



**UNIVERSIDAD DE JAÉN**  
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

## Trabajo Fin de Grado

# **El Bullying: prevención e intervención a través de la Educación Física**

**Alumno/a:** Germán Cerón del Collado

**Tutor/a:** Mónica Hernández López

**Dpto.:** Psicología evolutiva y de la educación

**Diciembre, 2016**

## Índice

<b>1. RESUMEN.....</b>	<b>3</b>
<b>2. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>4</b>
<b>3. OBJETIVOS.....</b>	<b>5</b>
<b>4. JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>5</b>
<b>5. EVOLUCIÓN DEL FENÓMENO BULLYING.....</b>	<b>7</b>
<b>6. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....</b>	<b>7</b>
6.1 Definición de bullying.....	7
6.2 Personas implicadas en el bullying.....	8
6.3 Consecuencias sufridas por los implicados en el bullying.....	10
6.4 Programas de prevención e intervención sobre el maltrato escolar.....	11
6.5 Importancia de los valores.....	12
6.6 Educación Física y bullying.....	13
<b>7. PROPUESTAS DE PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN DEL BULLYING     EN EL AULA DE EDUCACIÓN FÍSICA.....</b>	<b>14</b>
7.1 Destinatarios.....	14
7.2 Contenidos.....	15
7.3 Competencias.....	16
7.4 Contexto de aplicación.....	17
7.5 Metodología.....	18
7.6 Recursos.....	18
7.7 Temporalización.....	19
7.8 Propuesta de intervención.....	21
7.9 Resultados del aprendizaje y criterios de evaluación.....	31
<b>8. CONCLUSIÓN.....</b>	<b>32</b>
<b>9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>33</b>
<b>10 ANEXOS.....</b>	<b>36</b>

## **RESUMEN**

El objeto del presente Trabajo de Fin de Grado es adentrarnos en el estudio de un gran problema social, que afecta, no solo a las personas que directamente participan en él (agresor y víctima), sino a todos los ámbitos de la sociedad (profesorado, resto de compañeros, familia...) y que, desgraciadamente, cada día está más presente en nuestros centros escolares: la violencia escolar también conocida como bullying. Para ello presentaremos un marco teórico, en el que definiremos qué es el bullying, las personas implicadas, así como las consecuencias que se derivan del mismo. A continuación se presenta una propuesta para la prevención e intervención del bullying que se llevará a cabo a través de la asignatura de Educación Física, y por medio de diferentes actividades de expresión corporal, actividades alternativas y deportes cooperativos. El programa se desarrollaría en el primer trimestre del curso, y los destinatarios serán los niños y niñas de 5º y 6º de Educación Primaria.

### **PALABRAS CLAVES:**

Violencia escolar, bullying, valores, Educación Física, resolución de conflictos, igualdad, respetar, empatía y cooperación

### **ABSTRACT:**

The purpose of this End-of-Grade Work is to study a great social problem, which affects not only the people who directly participate in it (aggressor and victim), but also all sectors of society (teachers, Rest of peers, family ...) and that, unfortunately, every day is more present in our schools: school violence also known as bullying. To do this we will present a theoretical framework, in which we will define what is the bullying, the people involved, as well as the consequences that derive from it. The following is a proposal for the prevention and intervention of bullying that will be carried out through the subject of Physical Education, and through different activities of corporal expression, alternative activities and cooperative sports. The program will be developed in the first quarter of the course, and the target audience will be the children of 5th and 6th grade Primary Education.

## **KEY WORDS:**

School violence, bullying, values, Physical Education, conflict resolution, equality, respect, empathy and cooperation

## **2.INTRODUCCIÓN**

En la actualidad el término bullying ha ido cogiendo mayor protagonismo en nuestra sociedad, las tasas de violencia han aumentado en los últimas décadas y cada vez salen a la luz nuevos casos con los que podemos comprobar que este problema es una realidad. Los centros educativos parecen seguros para los discentes pero no siempre podemos estar tan seguros. Uno de los temas que ha cobrado mayor protagonismo en los centros ha sido este. La comunidad educativa debe afrontar este problema de manera rápida y apoyándose en la legislación vigente para obtener unos resultados eficaces. La educación Primaria debe ser la base de sustento para poder prevenir, detectar y abordar este tipo de violencia. Debe de hacerse de una manera cooperativa, desde el respeto, la tolerancia y educación en valores, siendo estos unas piezas clave para evitar este problema y siendo fácilmente abordables a través de la Educación Física.

Si realizamos una revisión bibliográfica se observa que este fenómeno ha tenido lugar en muchos países incluido el nuestro. Algunos países han lanzado desde las administraciones campañas cuyo fin es concienciar a la sociedad. En España, en la actualidad, los programas de actuación frente al bullying se han ido desarrollado, incluso se han efectuado protocolos de actuación y el hecho de que hoy este fenómeno sea más visible también se debe a una mayor preocupación por la sociedad y una menor tolerancia.

El hecho de que la violencia escolar haya sufrido un importante crecimiento revela la importancia de analizar tal situación (Arcila Rodríguez y Ramírez López, 2013). Por ello he decidido indagar sobre el bullying en este Trabajo Fin de Grado y plantear una Propuesta de Intervención para la Prevención de la Violencia Escolar, desde una perspectiva curricular del área de Educación Física. El trabajo consta de dos partes: una parte que está formada por la fundamentación teórica y una segunda parte en la que está plasmada la Propuesta de Prevención e Intervención.

### 3. OBJETIVOS

En este apartado se muestra la relación de objetivos que pretendemos alcanzar con este Trabajo de Fin de Grado. Son los siguientes:

El objetivo general.

- Desarrollar una propuesta de programa preventivo para educar en valores en el área de la Educación Física para niños y niñas de 5º y 6º curso de Educación Primaria.

Objetivos específicos.

- Analizar el problema del bullying y tomar conciencia de sus repercusiones negativas dentro en los centros escolares.
- Conocer a los diferentes sujetos que intervienen en el mismo, así como las consecuencias sufridas por los mismos, programas de intervención y prevención y la educación en valores.
- Tomar conciencia de la importancia del área de la Educación Física para prevenir supuestos de bullying.
- Desarrollar un marco pedagógico en el que se incluya una propuesta de intervención.

Tras ver cuáles son los objetivos que se pretenden alcanzar con la realización de este Trabajo de Fin de Grado, se continuará con la justificación del mismo y antecedentes.

### 4. JUSTIFICACIÓN

En primer lugar comenzaremos con la cuestión ¿Qué es el fenómeno llamado bullying? ¿Por qué es necesario el estudio de este?

El termino bullying tiene difícil traducción a nuestro idioma, ya que engloba tanto procesos de intimidación como de victimización entre iguales (Ortega Ruiz, 1997).

El bullying es un proceso complejo que va más allá de una simple discusión o de malas reacciones entre compañeros. Se diferencia de estos tanto por su naturaleza, su intensidad, sus formas y su duración, así como por las personas que intervienen, sus consecuencias y entorno en el que se producen. Una definición útil es la que utilizan Garaigordobil y Oñederra (2010) que definen el fenómeno como “una forma específica de violencia escolar entre iguales continuada, en el que uno o varios agresores con mayor poder e intención de causar dolor tienen sometido con violencia a un compañero del colegio que es más débil; engloba todo tipo de actos violentos

(verbales o usando las nuevas tecnologías, físicos corporales, contra los objetos, sociales y psicológicos) e incluye conceptos como acoso, intimidación, maltrato y agresión" (p.13).

Como hemos dicho anteriormente el bullying es un tema que está presente actualmente en nuestros centros educativos. De ahí que las administraciones hayan contemplado e intervenido en este tema a través de leyes de educación.

En la Orden 20 de junio de 2011 por la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes, nos habla en su artículo uno, del objetivo principal que es el siguiente: la promoción de la convivencia en los centros docentes, a través de la elaboración, desarrollo y evaluación de sus planes de convivencia, de la mediación en la resolución de conflictos y del establecimiento de protocolos de actuación e intervención ante situaciones de acoso escolar, maltrato infantil, etc.

Teniendo en cuenta este objetivo principal la administración ha diseñado un plan de convivencia en el cual se fomentan en los centros educativos los valores, las actitudes y las prácticas que permitan mejorar el grado de aceptación y cumplimiento de las normas y avanzar en el respeto a la diversidad, facilitar la prevención, detección y eliminación de todas las manifestaciones de violencia, especialmente del acoso escolar, facilitar la mediación para la resolución pacífica de los conflictos y contribuir desde el ámbito de la convivencia a la adquisición de las competencias básicas, particularmente de las competencias social y cívica y sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

Todas las áreas contribuyen a la adquisición de la competencia social y cívica y en especial el área de Educación Física que, por sus características, provoca que se observe con mayor rapidez la existencia de algún tipo de violencia escolar entre el alumnado. Por ello creemos que una buena manera de abordar este problema del "bullying", sería trabajándolo de una manera transversal en este área, ya que esta presenta un objetivo de área, en el cual el alumnado ha de alcanzar y 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.

Por tanto, al observar el gran interés y preocupación que están mostrando las administraciones y la sociedad en general, creemos necesario abordar este tema teniendo en cuenta la legislación vigente de la educación y siendo una opción interesante trabajarlo desde el área de Educación Física.

## 5. EVOLUCIÓN DEL FENÓMENO BULLYING

En un primer lugar el término utilizado fue “mobbing”, vocablo usado en las primeras investigaciones, llevadas a cabo en la década de los setenta en el norte de Europa (Heinemann 1972; Olweus 1973). Con él se hacía referencia al ataque realizado por un grupo de animales contra otro de diferente especie. Se trataba de un ataque colectivo, contra un enemigo natural del grupo (Lorenz, 1963). Al referirse a actuaciones grupales, dicha terminología no era válida para referirse a agresiones individuales, dentro de las que se encontraban las escolares. Comienzan los anglosajones, a emplear otros términos como bully y bullying. En ambos, uno se aprovecha de otro que se encuentra en inferioridad de condiciones. En castellano, bully podría traducirse como “intimidador”, si bien son más usados los términos “abusón”, “matón” o “chulo” (Defensor del Pueblo, 1999).

Una vez explicado la evolución del término es importante hablar sobre la evolución de este problema, el cual, no es un problema reciente, muy al contrario se trata de un problema mundial que ha existido siempre. Se ha dado tanto en primaria como en secundaria; en escuelas públicas o privadas; laicas o religiosas y que puede aparecer en cualquier asignatura escolar (Guimaraes Botelho y Prat Grau, 2008).

Se han hecho muchos estudios anteriormente pero el primer estudio que se hizo con mayor profundidad en España fue el realizado por Oñate y Piñuel (2006), en el Informe Cisneros X. Señalan que el bullying presenta unos resultados alarmantes. La prueba se aplicó en 14 comunidades autónomas. Se evaluaron alumnos desde 2º de Educación Primaria hasta 1º de bachillerato. De 25.000 escolares encuestados, el 23,3% afirmaba haber padecido en algún momento acoso escolar. Hasta la aparición de dicho informe en España, el cálculo del porcentaje total de víctimas oscilaba entre el 5 y el 15% del alumnado.

Este informe tuvo una doble repercusión: la primera que consiguió aflorar el problema con su consiguiente movilización social y la segunda que provocó una reacción negativa: la alarma social y la incertidumbre entre las familias (Castillo 2006; Maili y Terry, 2010, citado por Gairín Sallán, Armengol Asparó y Silva García, 2013).

En la actualidad el acoso escolar afecta a discentes de todas las edades llegando algunos a suicidarse como es el caso de Diego González, que era un niño de 11 años que se precipitó desde un quinto piso, acabando así con su vida a causa del acoso que sufría de algunos compañeros de clase. En el año 2015 las llamadas por casos de acoso se vieron aumentadas un 75% con respecto al año anterior (El Confidencial, 2016).

## 6. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### 6.1 Definición de bullying

Es un comportamiento agresivo que implica tres aspectos: desequilibrio de poder, que se ejerce en forma intimidatoria al más débil, por lo tanto, escogido y no al azar, con la intención premeditada de causar daño, y que es repetido en el tiempo. El tipo de bullying puede ser directo, ya sea físico o verbal, o de gestos no verbales. Puede ser indirecto o relacional (daño a una relación social), mediante la exclusión social, el esparcir rumores, o hacer que sea otro el que intimide a la víctima. Últimamente se ha agregado el cyberbullying, que se refiere al acoso que se realiza bajo anonimato por internet, usando blogs, correo electrónico, chat y teléfonos celulares, enviando mensajes intimidatorios o insultantes (Alberto Trautmann, 2008).

### 6.2 Personas implicadas en el bullying

A continuación pasaremos a hablar de las personas que intervienen en el bullying. Para ello seguiremos a diferentes autores:



Figura 1. Gráfico de las personas implicadas en el bullying.

### *-Víctimas*

Serrano (2006) las describe como personas con apariencia pasiva y dócil, inseguras, pacíficas, reservadas, con carácter retraído y autoestima baja. Suelen tener pensamientos tristes. La relación con sus iguales suele ser escasa, siendo mayor con personas de más edad. Suelen ser físicamente inferiores a su agresor.

Podemos diferenciar dos tipos de víctimas:

- *Víctima sumisa.* Son niños/as de carácter débil, que soportan calladamente las agresiones y ataques de su agresor. Son personas vulnerables.
- *Víctima provocativa.* Son menos habituales que las anteriores. Son personas agresivas, con actitudes violentas, que provocan un ambiente negativo.

Por otra parte nos encontramos con los:

### *-Acosadores*

Hablamos de personas que sienten la necesidad de controlar y reprimir a compañeros de su centro escolar. Su actitud es agresiva y fuerte. Son individuos carentes de sensibilidad, que no son capaces de ponerse en el lugar de sus víctimas. Muchos llegan a ser consumidores de drogas y caen en el mundo de la delincuencia. Se consideran perfectos y presentan una apariencia de superioridad al atacar y ridiculizar a sus compañeros de clase. Su expediente académico, por lo común, suele ser bajo. Se relaciona con personas carentes de empatía (Serrano, 2006). Los acosadores aprovechan el silencio de los espectadores y así se encuentran seguros (Castillo 2006; Maili y Terry, 2010, citado por Gairín et al. 2013). Por su parte Rojas (2005, citado por Gairín et al. 2013), señala que los maltratadores suelen ser personajes inseguros y provocadores que no han madurado la capacidad de sentir compasión ante el sufrimiento ajeno.

Y por último encontramos a otros individuos no menos importantes que son:

### *-Observadores*

Son los que ven lo que ocurre. Podemos diferenciar cuatro tipos:

- *Observadores activos:* apoyan y ayudan al agresor a cometer su plan.
- *Observadores pasivos:* se dedican a fortalecer lo que está haciendo el agresor por medios de sonrisas, gestos, etc, lo que incita a este a que continúe haciéndolo.

- *Observadores prosociales*: hablamos en este caso de los ayudantes de la víctima, evitan que sufra el daño, protegiéndola.
- *Observadores puros*: no se interponen entre el agresor y su víctima, únicamente observan lo que está ocurriendo.

### 6.3 Consecuencias sufridas por los implicados en el bullying

Estos agentes que intervienen en el bullying sufren una serie de consecuencias analizadas a continuación:

#### -Víctima

En opinión de Avilés Martínez (2001) "*las víctimas son quienes sufren las consecuencias más nefastas, pueden desembocar en fracaso y dificultades escolares, niveles altos y continuos de ansiedad, insatisfacción y fobia escolar*"(p.20). Para Olweus (1998) hablaríamos de descenso de autoestima, cuadros depresivos, falta de integración escolar, autoimagen negativa tanto en su competencia académica, conductual como en su apariencia física, aislamiento, reacciones agresivas e intento de suicidio. Cuando la victimización se prolonga, puede aparecer la neurosis, histeria y depresión, con lo que su personalidad social se puede ver fuertemente dañada.

#### -Agresor

También sufre consecuencias negativas que le pueden situar en la antesala de la delincuencia. El agresor consigue un refuerzo sobre el acto agresivo y violento, lo ve como algo bueno y deseable, como método que le permite tener un status y un reconocimiento social con respecto a sus compañeros (Avilés, 2001). Los agresores, según este autor generalizarán sus actuaciones a otros grupos y serán también molestos, pudiendo extender su actitud al ámbito doméstico.

#### -Observadores

Al igual que los anteriores, también sufren consecuencias, ya que estos hechos les supone un aprendizaje sobre cómo reaccionar ante situaciones injustas así como un refuerzo para comportamientos individualistas y egoistas. Se produce una desensibilización ante el sufrimiento de los demás a medida que son testigos de situaciones repetidas en las que no son capaces de intervenir y evitarlas. A pesar de que reducen su ansiedad a ser atacados, en ocasiones pueden sentirse indefensos, situándose en una posición parecida a la víctima.

## 6. 4 Programas de intervención y prevención sobre el maltrato escolar

Medina Rivilla y Cacheiro (2010), aluden a la necesidad de generar entre el profesorado y el alumnado relaciones positivas dentro de la comunidad educativa.

Esa necesidad de generar un ambiente positivo, como dicen los autores anteriores, ha llevado a que se desarrollen una serie de programas de intervención y prevención del bullying. Cabe destacar, a continuación, y sin pararnos a explicar profundamente estos programas porque no es la finalidad de este Trabajo, algunos programas que se han realizado a lo largo de la historia tanto en países pioneros en este tema como en España y en particular en Andalucía.

Comenzamos mencionando los países pioneros que fueron Finlandia, Suecia, Países Bajos o Reino Unido que desarrollaron un Proyecto de Colaboración, denominado “Escuela Segura y Comprensiva”, dicho proyecto nació a petición del Departamento de Educación de Helsinki, en el año 1998. Entre los objetivos del programa destacan: la elaboración de una definición de intimidación en el ámbito escolar, cuantificar los casos en los diferentes países, establecer medidas de prevención y eliminar la intimidación.

Después se han seguido realizando programas en muchos países llegando hasta la actualidad en la que hay un método que está dando grandes resultados. Es el "Método Kiva" que es un proyecto que tiene por objeto prevenir y controlar el acoso escolar., Se puso a prueba en 2007 y 2008 y se incorporó oficialmente por el Consejo Nacional Finandés de Educación en 2009. Dirigido por los profesores Cristina Salmivalli y Elisa Poskiparta, el programa está dirigido al personal de toda la escuela, las familias, los estudiantes y las comunidades locales, como un instrumento educativo que ensalza el respeto y la dignidad (Viscardi, 2011).

Centrándonos en nuestro país, se han elaborado muchos programas de intervención y prevención del bullying. Nos podríamos quedar con un programa que ha resultado muy eficaz en los colegios en los que se ha implantado. En este se observa que los espectadores deben ser un apoyo para las víctimas y deben ser unos de los agentes que ayuden a erradicar el problema. Sin embargo, en la mayoría de los casos los espectadores muestran actitudes pasivas ante la agresión o incluso llegan a considerarla divertida. Por ello se elabora este programa, que trabaja la conducta prosocial a través de su componente principal: la empatía (Leganéz, 2013).

Refiriéndonos a nuestra Comunidad Autónoma, en el año 1997 se puso en marcha el programa educativo de prevención de maltrato entre compañeros/as

“Compañerismo Sí, Maltrato No”, en colaboración con la Universidad de Sevilla. Dicho programa tenía como objetivo educar a los niños y niñas en valores democráticos, de convivencia pacífica y fomentar la tolerancia y la educación para la paz. En él se subrayaba que la escuela no solamente transmite contenidos culturales y científicos sino que también educa en valores. Por tanto la Consejería de Educación y Ciencia de la Junta de Andalucía da prioridad al fenómeno de la violencia escolar desde una perspectiva educativa y preventiva (Ortega y colaboradores, 1997).

En definitiva, todos estos programas tienen en común que pretenden educar al alumnado en un clima de no violencia dentro de un marco democrático en el que se respeten los derechos humanos y se fomente un clima de tolerancia y no discriminación para resolver de manera no violenta los conflictos que puedan surgir.

## 6.5 La importancia de los valores

Comenzamos proponiendo unas definiciones del término "valor" para después adentrarnos en los valores que proyecta el área de Educación Física a través del deporte.

Siguiendo a Prat y Grau (2003) *"los valores son contenidos de aprendizaje referidos a creencias sobre aquello que sería deseable, principios normativos de conducta que provocan determinadas actitudes"* (p.21). Milton Rokeach, (1973), (citado por Santiago Palacios Navarro, 2010) considera que un valor es *" una creencia duradera donde un modo de conducta o un estado último de existencia es personal socialmente preferible a un opuesto modo de conducta o estado final de existencia"* (p. 116).

La propuesta pedagógica que pretendemos llevar a cabo se basa en inculcar valores en los niños y niñas, a través de las clases de Educación Física, ya que en nuestra opinión y en la de diferentes autores, es la asignatura más idónea para acometer esta tarea. García Pérez y Conejero Velázquez (2010) consideran que es en el área de Educación Física donde se configura un escenario idóneo para el desarrollo del alumnado. Esto se debe a la flexibilidad de su contenido y a las características del aula que hacen posible que se establezcan relaciones que van más allá de la mera transmisión de información conceptual.

El deporte presenta un contexto de alto potencial educativo para adquirir valores tanto sociales (respeto, cooperación, amistad) como personales (reconocimiento, diversión, espíritu de sacrificio), y desarrollar actitudes necesarias para nuestra sociedad (Gutiérrez Santamaría, 1992).

## 6. 6 Educación física y bullying

A través de la Educación física, y tal y como hemos expuesto arriba pretendemos prevenir y reducir lo máximo posible las situaciones de bullying, aunque lo ideal sería eliminar por completo tales conductas. Para eso somos conscientes de que como docentes de Educación Primaria en la especialidad de Educación Física debemos utilizar estrategias basadas en la educación en valores, desde edades tempranas, en nuestro caso 11-12 años. Como se ha indicado en el presente trabajo, son algunos los autores que avalan esta decisión, opinión que compartimos. Sabemos por nuestra experiencia que trabajar en valores es algo lento y a largo plazo y que para que tenga resultado sería conveniente continuar en otras etapas educativas, e involucrar al resto del profesorado y a la familia. Como dice el Real Decreto 126/2014, de 28 de Febrero, tanto el profesorado como las familias se deben implicar en el proceso educativo, en este caso, en la educación en valores a través de la Educación Física.

También desde mi experiencia en un centro educativo pude comprobar que en las clases de Educación Física se pueden prevenir muchos conflictos entre el alumnado de una manera rápida y eficaz consiguiendo así un clima apropiado de socialización y compañerismo entre todos los alumnos.

La elección de la Educación Física como contexto para prevenir el bullying se debe a que creemos que es más fácil realizar este tipo de actos en un ambiente más relajado y distendido, utilizando los juegos y no en otras asignaturas como las matemáticas o la lengua, en las que resultaría más complicado, opinión avalada por García Pérez y Conejero Velázquez (2010).

Por tanto, la relación entre la Educación Física y el Bullying es evidente. Hay autores que coinciden en esta afirmación como son González (2002) que considera que *"si el fenómeno del bullying no es atajado a tiempo, las clases de Educación Física pueden propiciar un escenario donde estos conflictos se agraven"* (p.73) y Gómez Figueroa y Salazar (2014) que consideran que la clase de Educación Física es un espacio ideal para observar y moldear el aprendizaje corporal. En ella se pueden detectar situaciones de violencia, con lo que se creará un clima apto para realizar acciones con el fin de prevenir el maltrato escolar.

## **7. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PREVENCIÓN DEL BULLYING EN EL AULA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

En la Etapa de Educación Primaria podemos llevar a cabo diferentes actividades que permitan despertar entre el alumnado valores como la empatía, el respeto, el compañerismo, la comunicación o la solidaridad.

Por ello, se va a plantear una propuesta que nos sirva para la prevención del bullying. Consistirá en una serie de actividades llevadas a cabo en el aula de Educación Física, encaminadas a la consecución o logro de una serie de objetivos:

- Prevenir o reducir los comportamientos agresivo que puedan darse entre iguales en el ámbito escolar.
- Despertar en el alumnado valores como la empatía, el respeto, el compañerismo, la comunicación o la solidaridad.
- Concienciar al alumnado del fenómeno llamado bullying y la necesidad de denunciar algún posible caso.

También nos encontramos con unos objetivos que aunque no están relacionados directamente con nuestra propuesta, hay que nombrarlos porque se encuentran intrínsecos en el área de Educación Física y de alguna manera contribuyen al fin de la propuesta. Estos son algunos de ellos:

- Conocer más a fondo normas, reglamentos y como se debe practicar numerosos deportes.
- Conocer los efectos beneficiosos de la cooperación y la expresión corporal.
- Saber utilizar la expresión corporal como medio de expresión no verbal.

Desde la escuela debemos transmitir de una manera efectiva y clara que la violencia es una conducta antisocial que no debe darse en ninguna situación. Las actividades que se desarrollarán posteriormente han sido pensadas para niños de 5º y 6º de Primaria.

### **7.1 Destinatarios**

Nuestra propuesta de prevención e intervención va dirigida a todos los niños y niñas de 5º y 6º curso de Primaria, ya que para que no se den casos de bullying en el aula, todos ellos deben aprender y desarrollar una serie de conductas recogidas en los objetivos de esta propuesta.

Por lo general y salvo que hayan repetido curso, el alumnado contará con 11 y 12 años. El tramo de edad ha sido elegido en base a que estos alumnos y alumnas en el siguiente curso comenzarán una nueva etapa escolar, Secundaria, y por lo tanto son más susceptibles de sufrir situaciones de bullying, al ser los más pequeños del ciclo. Tras una revisión bibliográfica se ha podido constatar que son numerosos los autores que consideran que es en estas edades, el comienzo de la adolescencia, el momento en el que se producen más situaciones de acoso escolar. Según expertos como, Aguado (2004), la violencia escolar se da con más frecuencia en la adolescencia temprana, en niños de 13 a 15 años. Estos se encuentran en un momento en el que sienten una mayor dependencia hacia sus compañeros de clase. Por su parte la Organización Mundial de la Salud (OMS), considera que la fase temprana, entre los 12 y 14 años es la más crítica para estos supuestos. Otros estudios, como el llevado a cabo en la Comunidad Valenciana por, Mateo, Soriano Ferrer y Martínez Ruiz (2008), ponen de manifiesto que la mayor conflictividad se da entre los 12 y 14 años. Collel y Escudé (2002) consideran que la edad crítica se sitúa entre los 11 y 14 años. Apoyándonos en estos autores, consideramos que es la edad apropiada para inculcar en el alumnado los valores necesarios para prevenir futuros casos de bullying. A partir de los 15 años parece que los casos van disminuyendo (Oñederra et al. 2005).

## **7. 2 Contenidos**

Los contenidos que se dispondrán a continuación serán los relacionados con el tercer 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 los bloques tres y cuatro que son los que tienen relación con lo que queremos trabajar. Dentro de estos bloques escogeremos los contenidos que más se adecuen a nuestra propuesta. Estos son:

Bloque 3, “La Expresión corporal: expresión y creación artística:

- Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.

- 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.
- Disfrute y experimentación del lenguaje corporal a través de improvisaciones artísticas y con la ayuda de objetos y materiales.
- Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.
- Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
- Control emocional de las representaciones ante los demás.

#### Bloque 4, “El juego y el deporte escolar”:

- Adaptación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.
- Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación y la oposición.
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
- Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.

### 7.3 Competencias clave

En esta propuesta de intervención se van a plantear una serie de sesiones con sus respectivas actividades con las que el alumnado desarrolle y adquiera una serie de conceptos (saber teórico), habilidades y destrezas (saber práctico) y actitudes (saber ser), es decir, adquirirán una serie de competencias clave, unas relacionadas con nuestra propuesta y otras relacionadas con la Educación Física.

A continuación aparecen las competencias clave que los alumnos y alumnas desarrollarán, estando en primer lugar y como principal la competencia:

- Competencias sociales y cívicas: esta competencia será la que los alumnos y alumnas desarrollarán de una manera más específica ya que esta intervención está orientada a la adquisición de capacidades que ayuden a relacionarse entre ellos, que participen de manera activa y democrática en la sociedad.
- Comunicación lingüística: esta competencia los alumnos y alumnas la van a desarrollar, ya que en estas sesiones necesitarán de una buena habilidad para utilizar la lengua y expresar sus ideas interaccionando unos con otros.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: esta competencia será aplicada por los alumnos y alumnas y por tanto la desarrollarán ya que deberán usar el razonamiento matemático para comparar los resultados.
- Aprender a aprender: esta competencia será desarrollada por nuestro alumnado ya que tendrán un inicio al aprendizaje en los temas que vamos a tratar, organizarán sus tareas y tiempo, y trabajarán individualmente y en grupos.
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: Esta competencia los alumnos y alumnas la van a aplicar y desarrollar para convertir las ideas que tengan en actos, como por ejemplo pensar una idea sobre un cuento para luego representarlo.

#### **7.4 Contexto de aplicación**

La presente Propuesta se llevará a cabo en un colegio público de primaria. Los alumnos y alumnas que participarán serán todos los que estén cursando el último ciclo de Educación Primaria (5º y 6º curso). El número de alumnos y alumnas será de entre 20 y 25 alumnos y se intentará buscar la equidad de género, raza y de Necesidades Educativas Especiales en cada aula.

Las sesiones se desarrollarán indistintamente en el aula, en el gimnasio y en el patio, teniendo en cuenta la climatología, la disponibilidad de los diferentes lugares y las actividades que se lleven a cabo cada día.

Estas instalaciones presentan una organización y unas estructuras apropiadas para la práctica de esta asignatura. Las aulas tienen todo lo necesario (dimensiones, mobiliario, etc.) para dar clase de Educación Física. El gimnasio también está en condiciones para realizar cualquier tipo de sesión ya que las dimensiones de las instalaciones y, el

mobiliario son apropiadas para la práctica. Por último, el patio ha sido reformado recientemente adaptando las dimensiones de las pistas deportivas a la nueva normativa.

## **7.5 Metodología**

El aula de Educación Física, se convertirá durante las sesiones en un lugar en el que, por medio de diferentes actividades y juegos se llevarán a cabo actuaciones de prevención e intervención del bullying, empleándose una metodología de práctica-reflexiva, en la cual el alumnado tendrá una participación activa desarrollando así la autonomía y el pensamiento crítico.

Por otra lado, el docente se convertirá en el mediador entre el conocimiento y el alumnado, dentro del contexto enseñanza-aprendizaje. El alumnado en todo momento será el protagonista y establecerá relaciones entre lo que conoce y los conceptos nuevos que va asimilando, reflexionando acerca de lo que sabe sobre el bullying, las consecuencias que se derivan del mismo y cómo debe actuar ante dichos supuestos.

Los niños y niñas trabajarán al mismo tiempo diferentes áreas como el conocimiento de sí mismos, el del entorno, el lenguaje verbal y no verbal así como la autonomía personal. Desarrollarán a lo largo de las diferentes sesiones una propia identidad e irán asimilando diferentes valores, que podrán extrapolar a su vida diaria fuera del aula.

Se fomentará por tanto, la cooperación entre los alumnos y alumnas y se trabajarán sus sentimientos y emociones, fomentando en todo momento la empatía y la asertividad, además de muchos otros valores, de manera que adquirirán la competencia social y ciudadana y en un futuro estarán preparados para luchar contra todo tipo de violencia escolar.

## **7.6 Recursos**

### ➤ Recursos materiales

- Ordenador
- Proyector
- Pantalla
- Películas

- Cuerdas
  - Pelotas
  - Banco sueco
  - Picas
- Recursos humanos
- Profesor del área de Educación Física
  - Orientador

## **7.7 Temporalización**

La propuesta de intervención se llevará a cabo durante el primer trimestre del curso 2016-2017, una hora a la semana. Según la ley la asignatura de Educación Física se impartirá dos veces a la semana. Una de estas sesiones semanales se dedicará a la prevención del bullying mediante una educación en valores. El llevar a cabo dichas sesiones no supondrá dejar de lado los contenidos que deben tratarse en la asignatura de Educación Física, ya que al mismo tiempo que trabajaremos la prevención que es un tema de gran importancia en la actualidad, el alumnado desarrollará actividades motrices propias de la asignatura.

El primer día se realizará la evaluación inicial. Los alumnos y alumnas rellenarán un cuestionario en el que podremos valorar si hay indicios de que en el aula haya algún caso de bullying (ver Anexo I). A continuación, se desarrollarán las sesiones programadas para tratar de paliar los presuntos casos de bullying que haya en el aula y prevenir futuros casos que puedan aparecer. Por último, se les pasará a los alumnos y alumnas el cuestionario inicial para comprobar en el caso de que hubiera habido algún caso de bullying, que se haya erradicado y otro cuestionario para evaluar que el alumnado se ha concienciado sobre el tema.( ver anexo II).

La finalidad de la evaluación es que el profesorado el primer día pueda conocer a los alumnos y alumnas y así poder saber cómo trabajar con ellos/as a lo largo de toda la intervención y comprobar al término de la propuesta pedagógica si los objetivos marcados se han logrado o no.

			DIAS
MES	SE TRABAJARÁ	ACTIVIDADES	MARTES
SEPTIEMBRE	CUESTIONARIO INICIAL	Evaluación inicial	20
	INTRODUCCIÓN EN EL TEMA	Primera sesión: "Violencia escolar"	27
OCTUBRE	JUEGOS DE EXPRESIÓN CORPORAL Y DESINHIBICIÓN	Segunda sesión: "Deja que me conozcan"	4
		Tercera sesión: "Sigue mi ritmo"	11
		Cuarta sesión: "Escucho mi cuerpo"	18
		Quinta sesión: "Los habitantes enfadados"	25
		Sexta sesión: "El pescador hambriento"	31
NOVIEMBRE	CUENTOS COOPERATIVOS	Séptima sesión: "Llegó la hora"	8
		Octava sesión: "Se nos acaban las historias"	15
		Novena sesión: "Acoso y derribo"	22
DICIEMBRE	JUEGOS COOPERATIVOS Y DEPORTES	Décima sesión: "Fair play balonmano"	29
		Undécima sesión: "Fair play fútbol"	13
	CUESTIONARIOS FINALES	Evaluación final:	20

Figura 2. Cronograma de la propuesta pedagógica.

## 7.8 Propuesta de intervención

A continuación desarrollaremos las diferentes sesiones que se han diseñado, cada una con sus actividades correspondientes en las cuales destacaremos dos puntos claves, los objetivos que se pretenden alcanzar y una explicación clara que como se desarrollarán:

### ➤ *"Evaluación inicial"*

- Objetivo:
  - Tener una primera idea de la situación de la clase para saber cómo trabajar a lo largo de la intervención.
- Desarrollo:

Los alumnos deberán rellenar unas cuestiones pertenecientes a un cuestionario ( ver anexo I).

### ➤ *Primera sesión: " violencia escolar"*

- Objetivos:
  - El alumnado debe adquirir unos fundamentos básicos sobre la violencia escolar en todos sus sentidos.
- Desarrollo:

Esta sesión se centrará en que el alumnado conciba las nociones básicas sobre el tema de la violencia escolar.

Para ello se les entregarán unos textos para que los lean en clase y después entre todos realizaremos una reflexión sobre lo que han entendido sobre la violencia escolar y cómo se puede erradicar.

Para terminar se pondrán unos videos en los que aparecerán situaciones cotidianas de violencia en el aula y en el patio, así podrán hacerse una idea de lo que ocurre en los centros educativos.

### ➤ *Segunda sesión:" Deja que me conozcan"*

- Objetivos:

- Analizar durante la sesión las diferentes aspectos que estén relacionados con la socialización, el nivel de desinhibición del alumnado y el compañerismo entre ellos para hacernos una idea de cómo es el ambiente en el aula.

- Conseguir que el alumnado se conozca entre sí.

- Potenciar el trabajo en pequeños grupos.

- Desarrollo:

Esta sesión constará de varias actividades orientadas a la consecución de los objetivos que queremos alcanzar. Estas son:

1. Los alumnos y alumnas harán un gran corro y cada uno se presentará ante los demás, comentando los aspectos más relevantes para que los compañeros lo conozcan un poco más.
2. En grupos de ocho los alumnos hacen un corro y se presentan pasándose la pelota y diciendo su nombre, número de hermanos, de donde son, etcétera.
3. El perro y el gato: el juego comienza cuando los alumnos o alumnas que son perros tratan de pillar a sus compañeros que son gatos y levantarlos durante tres segundos en el aire, con lo que esos gatos quedan eliminados. Cuando todos los gatos queden capturados se cambian los roles y los perros pasan a ser gatos y viceversa. Gana el equipo que tarde menos en capturar a los gatos.
4. En medianos grupos, una parte del grupo se queda dentro del aula y la otra parte se sale, los que se salen tienen la finalidad de hacer reír a los que se quedan dentro del aula. Posteriormente, se cambian los roles.
5. Todos los alumnos y alumnas van moviéndose y al parar la música deben estar dentro de un aro. El/la que no se encuentre dentro deberá de realizar un movimiento con el que deberá moverse el resto de la clase.
6. Para finalizar la sesión, cada grupo de trabajo deberá realizar una instantánea-resumen sobre la clase.

➤ ***Tercera sesión: "Sigue mi ritmo"***

- **Objetivos:**

- Los alumnos y alumnas deben adaptarse a su entorno.
- Los alumnos y alumnas deben familiarizarse con el pulso de la música.
- Alcanzar un nivel de desinhibición óptimo para poder desarrollar actitudes positivas con los compañeros.
- Lograr que los alumnos y alumnas conozcan aspectos relevantes de sus compañeros.

- **Desarrollo:**

A continuación expondremos las actividades de esta sesión, todas ellas orientadas a que los alumnos logren los objetivos planteados. Estas son:

1. Los alumnos y alumnas se moverán al ritmo de la música por toda la sala libremente, y al encontrarse a alguien de frente le saludará formalmente, después de forma menos formal. A continuación se pondrán por parejas y al igual que antes cuando se encuentren con otra pareja le saludarán formalmente y cuando pasen unos minutos los saludos entre las parejas cada vez serán menos formales.
2. Seguir el ritmo según semejanzas: Los alumnos y alumnas deberán buscar un compañero que tenga alguna semejanza con él (zapatillas, camisetas...) para después seguirle el ritmo haciendo lo que su compañero haga.
3. Bailar por parejas haciendo lo que la pareja hace para después cambiar los roles.
4. Bailar libremente. Cuando para la música el profesor dice un consigna y los alumnos deben de hacerla, por ejemplo bailar a la pata coja.
5. Los alumnos y alumnas tienen que hacer un círculo grande para después repetir las consignas que lance el profesor, todo ello bailando.

6. Hacer una representación entre toda la clase en la que los alumnos y alumnas se tienen que seguir el ritmo.

➤ ***Cuarta sesión: "Escucho mi cuerpo"***

- **Objetivos:**
  - Conocer de manera directa el propio cuerpo y el cuerpo de los demás.
  - Participar correctamente en grupos de trabajo.
  - Conocer a los compañeros de la clase.
  - Relacionarse de una manera más cercana con los compañeros.
- **Desarrollo:**

A continuación se plantean unas actividades para que el alumnado alcance los objetivos marcados. Estas son:

  1. Director de orquesta: los alumnos y alumnas forman un corro de ocho personas, uno de ellos se sale fuera 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 en fila india, uno detrás del otro y el primero va haciendo movimientos con el cuerpo que el resto deben de imitar.
  3. Todos los discentes 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 suyas 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. Cuatro personas tumbadas boca abajo formando un cuadrado. Se situará una pelota de pin pon en el centro y soplando los cuatro a la vez debes de evitar que introduzcan la pelota entre sus brazos.
7. Se forman parejas, uno de la pareja se tumba boca abajo y el otro va pasando el balón por las distintas partes del cuerpo. Después se cambian los roles.

➤ ***Quinta sesión: "Los habitantes enfadados "***

- **Objetivos:**
  - Adoptar una actitud positiva y reflexionen ante los desencuentros del juego o de la vida.
  - Valorar que viven en sociedad y que entre los compañeros debe existir el compañerismo.
- **Desarrollo:**

A continuación se plantea una actividad para que el alumnado alcance los objetivos marcados. La actividad comienza con esta introducción:

"Érase una vez en un pueblo lejano, unos habitantes del pueblo que estaban continuamente enfadados. Ni recordaban por qué se habían peleado. 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 las muecas que se les ocurra a los jugadores visitantes. Cada grupo irá exponiendo su obra sucesivamente.

### Reflexión final:

Al terminar el juego, se formulará unas preguntas para que los alumnos y alumnas reflexionen: ¿Cómo nos hemos sentido cuando éramos el grupo de visitantes?, ¿Y cuando éramos los enfadados?, ¿Cómo nos gustaría vivir, siempre enfadados o felices?, ¿Creéis que merece la pena estar enfadado?, ¿Recordáis que os hayáis enfadado practicando algún juego?

### ➤ **Sexta sesión: " El pescador hambriento "**

- **Objetivos:**
  - Conseguir que los alumnos y alumnas se desinhiban con los demás compañeros a través de una historia representada.
  - Desarrollar actitudes que ayuden al alumnado a socializarse con los demás en pequeños grupos.
  - Ayudar a que conozcan cuáles sentimientos o estado de ánimo pueden condicionar que se produzcan casos de bullying dentro o fuera del colegio.

- **Desarrollo:**

Se abordará una actividad con la que intentaremos que los alumnos y alumnas alcancen los objetivos planteados. La actividad comienza con esta introducción:

"Érase una vez un pescador, que no pescaba nada, el pobre tenía muy mala suerte cuando pescaba. Un día, los habitantes del pueblo del pescador entre todos, buscaron una solución, y era que si permanecían juntos y le echaban una mano, quizás podrían ayudar al hambriento pescador"

Primero, el grupo de la clase representará la primera parte de la historia. Uno de los alumnos o alumnas hará el papel del pescador, y los demás serán los peces del mar. Para poder capturar a los peces, tendrá que formar con sus manos una red para poder pescarlos.

Cuando se haya representado esta parte, pasaremos a representar la parte final del cuento. Los alumnos y alumnas, se dividirán en dos grupos de cinco que deberán ir de la mano formando un círculo. Éstos serán los

pescadores, y el resto, los peces. El juego consistirá en que andando sin soltarse, intentarán capturar al máximo número de peces. Al terminar esa ronda se cambiarán los roles.

Reflexión final:

Al terminar con el juego, el docente reflexionará con el alumnado sobre lo acontecido: ¿Qué ocurrió cuando solo había un pescador?, ¿Qué diferencias existen cuando eran más?, ¿Cómo se ha sentido uno cuando era pescador?, ¿En qué momento se ha conseguido capturar mas peces, cuando colaborábamos más o menos?. Y en el caso contrario, ¿Como nos hemos sentido cuando éramos peces?, ¿Por qué?, ¿Ha habido algún pez que nos haya ayudado a escapar? . Para terminar el docente resaltará que el trabajo en equipo es muy importante y todo alumno debe ayudar a sus compañeros.

➤ **Séptima sesión: "Llegó la hora"**

- **Objetivos:**
  - Los alumnos y alumnas deben conocer, analizar y reflexionar sobre situaciones negativas que se dan en el deporte.
  - Los alumnos y alumnas deben saber qué posición tienen que tomar frente una situación en la que haya violencia
  - Desarrollar el compañerismo y la cooperación entre el alumnado.

- **Desarrollo:**

Con esta actividad pretendemos que el alumnado alcance los objetivos marcados en esta sesión. Consiste en:

Al comienzo de la sesión, se presentarán imágenes de violencia que se pueden dar en el deporte por ejemplo, un jugador de fútbol gritando enfadado al árbitro, dos jugadores enfrentados, etc.

El juego consiste en representar un momento de violencia deportiva en pequeños grupos ante la clase. El resto de compañeros, deberán identificar el problema y cómo podemos cambiar ese problema al final.

### Reflexión final:

Al finalizar el juego, toda la clase reflexionará sobre qué se debe hacer y cómo se puede solucionar una situación violenta en el deporte.

Con este juego pretendemos que los alumnos y alumnas sean capaces de identificar situaciones de violencia, y recuerden que posición hay que tomar frente a estos fenómenos.

## ➤ ***Octava sesión: "Se no acaban las historias"***

- **Objetivos:**
  - Desarrollar la empatía con los compañeros.
  - Reconocer elementos negativos que ocurren en el patio (violencia).
  - Desarrollar actitudes que ayuden al alumno y alumna a socializarse con los demás en pequeños grupos.

- **Desarrollo:**

Con esta actividad que exponemos a continuación los niños y niñas deberán alcanzar los objetivos planteados. Esta actividad consiste:

### El guarda del patio:

La historia parte de un niño/a que es maltratado o discriminado en un patio de recreo por algún compañero suyo. El docente pide a los alumnos y alumnas que están organizados por grupos pequeños que inventen una historia en la cual el niño o niña se sienta integrado con sus compañeros y no sufra ningún tipo de maltrato. El docente ayudará a encontrar unos mejores desenlaces si fuera necesario.

### Reflexión final:

Por último entre toda la clase haremos una reflexión sobre este tema y debatiremos sobre cómo debemos ayudar a un compañero que se encuentra aislado y maltratado y que debemos hacer con los compañeros que discriminan o maltratan a otros.

### ➤ *Novena sesión: "acoso y derribo"*

- *Objetivos:*
  - Desarrollar el autocontrol y dominar las posibles respuestas violentas.
  - Buscar relaciones entre la práctica deportiva de élite y las actitudes positivas.
- *Desarrollo:*

Con esta actividad los alumnos y alumnas deberán afianzar el dominio de los anteriores objetivos. Esta consiste en:

Al comienzo los alumnos y alumnas deberán traer noticias que estén relacionadas con el deporte desde un punto de vista positivo o negativo. Se pegarán en clase y se comentarán.

A continuación se planteará el juego de los diez bienes.

Se formarán dos grupos y cada equipo deberá derribar con unas pelotas los diez bienes que poseen los miembros del otro equipo en el campo contrario.

Los integrantes de cada equipo no podrán sobrepasar una línea central que separa los dos campos. Al comienzo del juego las pelotas que se encuentran por todo el campo no podrán ser recogidas para lanzarlas hasta que el docente lo indique. Gana el equipo que antes derribe los bienes del equipo contrario.

Durante el juego pararemos el juego para formular unas preguntas que deberán hacérselas los alumnos y alumnas: ¿Estoy jugando correctamente? ¿molesto a alguien?, ¿ soy violento?.

### ➤ *Décima sesión: "Fair play balonmano"*

- *Objetivos:*
  - Identificar las acciones negativas que pueden aparecer en el balonmano.
  - Desarrollar actitudes como la empatía, compañerismo, cooperación, etc.
  - Conocer las normas y reglas del balonmano.
- *Desarrollo:*

En esta sesión los alumnos y alumnas conocerán el deporte del balonmano que les ayudará a fomentar los objetivos marcados anteriormente. Esta consistirá en:

- Comenzaremos con una explicación de qué es el balonmano, sus reglas y normas y la función que tiene el árbitro en este deporte.
- A continuación cada alumno y alumna tendrá una pelota e ira botándola por la pista que irse familiarizando con ella.
- Después por parejas por toda la pista los alumnos y alumnas se irán pasando la pelota; primero desde una distancia cercana para ir poco a poco haciendo pases más lejanos.
- Una vez que se han familiarizado con el bote y el pase de la pelota, en dos grandes grupos cada uno en una parte de la pista se dispondrán a lanzar a portería.
- Seguidamente se jugarán unos partidos. Mientras dos equipos juegan, habrán otros dos equipos que estarán de jurado para observar los aspectos negativos del juego. Cuando el jurado haya contabilizado cinco aspectos negativos en el partido, rápidamente los equipos que jugaban pasan a ser jurado y viceversa.
- Por último, entre todos haremos una valoración y una reflexión acerca de lo que hemos observado jugando. Se plantearán preguntas como: ¿Creéis que hemos jugado sin utilizar la violencia? ¿Creéis que se debe jugar con violencia o con juego limpio? ¿ Qué normas añadiríais si fuerais vosotros los árbitros para evitar la violencia?

### ➤ *Undécima sesión: " Fair play fútbol"*

- **Objetivos:**
  - Identificar las acciones negativas que pueden aparecer en el fútbol y juzgarlas.
  - Desarrollar actitudes que fomenten el compañerismo, la cooperación y la no violencia en el deporte.
  - Conocer las normas y reglas del fútbol.

- Desarrollo:

Como última clase práctica que aborde el tema de la violencia se plantearán unos partidos de fútbol que ayuden a adquirir los objetivos planteados. Por tanto:

Comenzaremos con una explicación de este deporte, con sus normas de juego y el trabajo que desempeña el árbitro. Los alumnos y alumnas se dividirán en grupos de cinco jugadores (un portero y cuatro más entre defensas y delanteros). El resto será un jurado. Cada partido durará diez minutos. Al terminar el encuentro, el jurado, será el que se encargue de identificar las normas que no se han cumplido, como habría que cambiar esas acciones del juego, etc. Los roles se van intercambiando los jugadores pasan a ser jurado y al revés.

Reflexión final:

Entre toda la clase se realizará un debate sobre lo que se haya observado en los partidos y se comentará si ha habido algún caso de violencia o no.

➤ ***Duodécima sesión: "Cuestionarios finales"***

- Objetivos:
  - Detectar si existe bullying entre algún alumno o alumna.
  - Reflexionar de una manera individual sobre el caso que hemos estado trabajando (bullying).
- Desarrollo:

En esta última clase se repartirá a cada alumno y alumna dos cuestionarios. Estos deberán rellenarlos de manera correcta para que los cuestionarios sean efectivos.

#### **4.9 Resultados del aprendizaje y criterios de evaluación**

Al final de esta propuesta de prevención e intervención esperamos que los estudiantes sean capaces de alcanzar los objetivos planteados de la propuesta a través de los contenidos,

para que el alumnado adquiera las competencias clave relacionadas con el área de Educación Física. Para evaluar todos estos aprendizajes nos apoyaremos en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, y más concretamente en los estándares de aprendizaje y los criterios de evaluación. Estos estarán relacionados con nuestra propuesta y con el área de la Educación Física ya que el alumnado en esta propuesta adquirirá tanto aprendizajes relacionados con el bullying como aprendizajes pertenecientes a la Educación Física.

A continuación elaboraremos una tabla con la relación entre estos dos indicadores, añadiendo los criterios de evaluación y los resultados de aprendizaje que pretendemos que alcancen los estudiantes. Estos son:

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE EVALUACIÓN
1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	1.3. Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.
2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	2.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos. 2.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos
4. Relacionar los conceptos específicos de Educación Física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas.	4.3. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.
7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.
9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.	9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable 9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.	12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación. 12.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.

Figura 3: Tabla extraída del Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero

## 8. CONCLUSIÓN

Con el Trabajo de Fin de Grado terminamos una etapa que ha durado cuatro años. Durante la misma hemos aprendido y estudiado diferentes materias, por falta de tiempo otras muchas no han sido tratadas. Es el caso que nos atañe, el bullying. Se considera que al tratarse de un fenómeno tan importante en el entorno escolar, y con el que tendremos que enfrentarnos en el futuro, y sin lugar a dudas, en el desempeño de nuestra actividad profesional, era interesante profundizar en él. Tras realizar un estudio bibliográfico sobre el tema, hemos tomado conciencia de que el bullying es una lacra social con la que todos debemos luchar y especialmente los docentes que tenemos en nuestras manos a niños y a niñas, que en unos años serán el futuro. Es por esto que los docentes tenemos que prepararnos y saber cómo actuar a la hora de enfrentarnos a situaciones de acoso escolar. Tenemos que saber que hay muchas maneras de prevenir e intervenir en este tema como es el caso que se ha preparado, en el que a través de la Educación Física y en particular, con actividades de cooperación, expresión corporal y juegos alternativos se pueden solventar problemas relacionados con el bullying.

Nos gustaría terminar con una cita de Eleanor Roosevelt: " Nadie te puede hacer sentir inferior sin tu consentimiento"

## 9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Avilés Martínez, J. M. (2001). *Bullying: intimidación y maltrato entre el alumnado*. Bilbao: Stee-Eilas.

Collel, J., y Escudé, C. (2002). La violencia entre iguales a l'escola: el «bullying». *Àmbits de Psicopedagogia*, 4, 20-24.

El Confidencial.(2016,mayo 24).Los casos de acoso escolar suben un 75% en 2015: 7 de cada 10 niños dicen que es diario. La Fundación ANAR alerta de que el inicio de este problema se da ya en niños de 7 años. La forma más habitual de violencia es la psicológica, sobre todo por el uso intensivo de nuevas tecnologías .El confidencial: Sociedad. Recuperado 24 mayo 2016, de [http://www.elconfidencial.com/sociedad/2016-04-26/acoso-escolar-casos-espana-suben-75-2015\\_1190306/](http://www.elconfidencial.com/sociedad/2016-04-26/acoso-escolar-casos-espana-suben-75-2015_1190306/).

Garaigordobil, M. y Oñederra, J. (2010). *La violencia entre iguales*. Madrid. Pirámide.

- García, P. J. N., y Conejero, V. M. (2010). ¿Indiferencia o Acoso?. Educación Física ¿Problema u Oportunidad? *Revista de transmisión del conocimiento educativo y de la salud*, 2, 430-453.
- Gómez, F. J. A., y Salazar, C. M. (2014). Detección de violencia escolar en adolescentes en las clases de Educación Física. *Revista Iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 10(1), 41-47.
- González, V. B. (2002). Bullying y acoso escolar durante el desarrollo de las clases de Educación Física, revisión teórico-concentrado. *Revista Digital de Educación Física*, (15), 73-78.
- Guimarães, B. R., y Prat, G. M.(2008). Bullying en clases de Educación Física: propuestas de intervención a partir de la educación en valores. VI Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas, Ávila.
- Gutierrez Sanmartin, M. (1992). *Valores sociales y deporte*.Madrid: Gymnos.
- Heinemann, P. P. (1972). Mobbing-gruppvald blant barn och vuxna. *Natur och Kultur*. Estocolmo, Suecia.
- Piñuel, I., y Oñate, A.(2005).Autotest Cisneros de acoso escolar. *Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo*. <https://es.scribd.com/doc/131054621/Test-Acoso-Escolar>
- Leganés,L. E.N.(2013). Una propuesta de intervención para prevenir el acoso escolar. *Psychology, Society, & Education*.5(1), 21-40.
- Lorenz, K. (1963). *Sobre la agresión*.Ciudad de México, México: S.XXI
- Mateo, V. F., Soriano F. M., y Martínez, R. I. (2008). Prevención de la violencia y prevención de la convivencia escolar en la Comunidad Valenciana. *Aula Abierta*, 36(1,2), 110.
- Medina, R. A., y Cacheiro, M. (2010). La Prevención de la Violencia: la implicación de la comunidad educativa para evitar situaciones de acoso escolar.*Bordón*,vol. 1, 93-107.
- Oñate, C.A., y Piñuel , Z. I.(2007). Acoso y violencia escolar en España. IIEDDI. ORDEN del 17 de marzo, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria en Andalucía.BOJA núm.60,(2015).

- Oñederra, J., Martínez, P., Tambo I., y Ubieta E. (2005). *El maltrato entre iguales, «Bullying» en Euskadi*. Educación Primaria. Gobierno Vasco: ISEIIVEI.
- ORDEN de 20 de junio, por la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos y se regula el derecho de las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos e hijas. BOJA núm.132, (2011).
- Ortega Ruiz, R. (1997). El proyecto Sevilla anti- violencia escolar. Un modelo de intervención preventiva contra los malos tratos entre iguales. (U. d. Sevilla, Ed.) *Revista de Educación*,313, 143-158.
- Ortega.R., y colaboradores. (1997). *La Convivencia Escolar: qué es y cómo abordarla*.Programa Educativo de Prevención de Maltrato entre compañeros y compañeras.Sevilla: Consejería de Educación y Ciencia. Junta de Andalucía.
- Olweus, D. (1998). *Conducta de acoso y amenaza entre escolares*.Madrid: Morata.
- Palacios, N. S.(1997). Los valores humanos y la comprensión de la desobediencia civil.*Revista de Psicodidáctica*.nº (3), 113-131.
- Prat, G. M., y Soler, P. S.(2003).Actitudes, valores y normas en la Educación Física y el deporte: reflexiones y propuestas didácticas. Barcelona: inde publicaciones.
- Piñuel, I., y Oñate, A.(2005).Autotest Cisneros de acoso escolar. *Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo*. <https://es.scribd.com/doc/131054621/Test-Acoso-Escolar>
- Pueblo, D. d. (1999). *Informe sobre la violencia escolar en Madrid*.
- Ramírez-López, C. A., Arcila-Rodríguez, W. O. (2013). Violencia, conflicto y agresividad en el escenario escolar. *Educ. Educ*,16, No 3, 411-429.
- Serrano, Á. (2006). Acoso y violencia en la escuela: cómo detectar, prevenir y resolver el Bullying. Barcelona: Ariel.
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, BOE núm.52;19349 (2014).
- Silva,G. BP., Armengol ,A. C., y Gairín, S. J. (2013). El «bullying» escolar. Consideraciones organizativas y estrategias para la intervención. *Educación XXI*, Sin mes, 19-38.
- Trautmann, M.A. (2008). Maltrato entre pares o “bullying”. *Revista Chilena Pedriática*, 1, 19.

Viscardi, N. (2011). Programa contra el acoso escolar en Finlandia: un instrumento de prevención que valora el respeto y la dignidad. *Construção Psicopedagógica*, 19(18), 12-18.

## 10. ANEXOS

### ANEXO I

#### CUESTIONARIO INICIAL Y FINAL SOBRE EL BULLYING EN EL AULA

#### AUTOTEST CISNEROS

Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo [www.acosoescolar.com](http://www.acosoescolar.com)  
Profesores Iñaki Piñuel y Araceli Oñate (2005)

SEÑALA CON QUE FRECUENCIA SE PRODUCEN ESTOS COMPORTAMIENTOS EN EL COLEGIO		Nunca 1	Pocas veces 2	Muchas veces 3	A	B	C	D	E	F	G	H
1	No me hablan	1	2	3								
2	Me ignoran, me hacen el vacío	1	2	3								
3	Me ponen en ridículo ante los demás	1	2	3								
4	No me dejan hablar	1	2	3								
5	No me dejan jugar con ellos	1	2	3								
6	Me llaman por motes	1	2	3								
7	Me amenazan para que haga cosas que no quiero	1	2	3								
8	Me obligan a hacer cosas que están mal	1	2	3								
9	Me tienen manía	1	2	3								
10	No me dejan que participe, me excluyen	1	2	3								



	forma de hablar												
35	Se meten conmigo por ser diferente	1	2	3									
36	Se burlan de mi apariencia física	1	2	3									
37	Van contando por ahí mentiras acerca de mi	1	2	3									
38	Procuran que les caiga mal a otros	1	2	3									
39	Me amenazan	1	2	3									
40	Me esperan a la salida para meterse conmigo	1	2	3									
41	Me hacen gestos para darme miedo	1	2	3									
42	Me envían mensajes para amenazarme	1	2	3									
43	Me zarandean o empujan para intimidarme	1	2	3									
44	Se portan cruelmente conmigo	1	2	3									
45	Intentan que me castiguen	1	2	3									
46	Me desprecian	1	2	3									
47	Me amenazan con armas	1	2	3									
48	Amenazan con dañar a mi familia	1	2	3									
49	Intentan perjudicarme en todo	1	2	3									
50	Me odian sin razón	1	2	3									
				<b>I</b>	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>	<b>F</b>	<b>G</b>	<b>H</b>	
				=	=	=	=	=	=	=	=	=	=

### INSTRUCCIONES PARA LA CORRECCIÓN INDICE GLOBAL DE ACOSO (M)

Para obtener la puntuación directa en la escala **M**, debe sumar la puntuación obtenida entre las preguntas 1 a 50:

- 1 punto si ha seleccionado la respuesta Nunca (1=Nunca)
- 2 puntos si ha seleccionado la respuesta Pocas veces (2=Pocas veces)
- 3 si ha seleccionado la respuesta Muchas veces (3= Muchas veces)

Debe obtener un índice entre 50 y 150 puntos

**ESCALA DE INTENSIDAD DE ACOSO (I):** para obtener la puntuación directa en la **escala I** debe sumar 1 punto cada vez que entre las preguntas 1 y 50 el niño ha seleccionado la respuesta 3 (3= muchas veces).

Debe obtener un índice entre 1 y 50 puntos

**ESCALAS A – H:** traslade a los espacios en blanco a la derecha del test la cifra correspondiente a cada una de las preguntas de 1 a 50.

Sume las puntuaciones por columnas para obtener la puntuación directa.

Dependiendo de cada escala obtendrá indicadores diferentes Por ejemplo, en **la escala A** debe obtener una puntuación entre 19 y 51 puntos y así sucesivamente.

**PARA TODAS LAS ESCALAS:** transforme la puntuación directa con la ayuda del baremo que se presenta a continuación para establecer el tipo de riesgo que presenta de Acoso Escolar.

Este es el baremo en el que tendremos que apoyarnos para valorar los resultados:

**BAREMO**

	Centiles	1 a 5	6 a 20	21 a 40	41 a 60	61 a 80	81 a 95	96 a 99
	CALIFICACIÓN	MUY BAJO	BAJO	CASI BAJO	MEDIO	CASI ALTO	ALTO	MUY ALTO
<b>M</b>	ÍNDICE GENERAL DE ACOSO	50		51-54	55-58	59-67	68-88	89-150
<b>I</b>	INTENSIDAD DEL ACOSO	0-1				2	3-10	11-50
<b>A</b>	DESPRECIO-RIDICULIZACIÓN	1-19			20-22	23-26	27-35	36-51
<b>B</b>	COACCIÓN	1-7				8	9-11	12-24
<b>C</b>	RESTRICCIÓN COMUNICACIÓN	1-5			6-7	8	9-11	12-15
<b>D</b>	AGRESIONES	1-7			8-10	11	12-14	15-21
<b>E</b>	INTIMIDAZACIÓN-AMENAZAS	1-10				11-14	15	16-30
<b>F</b>	EXCLUSIÓN-BLOQUEO SOCIAL	1-9				10-11	12-16	17-27
<b>G</b>	HOSTIGAMIENTO SOCIAL	1-15			16-17	18-20	21-26	27-36
<b>H</b>	ROBOS	1-4			5	6	7	8-12

## ANEXO 2.

### CUESTIONARIO SOBRE EL BULLYING.

Marca con una "X" el grado de acuerdo y desacuerdo con las siguientes preguntas, siendo:

- 1→ nada
- 2→poco
- 3→ algo
- 4→ bastante
- 5→mucho

1. ¿ Piensas que es importante respetar a los compañeros y compañeras aunque no estemos de acuerdo con ellos o ellas?

1	2	3	4	5

2. ¿Crees que la violencia es una manera correcta de solucionar conflictos?

1	2	3	4	5

3. ¿ Crees que una mejor manera de solucionar un problema es comunicándote con tus compañeros o compañeras?

1	2	3	4	5

4. ¿ Piensas que una buena manera de solucionar un problema es dialogando con tu tutor o padres?

1	2	3	4	5

--	--	--	--	--

5. ¿ Crees que es peor una agresión física a una agresión verbal?

1	2	3	4	5

6. ¿Piensas que debes intervenir en el caso de que observes algún tipo de violencia en el aula?

1	2	3	4	5

7. ¿ Crees que hay que entender y respetar las diferencias individuales de tus compañeros y compañeras?

1	2	3	4	5

8 ¿ Piensas que está igual de mal cometer una agresión que observar dicho acto y no hacer nada al respecto?

1	2	3	4	5

9. ¿Crees que apartar o desplazar a un compañero o compañera se puede considerar como un tipo de violencia?

1	2	3	4	5

\* Cuestionario de diseño propio.