje cooperativo. -Asignación de tareas en el transcurso de las actividades e indagación. -La elección de grupos será impuesta por el profesorado.		
Materiales	Altavoces o reproductor musical y tarjetas.		
Fase	Descripción de la actividad	Representación gráfica	Duración
CALIENTE	Desarrollo: Yo soy un robot. Se trata de un juego para el calentamiento en el que los alumnos se dispondrán en círculo. El maestro/a se coloca en el centro y comienza con la siguiente frase: Yo tengo un bot, bot, bot. (movemos la parte del cuerpo que nos apetezca) (repite e imita el alumnado) El doctor me ha dicho que no tengo nada, pero estoy seguro de que yo tengo un bot, bot, bot. (moviendo la misma parte de antes) (repite el alumnado) Podemos hacer varias repeticiones con distintas partes del cuerpo e invitar al alumnado a que participe colocándose en el centro del círculo y proponiendo diferentes movimientos.		10'
PARTE PRINCIPAL	Desarrollo: Nosotros los peces y la música el agua. Nos movemos libremente con baile a gusto del alumno acompañando la música, cuando nos encontremos con algún compañero nos saludamos con la mano, si nos lo encontramos dos veces le		7'

	damos un abrazo, siempre nos saludamos de manera diferente. Posteriormente en parejas haremos lo mismo, las parejas serán asignadas por el profesor.		
	Desarrollo: Emparejados. Los alumnos deberán de juntarse con alguna semejanza que diga el profesor, camiseta blanca, zapatillas negras, formando así corros y grupos bailando todos juntos.		10'
	Desarrollo: Bailar al son del número. Iremos por orden de lista que será el que dirija la conga, se irá rotando y se colocarán detrás los que lo hayan hecho, tendremos que seguir el baile y los movimientos que haga el dueño de la conga.		7'
VUELTA CALMA	Adivina lo que soy. Se le enseñará a cada alumno una tarjeta y tendrá que representar por medio de gestos o mímica dicha acción; por ejemplo, correr, nadar, etc...		6'

7. Plan de actuación

Pautas de intervención:

- Identificar los agresores y las víctimas en los casos de acoso escolar. En este caso tenemos un grupo de tres agresores en los que están influenciados por un líder, como previamente mencionamos en la descripción del alumnado se tratan de Oscar, Jesús y Renier.
- Comunicar al tutor y posteriormente hablar con los alumnos de la problemática. Se lo comunicamos al tutor y decidimos poner en marcha la Unidad Didáctica en la que la comunicación irá ligada a actividades expresivo-corporal, caracterizadas por la desinhibición, veáse el Anexo I.

- Hablar con la familia si el problema va más allá. En este caso la familia se puso en contacto con nosotros ya que los dos alumnos manifestaban en casa su malestar en el aula. Por parte de Daniel, otro signo de alarma fue que su rendimiento académico comenzó a empeorar.
- Plantear sesiones grupales en las que reforcemos el vínculo entre iguales. Planteamos sesiones de carácter emocional trabajando la expresión corporal para no crear diferencias por méritos de capacidad física y que todos destaquen por sus expresiones, emociones y espontaneidad.
- Crear un buen clima de clase basado en respeto, compañerismo, empatía y generosidad. El clima de trabajo en el aula dependerá también de la comunicación, pues en la unidad didáctica trataremos de trabajar la sinceridad, el respeto, y las críticas constructivas.
- Mejorar la comunicación entre iguales y la expresión tanto verbal como no verbal donde muestren cualquier emoción espontánea. En las actividades será importante que el alumnado esté relajado y que se le de toda la seguridad y comodidad posible para que sean totalmente sinceros y espontáneos.
- Exponer al alumnado que todos somos iguales, o diferentes, y que nadie tiene menos valor por su condición física, psíquica o cultural. La unidad didáctica comprende actividades que no son necesarias las capacidades físicas para destacar, por ello en el caso de Daniel serán enriquecedoras, por otra parte, Julia podrá aprovechar el momento de fomentar sus vínculos con sus nuevos compañeros.
- Búsqueda de la autonomía del alumnado. Solucionando problemas diarios ellos mismos, asignar roles entre iguales, etc.
- Por último, evaluar de manera continua como van adquiriendo los valores que nos interesan para formar una sociedad respetuosa y empática.

8. Conclusión

Mi motivación por desarrollar esta intervención educativa se basa en mi mala experiencia como alumno desde mi etapa en Educación Primaria e incluso en Educación Secundaria, pues no encajaba con mis compañeros por mi físico, recibía insultos, agresiones, en resumen, recibía acoso escolar. Sin embargo, mi devoción es ser maestro e implantar valores tan importantes para la ciudadanía como son la empatía, el respeto, la colaboración y cooperación. Este proyecto será el inicio de mis investigaciones para luchar contra esta problemática que está en auge y que seguirá creciendo a causa del uso de las redes sociales y el de los teléfonos móviles. Mis expectativas con este proyecto son altas, pienso que las actividades (Anexo II) son favorecedoras para afianzar vínculos y eliminar diferencias entre iguales, ya que la desinhibición y la diversión que caracterizan estas sesiones son idóneas para, en definitiva, crear un buen clima de trabajo y acabar con casos de acoso escolar que hayamos identificado en nuestro centro educativo.

9. Referencias bibliográficas

- Ministerio de Educación, cultura y deporte. (2020). *Acoso escolar, datos, cifras y estadísticas*
<https://www.epdata.es/datos/acoso-escolar-datos-cifras-estadisticas/257/espana/106>
- Aftab, M., Farrington, D., Lösel, F. y Loeber, R. (2011). The predictive efficiency of school bullying versus later offending: a systematic/meta-analytic review of longitudinal studies. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 21 (2), 75-80.
- Barrett, P. y Turner, C. (2001). Prevention of anxiety symptoms in primary school children: preliminary results from a universal school-based trial. *British Journal of Clinical Psychology*, 40, 399-410.
- Bernarás, E., Jaureguizar, J. y Garaigordobil, M. (2015). El programa “Pozik-Bizi” (Vivir Feliz): Programa para mejorar las emociones y síntomas depresivos en niños de 8 a 10 años. *Revista de Psicología y Educación*. 14(2), 87-98 <https://doi.org/10.23923/rpye2019.01.174>
- Cerezo, F. (2009). Bullying: análisis de la situación en las aulas españolas. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9(3), 383-394.
- Cerezo, F. (2009). Bullying: análisis de la situación en las aulas españolas. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9 (3), 383-395.
<https://www.ijpsy.com/volumen9/num3/244/bullying-analisis-de-la-situacin-en-las-ES.pdf>
- Cerezo, F. y Sánchez, C. (2013). Eficacia del programa CIP para la mejora de la convivencia escolar y la prevención del bullying en alumnos de Educación Primaria. *Apuntes de Psicología*, 31 (2), 173-181. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/84824/320-732-1-SM.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cerezo, F., Sánchez, C., Ruiz, C. y Areñse, J. J. (2015). Roles en bullying de adolescentes y preadolescentes, y su relación con el clima social y los estilos educativos parentales *Revista de Psicodidáctica*, 20, 139-155. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4926728>
- Checkland, P.B. (1999). *Systems Thinking, Systems Practice*. John Wiley & Sons, Chichester

- Clémence, A. (2001). *Violence and security al school: The situation in Switzerland*. En E Debarbieux y C Blaya. Violence in schools.
- Cobián L., Nizama-Vía, A., Ramos-Aliaga, D. y Mayta-Tristán, P. (2015). Medición y magnitud del bullying en Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 32(1), 196-197.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172646342015000100032&script=sci_arttext&tlng=en
- Defensor del Pueblo, (2000). *Informes, estudios y documentos. Violencia escolar: el maltrato entre iguales en la Educación Secundaria Obligatoria*. Editorial del Defensor del Pueblo.
- Estrada, M.A., (2016). *Acoso escolar: modelos agresivos originan acosadores*.
- Furlán, A.; Saucedo, C. y Lara, B. (2005) Miradas diversas sobre la disciplina y la violencia en centros educativos. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 10(27), 1191-1199
<https://www.redalyc.org/pdf/140/14002714.pdf>
- Gairín, J., Armengol, C. y Silva B., P., (2013). El bullying escolar, consideraciones organizativas y estrategias para la intervención. *Educación XXI*, 16(1), 19-38.
<https://www.redalyc.org/pdf/706/70625886002.pdf>
- Garaigordobil, M. (2019). Bullying y cyberbullying: diferencias de sexo en víctimas, agresores y observadores. *Pensamiento Psicológico*, 17(2), 57-71.
- García M., Maritza V., y Ascensio M. y Christian A. (2015). Bullying y violencia escolar: diferencias, similitudes, actores, consecuencias y origen. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(2),9-38 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80247939002>
- García, J. (1997). Un modelo cognitivo de las interacciones matón-victima. *Anales de Psicología*, 13 (1), 51-56. https://www.um.es/analesps/v13/v13_1/05-13-1.pdf

- Gillham, J. E., Jaycox, L. H., Reivich, K. J., Seligman, M. E., y Silver, T. (2008). The Penn Resiliency Program. *Handbook of depression in children and adolescents* (p. 309–322). The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2008-01178-013>
- Gómez, L. (2021). Disminución de la ansiedad en las víctimas del bullying durante el confinamiento por el COVID-19. *Rev. de Educación a Distancia* 21(1). <https://doi.org/10.6018/red.439601>
- Heinemann, P. (1969). *Apartheid*. Liberal Debatt.
- https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=RoReCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=mobbing+escolar&ots=ic57-E9v1t&sig=DS62pwHdt_rdfV_ubjdvdRtd1RQI#v=onepage&q=mobbing%20escolar&f=false
- Lowry-Webster, H., Barrett, P. M. y Dadds, M. R. (2001). A universal prevention trial of anxiety and depressive symptomatology in childhood: *Preliminary data from an australian study. Behaviour Change*, 18, 36- 50.
- Monjas, M. I. (2007): *Cómo promover la convivencia: Programa de Asertividad y Habilidades Sociales (PAHS)*. CEPE S.L <https://www.researchgate.net/publication/341135161>
- Olweus, D. (1993), *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*, Ediciones Morata, S. L.
- Olweus, D. (1993). Bullying at school: What we know and what we can do. *Psychology in the Schools*, 40(6) <https://doi.org/10.1002/pits.10114>
- Orden de 17 de marzo de 2015, por el que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria de Andalucía. *Boletín oficial de la Junta de Andalucía*, 60, del 27 de marzo de 2015, 6 a 865.
- Ordóñez, M., y Prado, K. (2019). Bullying y cyberbullying escolar en niños y jóvenes adolescentes: un estudio de caso. *Maskana*, 10(2), 32-41. <https://doi.org/10.18537/mskn.10.02.04>

- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). *Temas de salud: Violencia*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/topics/violence/es/>
- Paredes, M. (2001) *Escuela Nueva*. Oveja Negra
- Paredes, M., T., Alvarez, M, L. y Vernon, A. (2008). Estudio exploratorio sobre el fenómeno del “Bullying” en la ciudad de Cali, Colombia. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y juventud* 6(1): 295-317
- RAE. (2020). Acoso. Diccionario de la lengua española. *Diccionario de la lengua española*. Recuperado enero 4, 2020. <https://dle.rae.es/acoso%20?m=form>
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria. *Boletín oficial del Estado*, 52, Sec. I, 1 de marzo de 2014, 33827 a 34369. <https://www.boe.es/buscar/pdf/2014/BOE-A-2014-2222-consolidado.pdf>
- Rooney, R., Hassan, S., Kane, R., Roberts, C. M. y Nesa, M. (2013). Reducing depression in 9-10 year old children in low SES schools: A longitudinal universal randomized controlled trial. *Behaviour Research and Therapy*, 51, 845-854. <https://doi.10.1016/j.brat.2013.09.005>
- UNESCO (2018). *School violence and bullying: Global status and trends, drivers and consequences*. UNESCO. <http://www.infocoponline.es/pdf/BULLYING.pdf>

10. Anexos

ANEXO I. Rúbrica evaluativa

Ítems	3.Excelente	2.Bueno	1. Regular
Muestran sus sentimientos y emociones.	Muestra siempre sus sentimientos y emociones de forma eficaz.	Muestras sentimientos y emociones, pero se cohibe a veces.	No muestra los sentimientos ni emociones.
Integración dentro del grupo clase.	Siempre está integrado totalmente en el grupo.	A veces está un poco apartado del grupo.	Está excluido del grupo.
Empatiza.	Se pone en el lugar de sus compañeros y los ayuda siempre.	A veces empatiza con sus compañeros.	No empatiza con sus compañeros.
Mayor conocimiento sobre sus semejantes.	Conoce muy bien a sus compañeros.	Conoce a la gran mayoría de sus compañeros.	Conoce a pocos de sus compañeros.
Grado de participación e interés.	Alto, participa y muestra interés en todas las actividades.	Medio, participa y muestra interés en la mayoría de las actividades.	Bajo, participa y muestra muy poco interés.
Comprensión de las diferentes emociones.	Comprende las diferentes emociones.	Tiene algunos errores en la diferenciación de las emociones.	Tiene bastantes errores en la comprensión e identificación de las emociones.
Grado de autoestima.	Muy alta autoestima.	Moderada autoestima.	Poca autoestima.
Colaboración y compañerismo en el grupo clase.	Colabora y ayuda en todo a sus compañeros.	Colabora y ayuda de forma más pasiva.	No colabora ni ayuda a sus compañeros.
Observaciones:			

Hoja de observación evaluativa

	Clasificación	Nada	Poco	Medio	Frecuente	Mucho
A	Índice de acoso					
B	Frecuencia de acoso					
C	Desprecio y rechazo					
D	Restricción y limitación					
E	Amenazas					
F	Exclusión					
G	Insultos					
H	Robos					

ANEXO II. Actividades de la Unidad Didáctica.

Primera sesión ¿Qué es el *bullying*?

Objetivos:

Adquirir conocimientos y conceptos básicos sobre la problemática planteada.

Desarrollo: Expondremos al alumnado un video que expone de manera animada el *bullying*, precisamente el de este enlace:

https://www.youtube.com/watch?v=mcWXvFC45hc&ab_channel=MaestradeCoraz%C3%B3n

Posteriormente escucharemos reflexiones voluntarias del alumnado y explicaremos conceptos como el acoso, ansiedad, empatía, etc.

Segunda sesión “Es hora de conocernos”

Objetivos:

- Mejorar el clima del aula.
- Crear vínculos de cooperación entre grupos.

Desarrollo: Haremos varias actividades para la desinhibición de nuestros alumnos.

1. Los alumnos forman un círculo en el que todos se vean y se escuchen, tendrán que decir cada uno dos aspectos buenos que le caractericen y dos aspectos malos.
2. Formamos grupos de 6 e incorporamos una pelota, tienen que pasársela de lado a lado en sentido contrario a las agujas del reloj, cada vez que pasamos la bola decimos algo personal, número de hermanos, mi nombre, mi afición; y el de al lado tiene que ir repitiendo lo que dice el que lanza la bola y así hacer una cadena de información. Es similar al juego del teléfono concurrido.
3. Aprovechando los grupos pondremos en práctica otro juego, la mitad de los integrantes de cada grupo tendrán que salir del corro y ponerse de acuerdo de cómo hacer reír a sus compañeros sin decir una sola palabra.

4. Al son de la música. Todos los alumnos van bailando por la cancha, hasta que para la música y tendrán que entrar en un aro, el que quede fuera ya que falta un aro para todos tendrá que decidir qué baile debemos de seguir todos en esa ronda.
5. Disponemos a los alumnos, de forma aleatoria, en distintas zonas delimitadas (guardando distancia de seguridad) y numeradas. El reto es sencillo, tienen que colocarse ordenadamente en las zonas, de más alto a más bajo (se pueden seguir otros criterios como por fecha de nacimiento), con la particularidad de que no pueden hablar entre ellos y tienen que utilizar la mímica para comunicarse.

Tercera sesión “Fluimos como el agua”

Objetivos:

- Adquirir ritmo y pulso con bailes acompañado de la música.
- Crear buen ambiente en el aula
- Fomentar vínculos entre iguales.

Desarrollo:

1. Nos movemos libremente con baile a gusto del alumno acompañando la música, cuando nos encontremos con algún compañero nos saludamos con la mano, si nos lo encontramos dos veces le damos un abrazo, siempre nos saludamos de manera diferente. Posteriormente en parejas haremos lo mismo, las parejas serán asignadas por el profesor.
2. Los alumnos deberán de juntarse con alguna semejanza que diga el profesor, camiseta blanca, zapatillas negras, formando así corros y grupos bailando todos juntos.
3. Bailar al son del número. Iremos por orden de lista que será el que dirija la conga, se irá rotando y se colocarán detrás los que lo hayan hecho, tendremos que seguir el baile y los movimientos que haga el dueño de la conga.

4. Hacer un círculo grande imitando las consignas que diga el profesor, todo ello bailando.
5. Simón dice. Aprovechando el círculo del juego anterior jugaremos al simón dice, el profesor dirá alguna consigna: a la pata coja, tumbados, etc. Los alumnos tendrán que hacerlo, siempre y cuando diga literalmente “SIMÓN DICE”.

Cuarta sesión “Soy un instrumento musical”

Objetivos:

- 7 Conocer mi propio cuerpo y adaptarse al ritmo de los demás.
- 8 Participar y respetar a los demás
- 9 Fomentar vínculos con iguales.

Desarrollo:

1. Director de orquesta: los alumnos forman un corro de ocho personas, uno de ellos se sale y al minuto entra, tiene que adivinar quién es el que dirige los movimientos del grupo. Si lo adivina se la queda al que haya visto.
2. Grupos de seis personas, los alumnos se colocan como si fuera una conga, uno detrás del otro y el primero va haciendo movimientos con el cuerpo que el resto deben de imitar.
3. Todos los alumnos van corriendo por el pabellón con la música puesta, cuando el docente corte la música dirá dos partes del cuerpo. Con la primera parte que diga el alumnado deberá unirla con un compañero y la segunda que diga mientras tiene unida una parte la otra tiene que estar en movimiento.
4. Se forman grupos de ocho, ponemos un orden de intervención. Cuando interviene el primero dirá en equilibrio dos características suyas, seguidamente le toca al segundo el cual tendrá que decir las características del primer compañero y aportar dos características suyas. Seguidamente le tocará al tercero que tendrá que decir las

características del primer y segundo compañero y luego dar dos características tuyas y así sucesivamente.

5. En grupos de seis, el alumnado inventa una representación mediante sonidos corporales (golpes en el pecho, taconear, etc.), bien se marca un orden y cada uno hace uno o todos repiten los sonidos a la misma vez.
6. ¿Quién falta? Todos estarán organizados en círculo, un compañero o compañera saldrá de la zona sin poder tener contacto visual o se pondrá contra la pared. En ese momento el maestro o maestra elige a alguien del círculo para que se esconda. El alumno que salió al principio deberá volver e intentar adivinar en un minuto qué compañero o compañera es el que falta.

Quinta sesión “Es hora de reírse”

Objetivos:

- 10 Fomentar vínculos entre iguales
- 11 Provocar risas y desinhibición en el aula
- 12 Expresar por medio de lo corporal y acompañando a sus compañeros.

Desarrollo:

1. Yo tengo un tic. Se trata de un juego para el calentamiento en el que los alumnos se dispondrán en círculo. El maestro/a se coloca en el centro y comienza con la siguiente frase: Yo tengo un tic, tic, tic. (movemos la parte del cuerpo que nos apetezca) (repite e imita el alumnado) El doctor me ha dicho que no tengo nada, pero estoy seguro de que yo tengo un tic, tic, tic. (moviendo la misma parte de antes) (repite el alumnado) Podemos hacer varias repeticiones con distintas partes del cuerpo e invitar al alumnado a que participe colocándose en el centro del círculo y proponiendo diferentes tics.

2. Grupos de 7 u 8. Se sitúan de pie formando un círculo. Comienza un alumno/a realizando el movimiento que quiera. El compañero que tiene a su izquierda debe realizar ese movimiento e inventar uno nuevo, el siguiente compañero imita los dos movimientos anteriores y realiza uno nuevo, y así sucesivamente. Si alguien falla o repite un movimiento vuelven a empezar el juego. Comienza el compañero/a que falló. Si falla no suma punto, si realiza bien la secuencia de movimientos suma un punto.
3. Vehículo humano. Grupos variados en número: grupos de 3, 5, 7, 9, como queráis. Les dejaremos un tiempo para que se organicen y piensen cómo construir un vehículo con su cuerpo. Por ejemplo, en grupos de tres puedes hacer un patín, los grupos más grandes un coche bus, etc. Cuando cada equipo se haya organizado, irá exponiendo su vehículo al resto, los cuales tendrán que adivinar de qué vehículo se trata. Se premiará positivamente si, además, el vehículo que hacen puede moverse. Lo podemos hacer varias veces para ir cambiando de grupo: un niño que esté en un grupo de 3 pasará a otro de 7 por ejemplo.
4. Bomba caliente. Jugaremos al clásico juego de la bomba, pero en esta ocasión los alumnos y alumnas irán rodando la pelota con los pies para pasarla al siguiente. Un alumno o alumna se la quedará en el centro y realizará una cuenta atrás con los ojos cerrados. Cuando finalice dirá “BOMBA” o “PATATA CALIENTE” y al alumno o alumna que la tenga en ese momento se la quedará.
5. El museo humano. Hay dos invitados al museo, que se van para no mirar al grupo. El resto, son estatuas por parejas. Es decir, mi pareja y yo nos sentamos “a lo indio” y nos colocamos lejos el uno del otro. Otra pareja se coloca a la

pata coja, también separados. Los invitados al museo deben identificar las parejas y juntarlos.

Sexta sesión: “Somos actores”

Objetivos:

- 13 Adquirir actitudes positivas caracterizadas por la empatía y el respeto.
- 14 Implementar valores cívicos y compañerismo.
- 15 Adquirir manifestaciones verbales y no verbales para comunicarse.

Desarrollo: La sesión tratará de un cuento que deberán de improvisar el alumnado. Le daremos una introducción como, por ejemplo: "Érase una vez en un pueblo muy lejano con unos habitantes del pueblo que estaban continuamente enfadados. En ese pueblo no quedaban sonrisas solo malas caras. Sólo había una solución, y ésta era la risa de los demás..."

En grupos de ocho alumnos. Cada grupo tendrá que crear una historia en la que haya habitantes que estén enfadados y de mal humor y unos visitantes que a través de su ingenio deberán hacer reír a estos. El objetivo es conseguir que los jugadores enfadados se echen a reír a causa de los gestos y movimientos que se les ocurra a los jugadores visitantes. Cada grupo irá exponiendo su obra sucesivamente.

Séptima sesión “El payaso Malequi nos visita”

Objetivos:

- 16 Desarrollar la capacidad creativa y expresiva del alumno.
- 17 Mejorar el clima de trabajo en el aula.

Desarrollo: Haremos un cuento motor donde el profesor o algún padre voluntario se disfrazará de payaso para hacer el cuento. El cuento será tal que: Hola chicos soy Malequi, vivo en un circo y he venido a visitaros porque tengo un problema muy

gordo y como me han dicho que sois unos niños muy listos vengo para ver si me podéis ayudar.

“Os cuento yo soy un equilibrista-malabarista, ¿Sabéis lo que es eso? Pues veréis el equilibrista es la persona que hace equilibrios sobre una cuerda, con un solo pie... pero sin caerse (*Malequi lo hace para que los niños lo vean*) y malabarista es jugar con pelotas o bolos y tirarlos al aire para luego cogerlo sin que se les caigan tampoco al suelo (*lo realiza también*).

Os voy a contar lo que me ha pasado, todas mis actuaciones las hago con mi amigo papelillo que es un gatito pequeñito que siempre está conmigo, pues ayer por la noche fui a darle la cena y ya no estaba, lo estoy buscando por todas las partes del circo y no lo encuentro por ningún lado, así que me gustaría pedirlos el favor que me ayudarais a encontrarlo ¿Queréis ayudarme?

Para poder encontrarlo tenemos que ir a mi circo y pasar una serie de pruebas y ponernos nuestros gorros mágicos que me ha dicho la seño que habéis hecho. (*Vamos a la sala de psicomotricidad ambientada como un circo*).

Primero tenemos que arriesgar nuestra vida cruzando el túnel de los leones (*atravesaremos un gusano a modo de túnel*) y luego debemos cruzar por los aros cubiertos de fuego (*se pondrán llamas de cartulina roja y amarilla alrededor de los aros, y deben pasar por los aros*). Una vez que lo consigamos preguntaremos al domador (*allí estará el dibujo del domador y nos dirá que no ha visto a papelillo*).

Después tenemos que pasar de un extremo a otro de la cuerda floja, a mi me da un poco de miedo hacerlo sin mi amigo papelillo, pero bueno con vosotros creo que no voy a tener miedo. (*Cuando llegamos al final de la cuerda buscamos a papelillo y nos damos cuenta de que tampoco está allí*).

En tercer lugar, vamos a preguntar a mis amigos los trapevistas para ver si han visto a papelillo, pero como los trapevistas están muy altos no nos van a oír así que tenemos que subirnos al trapecio (*nos subimos a un banco sueco y saltamos al final a una colchoneta*) Cuando llegamos al final el trapevista puede oírnos, pero nos dice que no ha visto a papelillo desde hace unos días.

Luego nos vamos a ver al mago con el que vamos a intentar hacer magia con nuestros gorros mágicos (*el mago nos manda ponernos el gorro en distintas partes del cuerpo*) decimos las palabras mágicas que nos enseña el mago y miramos dentro de nuestros gorros para comprobar que papelillo tampoco está allí.

Por último, vamos a ver al encantador de serpientes que nos desvela el misterio confesándonos que ha sido el gorila Maguila, que debemos seguir las huellas que ha dejado Maguila en el suelo, pero tenemos que ir sin hacer nada de ruido, al final vemos al gorila (*Gorila gigante de peluche*) jugando con papelillo.

Después de discutir (*solo Malequi*) con el animal llega a un acuerdo nos devuelve a papelillo a cambio de darle muchos plátanos (*habrá un árbol a modo de mural con plátanos en él puestos con velcro, cada niño deberá coger uno y dárselo al gorila*).

Como hemos conseguido nuestro objetivo hacemos una gran fiesta con música de circo y el Malequi les da un caramelo a cada niño@.

Octava sesión “Toda historia tiene un final feliz”

Objetivos:

- 18 Desarrollar la empatía con los compañeros.
- 19 Reconocer elementos negativos que ocurren en el patio o en la vida real
- 20 Desarrollar actitudes que ayuden al alumno y alumna a socializarse con los demás en pequeños grupos.

Desarrollo:

La sesión consistirá en que el profesor dará una breve introducción tal que: “Había una vez un niño que no encajó muy bien en su clase, era...” y tendrán que seguir ellos la historia inventándose un breve acto con una introducción, nudo y desenlace. Como bien dice el título de la historia todo desenlace que no encaje con nuestros objetivos se corregirá al instante.

Novena Sesión “El gran debate”**Objetivos:**

- 21 Analizar los conocimientos y conceptos que han adquirido mediante las sesiones
- 22 Implementar la comunicación y empatía en el aula.
- 23 Adoptar una serie de actitudes al vivir situaciones de violencia.

Desarrollo:

Empezaremos repasando algunos conceptos sobre la violencia escolar con una lluvia de ideas para favorecer la participación de toda la clase, poco después pondremos este video para escuchar reflexiones y respuestas de algunas preguntas que haremos:

https://www.youtube.com/watch?v=38y_1EWIE9I&ab_channel=EduardoVerastegui