



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

EL ACOSO ESCOLAR O BULLYING. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA.

TRABAJO FIN DE GRADO
EN EDUCACIÓN PRIMARIA

AUTOR/A: SUSANA CASAS BURILLO

TUTOR/A: GUSTAVO GONZÁLEZ CALVO

Palencia, junio de 2021

RESUMEN

El acoso escolar o también conocido como “bullying” es una problemática que ha ido incrementando dentro de ámbito educativo y por la cual debemos preocuparnos.

Su existencia no se remite a la actualidad, sino que viene desde muy atrás, pero es actualmente cuando más atención se le está prestando debido a su aumento en la actividad escolar.

Su principal escenario son los centros escolares, por ello, para poner solución a este problema es necesaria la participación de alumnos, profesores y padres, siendo el docente una de las principales herramientas para su detección y prevención, sentando la base desde la educación.

Con este trabajo, mi principal finalidad es entender qué factores intervienen en este tipo de conductas y proporcionar una solución al acoso escolar desde la práctica de la Educación Física, haciendo uso de mi experiencia y observación durante el período de prácticas en un centro y otras experiencias relacionadas con la temática.

Para ello, primero mostraré una fundamentación teórica y posteriormente una propuesta educativa que pueda llevarse a cabo en un futuro.

PALABRAS CLAVE

Acoso escolar, violencia, bullying, Educación Física, prevención, conflicto, valores, cooperación, educación.

ÍNDICE

OBJETIVOS.....	5
JUSTIFICACIÓN	6
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	8
1. ¿QUÉ ES EL ACOSO ESCOLAR O BULLYING?	8
2. FACTORES QUE EXPLICAN ESTE TIPO DE CONDUCTA. RELACIÓN CON EL CONTEXTO DEL ALUMNADO	10
3. TIPOS DE ACOSO ESCOLAR O BULLYING	14
4. ROLES Y PERFILES.....	15
5. EFECTOS Y CONSECUENCIAS	19
6. PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN.	21
7. IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO MEDIDA PREVENTIVA.....	23
PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	25
TÍTULO: ¡JUNTOS SOMOS MÁS!	25
DESCRIPCIÓN.....	25
CONTEXTO	25
LOCALIZACIÓN Y JUSTIFICACIÓN	26
OBJETIVOS	27
CONTENIDOS	29
TEMPORALIZACIÓN	31
METODOLOGÍA	32
EVALUACIÓN.....	33
ESTRUCTURA DE LAS SESIONES	34
CONCLUSIONES	41
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	43

INTRODUCCIÓN

El trabajo de fin de grado que he realizado y muestro de aquí en adelante, se titula “Cómo prevenir el bullying o acoso escolar desde la Educación Física. Propuesta de intervención”.

En primer lugar, es necesario saber que el acoso escolar es un problema con una larga trayectoria, aunque su mayor auge ha sido en estas últimas décadas.

Como docentes, debemos trabajar para prevenir este tipo de acoso, lo cual llevaré a cabo a través de una propuesta didáctica de Educación Física, y que muestro más adelante.

Nuestra labor es detectar los posibles casos en el aula, resolverlos, reeducar a aquellos alumnos conflictivos y ayudar a aquellos que son víctimas. Para ello, es necesario educar a nuestro alumnado en una serie de valores.

Tras la investigación y lectura de artículos para la realización de este trabajo, quiero reflejar cómo podemos tratar el bullying desde el área de Educación Física.

Será una propuesta de intervención basada en el juego bueno y el juego motor reglado, siguiendo una serie de principios y valores relacionados con el deporte pero aplicados de una forma indirecta al resto de ámbitos sociales y culturales que conforman el clima del aula. Con ello, aprenderán a establecer unas relaciones sociales pacíficas, integrando el juego cooperativo y mostrando el deporte como arma preventiva y no discriminatoria, evitando así actitudes de negatividad o miedo antes las posibilidades o dificultades que puedan presentar los alumnos de una manera más individualizada.

A través de este trabajo, iré mostrando en primer lugar una fundamentación teórica sobre el acoso escolar. Posteriormente me centraré en este tipo de violencia desde el área de Educación Física, para la cual desarrollaré mi propuesta didáctica. Me centrare en la Educación Física como ese momento escolar de detección de este tipo de problemas y a su mismo tiempo, de resolución de conflictos a través de unos valores y del juego motriz. Una vez asimilado lo descrito en la fundamentación teórica, mostraré la propuesta didáctica que he desarrollado para prevenir, detectar y resolver este tipo de violencia en el aula.

OBJETIVOS

- Investigar sobre la violencia dentro del aula, tomando conciencia de lo que supone una problemática como el acoso escolar durante el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado.
- Describir el problema, y analizar y sintetizar las definiciones de los distintos autores.
- Conocer los distintos tipos de violencia, roles, causas, consecuencias, variantes, etc.
- Considerar la Educación Física como herramienta para prevenir, detectar y resolver casos de bullying.
- Planificar y desarrollar una propuesta de intervención a través del juego y del deporte para solucionar este tipo de violencia.
- Demostrar la importancia del área de Educación Física para la detección de este tipo de problemas y como herramienta educativa extrapolable a otros contenidos que no sean el deporte.
- Hacer uso de metodologías activas, globalizadoras, integradoras, cooperativas y de resolución de conflictos a través del juego, utilizando una visión de este como método preventivo.

JUSTIFICACIÓN

La elección de este tema para realizar mi Trabajo de Fin de Grado vino determinada por la curiosidad y necesidad de investigar sobre el tema, pues como vemos día tras día, el número de casos de bullying en cada curso escolar, aumenta considerablemente.

Su elección también se debe al deseo de saber actuar ante los posibles casos que puedan darse durante mi vida profesional como docente, pues es una de las problemáticas a las que la comunidad educativa se debe enfrentar.

Como futura miembro de la comunidad educativa, considero importante conocer y saber actuar ante determinado escenario y tratar a los distintos roles que adquieren los alumnos ante una situación así. Como comentaba, su auge ha sido notable hasta el punto de conocer tragedias a través de los medios de comunicación, por lo que me siento en la obligación de saber lidiar y actuar ante este tipo de violencia.

No obstante, la elección también se debe a experiencias y conocimiento de personas cercanas a mí, cuya infancia y vida escolar se ha podido ver afectada por esta problemática. Por ello, no solo por mi futura profesión, me siento en obligación de educar en los valores y normas sociales adecuadas para una convivencia sana en sociedad.

A lo largo de la historia del mundo escolar, la presencia del acoso siempre ha estado presente, pero es cierto, que ha ido viviendo un repunte en estas últimas décadas, como podemos comprobarlo a través de numerosos estudios y testimonios que van saliendo a la luz.

El acoso escolar es diferente en cada caso, pero si algo tiene en común, son los efectos que deja en quien lo sufre.

Las causas, las formas de violencia, medios utilizados, todo ello puede ser una forma de canalizar los problemas, en este caso los alumnos agresores. Por ello, es importante saber prevenir, detectar y resolver estos casos, dando un buen ejemplo como referentes, pues si algo queda claro, es que los menores aprenden de nuestros actos, de lo que ven.

De ahí la importancia e implicación de toda la comunidad educativa como medio de actuación.

Estos han sido los motivos que me han llevado a trabajar este tema, abordándolo especialmente desde el área de Educación Física, ya que es atractiva y motivadora para el alumnado, además de ser un escenario muy útil donde la detección de problemas se facilita y nos permite detectarlo en un ambiente más indirecto para los alumnos.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

1. ¿QUÉ ES EL ACOSO ESCOLAR O BULLYING?

Actualmente, nos encontramos con una gran cantidad de casos de bullying y debido a los medios de comunicación se ha hecho más visible en la actualidad. Gracias a esta labor de los medios de comunicación, la sociedad se va sensibilizando, pero aún queda una gran labor para evitar dicha problemática. Para comenzar, es importante conocer en qué consiste y cómo se ha ido definiendo según varios autores.

Puede definirse como una “conducta de persecución física y/o psicológica por parte de un alumno hacia otro, el cual será víctima de repetidos ataques. Esto, hace que la víctima tenga una gran dificultad para escapar por sus propios medios de estos ataques” (Olweus, 1983).

Olweus aclara que para usar el término bullying debe haber claramente un desajuste de fuerzas y una dificultad por parte de la víctima para defenderse.

Sin duda, vemos que se trata de un acto violento cuya finalidad es obtener una sensación “placentera” por parte del agresor en la que una víctima será objeto de ello de una forma constante.

Como consecuencia de dicha continuidad, se genera en las víctimas una serie de efectos negativos que recaen en su autoestima, creándoles ansiedad, cuadros depresivos, etc. dificultando su integración en el ámbito escolar y su desarrollo tanto cognitivo como personal y social.

Apoyando el concepto de Olweus en el que afirma la agresividad de la conducta caracterizada por la repetición y desequilibrio de fuerzas, destaca el concepto de “abuso sistemático de poder” de Smith y Sharp, 1994, p.2.

Este concepto de “abuso sistemático de poder” engloba las dos características que menciona Olweus (conducta agresiva y la repetición y desequilibrio de poder).

“El comportamiento involucrado generalmente se considera repetitivo, es decir, una víctima es atacada varias veces. Además, la víctima no puede defenderse fácilmente, por una o más razones: Él o ella pueden ser superados en número, más pequeños o menos fuertes físicamente, o menos resilientes psicológicamente que las personas que realizan el acoso.” Smith y Brain, 2000, p.1.

Por otro lado, y en relación a la definición anterior, nos encontramos con Fernández-Espada (s. f.), quien lo define como “hostigamiento escolar, matonaje escolar o, incluso, por su término inglés bullying) es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre escolares de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado.” (p.1)

En esta práctica domina la violencia emocional y se suele dar en el aula y el patio.

Por tanto, lo define como ese maltrato físico y/o psicológico continuo que recibe un niño por parte de otro/s, quienes se comportan de una forma cruel con el objetivo de someterlo y asustarlo para obtener algún resultado favorable o satisfacer esa necesidad de agredir y destruir que presentan los acosadores.

Para ello, se aprovechan del silencio, indiferencia o complicidad con otros compañeros apoyándose en esa fuerza o poder de la que disponen, ocasionando así la exclusión social de la víctima.

Farrington (1993) lo define, en su forma más general, como el abuso consistente en una opresión reiterada, tanto física como psicológica, hacia una persona con un poder menor, por parte de otra persona que ejerce un poder mayor. Este desequilibrio puede llegar a ser tan evidente como son la fuerza física, un grupo contra una sola persona... o pasar inadvertido cuando la diferencia toma un poder mas psicológico.

Atendiendo a la clasificación de conflictos que se dan con más frecuencia en los centros, según Casamayor (1998, p.19), son:

- Conflictos de relación entre el alumnado y el profesorado (actitudes de desprecio, agresividad verbal y física, violencia...)
- Conflictos de rendimiento (pasividad, apatía, desinterés...)
- Conflictos de poder (liderazgo negativo, arbitrariedad...)
- Conflictos de identidad (actitudes cerradas y agresivas en contra de los compañeros, mobiliarios...)

No obstante, hay que destacar que los conflictos siempre van a estar presentes en el ámbito escolar, aunque estos van variando. Por este factor, es importante saber intervenir y evaluar los conflictos como docentes, procurando soluciones y medidas de la mejor forma.

Uniando estos conceptos anteriores, nos encontramos con la definición de bullying de Cerezo (citado por Nuñez, Herrero y Aires, 2006), quien afirma que:

“es una forma de maltrato intencionado y perjudicial, cuya persistencia en el tiempo lo hace peligroso; y aunque los actores principales implicados son el agresor y su víctima, la repercusión es negativa para todo el grupo, dado el carácter interdependiente de las relaciones sociales.”

2. FACTORES QUE EXPLICAN ESTE TIPO DE CONDUCTA. RELACIÓN CON EL CONTEXTO DEL ALUMNADO.

(Estrada, 2016) Se podría llegar a decir que el ser humano sólo es auténtico en el momento que nace, pues a medida que crece y se desarrolla va adquiriendo unas actitudes, valores y patrones a partir de la imitación de los individuos que conforman su entorno.

Vivimos en una sociedad en la que las relaciones de poder priman, y quien lo tiene es distinguido socialmente y lo usa para un beneficio colectivo o individual. En este segundo caso, se ejerce con abuso, dando lugar a una convivencia desigual, desequilibrada e injusta. Aunque parezca difícil creerlo, en

la infancia estas relaciones de poder también existen, como afirman Loredó, Perea y López (2008).

Olweus (1998) afirma que el motivo o causa del por qué se produce violencia entre los niños en edad escolar es por la rivalidad que hay entre las calificaciones y/o frustraciones escolares.

Ante estos aspectos, es relevante destacar la importancia que tiene el clima del aula, su fluidez y calidad. Debe ser un clima donde sentimientos como la empatía, respeto, solidaridad, generosidad, compromiso, etc. destaquen sobre todo.

Sin duda, el clima del aula es un factor determinante, pero el cual viene formándose con los contextos y situaciones individuales de cada niño.

Ovejero, Smith y Yubero (2013) consideran que las causas son muchas y muy diversas, y por ello podemos agrupar los factores en función del entorno al que hacen referencia.

Como veremos a continuación y como afirma la psicóloga Senovilla (2012), los factores que pueden influir son incalculables, al igual que las formas de manifestarse y los perjuicios que ocasiona.

“Las variables que afectan en la generación de estas conductas suelen ser de tres tipos: personales, familiares y escolares. Esto no quiere decir que se tengan que dar todas ni tampoco que sepamos en qué medida afectan unas u otras” (según dice Ricardo, mencionado por Senovilla, 2012, p.3.)

- Factores personales: para ser acosador, se tiene un sentimiento de superioridad, ya sea porque el número de atacantes es mayor, por lo que es una cuestión de fuerza, o porque el acosado es un sujeto poco asertivo, con poca capacidad de rechazo a las agresiones. Esto puede deberse a la timidez o inmadurez. El agresor quiere ver que la víctima lo pasa mal, sino dejara de agredirle (Senovilla, 2012).

- Factores familiares: la influencia del ambiente familiar hace especial referencia a la ausencia de un referente masculino positivo cercano. Por tanto la ausencia de un padre o por contrario, un padre violento, influye significativamente en el origen y creación de un comportamiento agresivo en el niño (Senovilla, 2012).

Senovilla, también afirma que otros factores familiares que influyen son la organización del hogar, la situación socio-económica, el reparto de roles entre los familiares, las tensiones matrimoniales...

- Factores escolares: uno de los aspectos que más influencia tiene es el tamaño del colegio. Cuanto más grande es, más riesgo hay de que ocurra debido a la falta de control físico. No importa si la escuela es pública o privada, puede darse en cualquier centro (Senovilla, 2012).

Además, Angulo (2003), señala que las expresiones de violencia que se dan en la institución educativa pueden estar influenciadas por las condiciones sociales de los centros educativos y del entorno social que circunda a la institución.

De nuevo llegamos a la afirmación de la gran cantidad de causas existentes y su complejidad, pero además, Fernández-Espada (s.f.), destaca que en nuestra sociedad hay ciertos factores de riesgo de violencia, como son la exclusión social o exposición a la violencia a través de los medios de comunicación, los cuales cobran gran importancia en esta problemática. Para mitigar los efectos que causan estos factores deberíamos disponer de condiciones protectoras, de las cuales carecemos, como serían por ejemplo: modelos sociales positivos y solidarios, contextos de ocio...

Apoyando las causas de Senovilla, Fernández-Espada profundiza en las familiares, las escolares y en la influencia de los medios de comunicación.

En el terreno familiar, el origen de la violencia en chavales puede residir en la ausencia de un padre o la presencia de un padre violento. Esa situación puede generar un comportamiento agresivo en los niños y llevarles a la violencia cuando sean adolescentes. Además de eso, las tensiones matrimoniales, la

situación socioeconómica o la mala organización del hogar, también pueden contribuir para que los niños tengan una conducta agresiva (Fernández-Espada, (s.f.), p.3)

Respecto al colegio, el bullying puede darse en cualquier tipo de colegio, público o privado, pero según algunos expertos, cuanto más grande es el centro escolar más riesgo de que haya acoso escolar. Claro que a eso hay que añadir la falta de control físico y de vigilancia. En los pasillos debe haber siempre alguien, profesores o cuidadores, para atender e inspeccionar a los alumnos. Aparte de eso, el tratamiento que se da a los alumnos es muy importante. La falta de respeto, la humillación, amenazas o la exclusión entre personal docente y alumnos llevan a un clima de violencia y situaciones de agresión. El colegio no debe limitarse solo a enseñar, pero debe funcionar como generador de comportamientos sociales (Fernández-Espada, (s.f.), p.3).

Respecto a los medios de comunicación (especialmente televisión), Fernández-Espada, (s.f) considera que éstos nos exponen de manera continua a la violencia, tanto de forma real como son los telediarios, como de forma ficticia, en películas o series. Por ello son considerados una de las principales causas que originan violencia en los menores.

Los comportamientos observados en la televisión influyen en el comportamiento posterior de los niños, de ahí la necesidad de protegerlos de la violencia a la que les expone la televisión e incluso debería plantearse la posibilidad de usar la televisión de una manera educativa que prevenga este comportamiento negativo.

La influencia de este medio a largo plazo depende del resto de relaciones que el niño establezca, ya que la interpretación de su entorno será en función de esas relaciones. Por eso la violencia no se desarrolla en todos los niños.

Ser expuesto de manera repetitiva a la violencia puede producir cierta habituación, llegando a ser considerada como algo normal, inevitable y que reduzca la empatía con las víctimas. Debido a esto, es importante que se promueva la reflexión sobre este comportamiento en los niños, y para ello, una buena herramienta podría ser la incorporación de la tecnología

audiovisual en el aula (Fernández-Espada, (s.f.)). Para concluir, este mismo autor aclara que:

En resumen, las causas del bullying pueden residir en los modelos educativos a que son expuestos los niños, en la ausencia de valores, de límites, de reglas de convivencia; en recibir punición o castigo a través de violencia o intimidación y a aprender a resolver los problemas y las dificultades con la violencia. Cuando un niño está expuesto constantemente a esas situaciones, acaba por registrar automáticamente todo en su memoria, pasando a exteriorizarlo cuando vea oportuno. Para el niño que practica el bullying, la violencia es apenas un instrumento de intimidación. Para él, su actuación es correcta y por lo tanto, no se auto condena, lo que no quiere decir que no sufra por ello. (p.4)

3. TIPOS DE ACOSO ESCOLAR O BULLYING

El bullying puede ser llevado a cabo de distintas formas:

- **Verbales** (poner apodos, burlas, insultos, etcétera)
- **Físicas** (golpes, patadas, empujones, etcétera)
- **Indirectamente**, esto es, sin usar contacto físico o verbal directo con la víctima (Rigby, Smith & Pepler, 2004), por ejemplo, esparcir rumores, dañar la reputación de otro alumno, o excluir (dejar a un alumno fuera de un grupo intencionalmente, no invitarlo a una fiesta, entre otras).

Avilés (2002), además de estos dos tipos, propone otros dos más:

- **Psicológico**: son acciones cuya finalidad es atacar la autoestima de la víctima y aumentar su miedo e inseguridad. Este componente está presente en todos los tipos de acoso escolar.
- **Social**: el objetivo es aislar a la víctima del resto del grupo y hacer partícipes a otros individuos. Para ello buscan la inhibición contemplativa del grupo. Esta tipología entra dentro del bullying “indirecto”.

Así mismo, contemplando esta tipología expuesta, podemos ver la división que realizan Oñate y Piñuel (2007) en el “*Informe Cisneros X*”, de una forma esquematizada es un

mapa conceptual, de un modo claro y conciso sobre las distintas formas de acosar y ejercer violencia en el grupo de iguales.

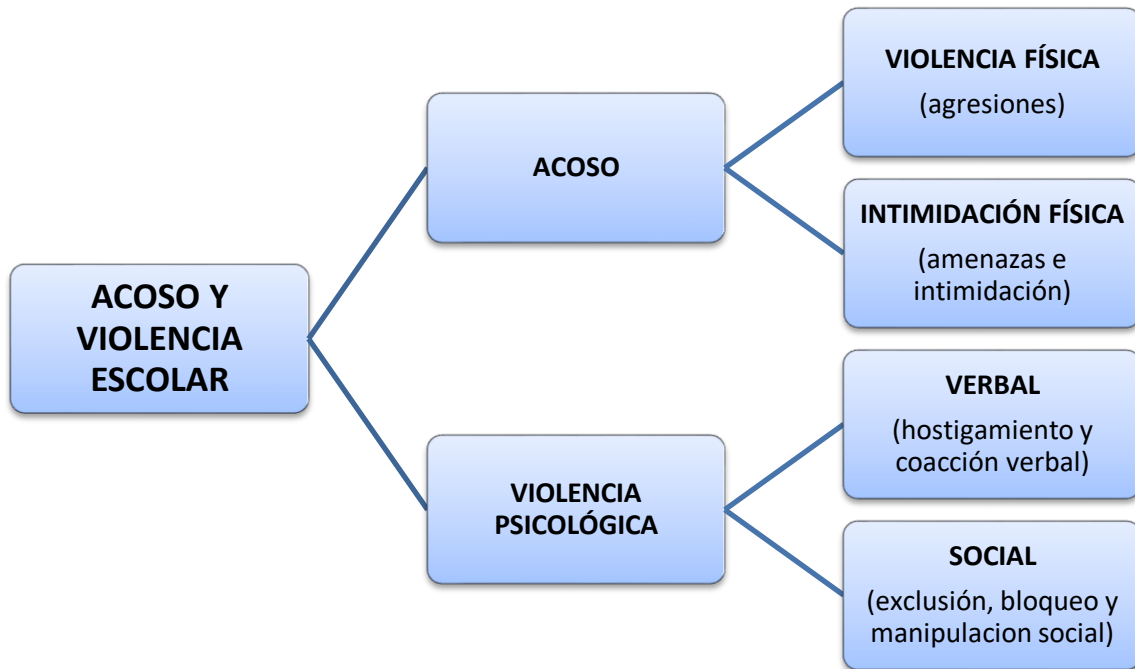


Gráfico 1. Tipos de violencia o maltrato en el grupo de iguales (adaptado de Oñate y Piñuel, 2007).

4. ROLES Y PERFILES

Salmivalli, (mencionado por Collel y Escudé, 2006) pide que nos detengamos un instante y pensemos en los roles que ocupa cada niño ante este tipo de situaciones. El maltrato entre alumnos surge en un ambiente grupal y ahí, cada niño adquiere un rol.

Collel y Escudé (2006) consideran que en una situación aguda de acoso escolar nos podemos encontrar tres tipos de protagonistas:

- **El agresor:** normalmente no suele actuar solo, sino que busca el apoyo del grupo. Dentro de esta categoría podemos distinguir dos tipos:
 - o Predominantemente dominante: se caracteriza por una personalidad antisocial y se relaciona con una agresividad proactiva
 - o Predominantemente ansiosa: caracterizada por una baja autoestima y unos altos niveles de ansiedad, vinculado a la agresividad reactiva. Éstos

suelen presentar un déficit en el procesamiento de información social y atribuyen demasiada hostilidad a los demás. Esto los hace mucho más vulnerables a sufrir rechazo de manera sistemática por sus compañeros y se pueden convertir en agresor/víctima o víctima, según las circunstancias dadas (Collel y Escudé, 2006).

“Los rasgos individuales del joven agresivo son la baja autoestima, el maltrato infantil, la crianza autoritaria o negligente y la impulsividad.” (Senovilla, 2012, p.4.)

En referencia a las características de los agresores, Castro (2007), realizó un análisis sobre su perfil psicológico y su conducta social, que mostraré en los siguientes cuadros:

PERFIL PSICOLÓGICO
<ul style="list-style-type: none"> - Necesidad de dominar y ejercer su poder - Falta el respeto y no es empático - Es impulsivo e impaciente - Presenta una baja autoestima acompañada de un exceso de autoconfianza en sí mismo - Pocas capacidades sociales. Interpretación de gestos como ataques - No muestra sentimientos de culpa y se excusa en la broma o juego

Tabla 1. Perfil psicológico del agresor

CONDUCTA SOCIAL
<ul style="list-style-type: none"> - Agresividad - Muestra enfado si no se hace lo que quiere - Insulta, humilla y ridiculiza a los demás - Es poco empático y cruel con los demás - Necesidad de dominar - Muestra simpatía o puede llegar a incordiar al docente pero no al nivel ni con la crueldad que lo hace con sus compañeros

Tabla 2. Conducta social del agresor

- **La víctima:** suele encontrarse aislada. Distinguimos dos tipos de víctimas:
 - o Victima clásica: se caracteriza por ser una víctima ansiosa, insegura, débil y con pocas competencias sociales.
 - o Victima provocativa: ésta presenta un patrón conductual similar al de los agresores reactivos, con una falta de control emocional y que según determinados factores contextuales puede acabar asumiendo el rol de agresor-victima.
 - o Victima inespecífica: es vista de una forma diferente por el grupo y ello la convierte en el objetivo. Ésta es la tipología más común.
(Collel y Escudé, 2006).

De acuerdo con Castro (2007) y su síntesis acerca del perfil de la víctima, destacamos las siguientes características:

PERFIL PSICOLÓGICO
<ul style="list-style-type: none"> - Inseguridad, ansiedad y miedo - Baja autoestima - Son tímidos y callados, con pocas habilidades sociales - No ofrecen respuesta en las agresiones debido a su incapacidad para defenderse - No pide ayuda y oculta/disimula su sufrimiento

Tabla 3. Perfil psicológico de la víctima

CONDUCTA SOCIAL
<ul style="list-style-type: none"> - Actúa de forma solitaria y aislada - Se acerca a los adultos - Le faltan materiales frecuentemente - Pocas competencias sociales y es considerada como el débil por el resto - Dependiente, sumiso, pasivo y apegado al hogar - Constantes cambios de humor y se enfada con frecuencia

Tabla 4. Conducta social de la víctima

- **Los espectadores:** los niños que adquieren este rol, a veces observan sin intervenir pero normalmente se suelen unir a las agresiones y amplifican el proceso. Esto se debe al fenómeno del contagio social, el cual fomenta la participación en actos intimidatorios, debido al miedo a sufrir las mismas consecuencias si se ofrece apoyo a la víctima. (Collel y Escudé, 2006).

Sin embargo, es importante destacar el apunte sobre el impacto que tiene esta problemática en los espectadores, quienes también se ven perjudicados, como dice Castro (2007):

“La escasez de habilidades sociales de la víctima o la brutalidad de los agresores, son responsables de que algunos escolares permanezcan en una situación social que termina siendo devastadora para ambos, pero también tremendamente negativa para los espectadores” (p.11)

Los espectadores juzgan este problema como un suceso grave y frecuente, lo que nos conduce a la idea del miedo y escándalo que causa entre ellos a pesar de no estar involucrados directamente. Desde el punto de vista psicológico y moral, se aprende a no estar implicado, a pasar por alto lo que está sucediendo y a practicar el silencio ante el dolor de un compañero. Esto es muy negativo, pues los efectos de guardar ese silencio terminan creando un cargo de conciencia y moralidad llegando a sembrar el sentimiento de culpabilidad, por lo que los efectos del acoso escolar no se quedan tan solo en agresor y víctima, los principales protagonistas (Castro, 2007).

Pero, ¿cómo podemos denominar este suceso basado en evitar el conflicto? Pues bien, Castro (2007) lo denomina como “La ley del silencio”, donde el alumno es obligado (directa o indirectamente) a guardar silencio o ignorar la violencia que observa, de tal manera que asume cierta culpabilidad cómplice.

Éste silencio crea en el agresor un sentimiento de aprobación y en la víctima se interpreta como esa crueldad no solo del agresor sino también de sus compañeros.

Olweus (citado por Collel y Escudé, 2006) describe los distintos roles que se pueden dar en un grupo de alumnos en una situación de acoso como “el círculo

del bullying”. Define las posiciones posibles que van desde el agresor al defensor de la víctima, pasando por los que secundan las agresiones, los que muestran su apoyo pero no intervienen directamente, los espectadores pasivos, los posibles defensores, etc. (p. 10-11)

Apoyando la existencia de factores contextuales, nos encontramos con Del Barrio, Gutiérrez, Barrios, van der Meulen y Granizo (2005), quienes creen que

“los factores contextuales desempeñan un papel determinante en la atribución de roles que pueden ser cambiantes en el transcurso del tiempo. Es “lo que ocurre” lo que hace débil a la víctima y fuertes a quienes agreden” (p.11)

5. EFECTOS Y CONSECUENCIAS

Como veíamos en el apartado anterior, ya sea de forma directa o indirecta, el bullying trae consecuencias negativas no solo para las víctimas sino para todos los participantes en general. Fernández-Espada (s.f), destaca entre ellas, las siguientes:

Para la víctima, estos efectos se encuentran principalmente en el deterioro de la autoestima, ansiedad, actitudes pasivas, trastornos emocionales, depresión, fobia al ambiente escolar, incluso intentos de suicidio, con repercusiones negativas en el desarrollo de la personalidad, capacidades para socializar y generalmente en la salud mental. Las consecuencias para este rol ante la situación son muchas y muy profundas. A éstas también se suman consecuencias referentes al rendimiento escolar, como la pérdida de interés en los estudios, lo que puede conducir al fracaso escolar y trastornos fóbicos de difícil resolución. Se puede detectar también a través de rasgos como dificultad para conciliar el sueño, dolores de estomago, pecho, cabeza, náuseas y vómitos, llanto constante, etc.

Para los agresores, este tipo de conductas negativas se puede convertir en algo crónico y en una forma constante de lograr sus objetivos, lo que conlleva un riesgo de derivación a conductas delictivas, violencia doméstica y violencia de género. Muchos autores denominan como “la antesala de las conductas delictivas” a estas consecuencias y comportamientos que muestran los agresores.

Para los espectadores, la principal consecuencia es el riesgo de insensibilización ante las posibles agresiones cotidianas que puedan observar, conduciéndoles a un comportamiento pasivo ante las injusticias de su entorno. Puede llegar a crearles la idea de que cualquier esfuerzo por construir relaciones positivas es en vano, debido a ese miedo y silencio sentido.

Pero, es importante destacar que las consecuencias no vana afecta sólo a los protagonistas, sino a toda la comunidad a la que rodea, pues el bullying ocurre en un contexto social. Por tanto, no afecta sólo a la víctima, también a sus padres y familiares. Por otra parte, los espectadores también sienten la amenaza. La comunidad escolar es también otro agente que entra en juego, pues todo conflicto que no sea solucionado dentro de ella, tendrá lugar y respuesta en el exterior.

“Por ello se puede afirmar que el Acoso Escolar tiene un claro efecto de propagación” (Fernández-Espada, (s.f.), p.4)

El bullying no entiende de distinciones sociales o de sexo. A pesar de la creencia extendida de que los centros escolares situados en zonas menos favorecidas son por definición más conflictivos, lo cierto es que el bullying hace su presencia en casi cualquier contexto. Respecto al sexo, tampoco se aprecian diferencias, al menos en lo que respecta a las víctimas, puesto que en el perfil del agresor sí se aprecia predominancia de los varones, apunta Fernández-Espada, (s.f.), p.4.

Así mismo, también nos encontramos con una clasificación similar pero que organiza las consecuencias sufridas por la víctima en función de su carácter patológico, realizada por Ovejero, Smith y Yubero, (2013):

- Físicos: dolores de estomago, cefaleas y migrañas, problemas de sueño, cansancio y malestar general, pérdida de apetito, etc.
- Psicológicos: temor, angustia, baja autoestima, aumento de estrés y miedo por ir al colegio, depresión o síntomas de ello, que a veces conducen al suicidio.
- Escolares: baja motivación e interés por los estudios, fobia al colegio, aumenta el absentismo escolar y por tanto las posibilidades de fracaso escolar, su autoimagen académica empeora (sentimiento de fracaso).
- Sociales: rechazo social, aislamiento, ostracismo, etc.

6. PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN.

Podemos observar que en las sociedades democráticas, la escuela es vista como esa herramienta de cohesión social e integración de los ciudadanos. Debido a esto, es necesario que sus funciones no se limiten sólo a las relacionadas con el proceso de enseñanza-aprendizaje, sino que también contemple las relacionadas con el proceso socializador, el fomento de valores como son la tolerancia, respeto y empatía, reduciendo así las conductas excluyentes, hostiles y violentas que puedan surgir, a la par que facilita comportamientos de amistad (Ovejero, Smith y Yubero, 2013).

Para comenzar, es necesario definir el problema. Las situaciones de acoso escolar tienen en común varios aspectos y podríamos llegar a pensar que la intervención será similar en todos los casos, pero estamos equivocados. Aunque todos los casos partan de una línea general, la intervención debe concretarse y ajustarse a cada caso.

Para ello podemos ceñirnos a determinados parámetros como son: dónde ocurre, quien está implicado y hasta qué punto, el tiempo que lleva ocurriendo, las soluciones que se han intentado y la creencia o idea que se tiene del uso de la violencia en el ámbito que les rodea. No obstante, en referencia a la entidad escolar correspondiente, es necesario conocer el clima de centro, las dinámicas del grupo, el trabajo tutorial que se hace, etc. Además de tener en cuenta estos factores, Collel y Escudé, (2006), destacan que:

Los informes de profesores y padres nos pueden ser útiles, pero los alumnos son los mejores conocedores de la realidad que se da en su grupo y es a ellos a quienes debemos preguntar. La nominación entre iguales se ha mostrado como la técnica más útil y eficaz para determinar los alumnos implicados en las diversas situaciones de maltrato. (p.12)

Olweus (citado por Castro, 2007), diseñó un *Programa de Intervención*, donde considera que cada centro debe disponer de sus propios criterios para definir y detectar posibles problemas de maltrato y acoso escolar. Esto, sin duda, ayudaría a detectar su presencia y organizar la intervención con la búsqueda de una solución.

A partir de los resultados de sus estudios, Olweus diseñó este programa educativo, que incluye el tratamiento colectivo e individual y ha servido de modelo en otros programas de intervención. Sus aspectos fundamentales son los siguientes:

- 1- Creación de **normas para la convivencia**, elaboradas por toda la comunidad educativa. Estas surgen de una filosofía asentada en valores, los cuales deben explicitarse. Generalmente es el ideario educativo el que guía su realización. Estas normas no se dictan como algo rígido y estático, sino que a través de su constante evaluación y revisión se van introduciendo cambios para su adaptación y mejora.
- 2- **Análisis y diagnóstico del problema**. Se usan diferentes métodos y técnicas que permiten obtener datos fiables. El resultado de este análisis sirve como base para el diseño y desarrollo del programa de intervención.
- 3- **Intervención curricular específica** para la resolución del problema. Se trata de programas de educación en valores y desarrollo de las competencias sociales a través de métodos y estrategias de participación activa.
- 4- **Capacitación del docente**, haciendo énfasis en las características del alumnado y las estrategias que más se ajusten para desarrollar la dimensión emocional, personal y social.
- 5- **Intervención individualizada tanto para los agresores como para las víctimas**, tratando de buscar que todos se involucren frente al acoso.
- 6- **Mejorar la vigilancia**, especialmente en la zona de recreo, baños y todos aquellos espacios que se consideren de riesgo.

7. IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO MEDIDA PREVENTIVA.

7.1. Bullying en la Educación Física

(Sánchez, 2016) para la revista “Mundo entrenamiento. El deporte bajo evidencia científica” publica en su artículo Bullying y el área de Educación Física un dato muy importante y estremecedor. Es España, el alumnado que ha sufrido o sufre bullying o acoso escolar llega al 23,3%.

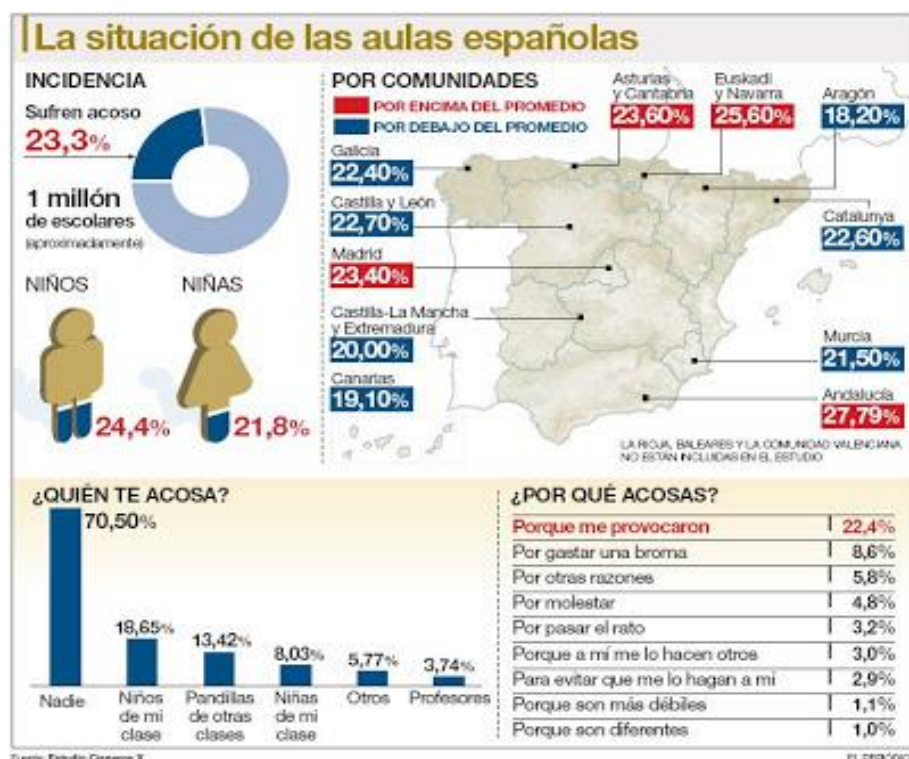


Ilustración 1 . Bullying o acoso escolar en las aulas españolas

7.2. La Educación Física como medida preventiva

Según afirman Sánchez, López, Valero y Gómez (2016), la educación Física es una asignatura ideal para fomentar y mejorar la buena convivencia entre el alumnado, y para ello, destacan los siguientes motivos:

- Es una asignatura que promueve situaciones en las que se desarrollan relaciones interpersonales y cualidades personales y sociales como la

autoestima, trabajo cooperativo, empatía, sentimiento de pertenencia al grupo, etc.

- Su desarrollo en espacios diferentes al resto de asignaturas propicia otro tipo de relaciones entre los niños, dando paso a la expresividad y manifestación de sentimientos y emociones.
- Es una asignatura basada en el juego y movimiento motriz, por lo que la interacción entre ellos dará paso a situaciones conflictivas que deberán resolverse en el momento de una forma pacífica y a través del dialogo, con el objetivo de poder continuar con el juego.
- A través de la Educación Física podemos observar a nuestro alumnado y conocerlo, pues es un escenario donde los niños se expresan tal y como son.
- Es una materia atractiva, y en este caso para el alumnado que no muestra motivación por el resto de asignaturas es un factor a provechar para extrapolar ese sentimiento de interés hacia el resto de áreas.

Por lo tanto, como concluyen Sánchez, López, Valero y Gómez (2016), la asignatura de Educación Física fomenta unos valores positivos que sirven de herramienta para la mejora del clima de aula y evitar así futuros casos de acoso escolar. He aquí uno de los objetivos que me propongo con este Trabajo de Fin de Grado, demostrar la importancia del área de Educación Física para la detección de este tipo de problemas y como herramienta educativa extrapolable a otros contenidos que no sean el deporte.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

TITULO: ¡JUNTOS SOMOS MÁS!

DESCRIPCIÓN

La siguiente propuesta educativa está enfocada a la prevención de conductas negativas como son el acoso escolar. La unidad didáctica que expongo a continuación titulada “¡Juntos somos más!” se basa en la adquisición de valores y actitudes positivas como son el respeto, tolerancia, empatía, compañerismo y solidaridad con el compañero a través de la actividad física mediante el juego cooperativo y juego bueno, extrapolando dichos contenidos a la práctica del deporte, donde muchas veces suceden estas problemáticas como es el bullying de una manera más indirecta o menos visible, ya que se suele asociar a la competitividad del alumnado.

El principal objetivo de esta unidad didáctica es que los alumnos desarrollen un juego bueno siguiendo las pautas o juegos propuestos por el docente de tal manera que sus relaciones personales mejoren, contribuyendo así a la creación de un clima de aula adecuado y cómodo para todo el alumnado, eliminando cualquier tipo de sentimiento discriminatorio.

CONTEXTO

Esta unidad didáctica está pensada para ponerla en práctica con alumnos de 6º curso de Educación Primaria, ya que dicho alumnado se encuentra en el tramo de edad en el cual comienzan a surgir casos de acoso escolar dentro del aula, por lo que su uso y empleo será una forma de prevenir dichas actitudes o actuar ante un posible caso.

La elección del último ciclo de la etapa de primaria se debe principalmente a la incidencia que tiene el factor edad en el origen de casos de violencia escolar, como podemos comprobar al analizar el *Informe Cisneros X: Acoso y violencia escolar en España*. (2007), por ejemplo. Además, en este factor edad, el desarrollo de la conciencia y empatía por lo que están haciendo es mucho mayor, por lo que será también un pilar fundamental para erradicar dicha violencia.

LOCALIZACIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Esta unidad didáctica tiene su origen en el currículo oficial de Educación Primaria en la comunidad de Castilla y León (*ORDEN EDU/519/2014, de 17 de junio, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León*), especialmente en el área de Educación Física, mediante los bloques:

- Bloque 1: Contenidos comunes
- Bloque 3: Habilidades motrices
- Bloque 4: juegos y actividades deportivas

Lo que se pretende con esta unidad didáctica principalmente es que los niños aprendan a relacionarse entre ellos de una forma sana y positiva. La base es asentar un conocimiento deportivo en el alumnado basado en las relaciones pacíficas, compañerismo y ayuda al compañero, mostrando la práctica deportiva como una herramienta para ello.

Por tanto, se trata de fomentar que el alumnado no busque el hacer daño al prójimo, ya sea físico o psicológico. Aquí, me gustaría destacar una frase que recoge “las tres reglas de oro” como mencionaba el profesor Vaca, (2008), que son:

“nadie se hace daño, nadie hace daño y nadie se deja hacer daño”

Considero que trabajar este tipo de contenidos desde una asignatura tan atractiva para el alumnado como es la Educación Física es una muy buena forma de prevenir, detectar y afrontar el acoso escolar, utilizando una herramienta como es el juego y llevándolo a cabo en un escenario fuera del habitual como es el aula, el cual nos permite visualizar los comportamientos del alumnado en un ámbito más libre de actuación frente al compañero que puede estar siendo acosado.

La Educación Física es un área que contribuye al desarrollo personal del niño desde los campos cognitivo, motriz y socio-afectivo.

Como es evidente, en la puesta en práctica de dicha U.D. surgirán malentendidos y conflictos en el juego, lo cual deberemos aprovechar como contenido eficaz para mostrar esos valores que recoge el juego bueno.

García, (2011) destaca que

A priori, tal o cual juego sea “bueno” o “malo”, estos calificativos están condicionados por nuestros principios educativos y, siguiendo éstos, entendemos que toda actividad lúdica necesita de un proceso activo por el docente para transformarla en un proceso educativo. (p. 41)

Por lo tanto, siguiendo lo que dice esta afirmación, como docentes, debemos sacar el potencial que nos ofrece el juego y la actividad física para tratar dichas problemáticas y crear un clima favorecedor de relaciones sociales entre el alumnado.

Los juegos y actividades que se proponen han sido elegidos debido al potencial que presentan para crear situaciones de conflicto en el aula y así trabajar la resolución pacífica, junto con los valores que acompañan a dicha actitud y el fomento de valores sociales y cívicos que hagan reflexionar al alumnado acerca de la temática del trabajo, el acoso escolar.

Como dice García (2011), para trabajar, en este caso el Bloque 4: juegos y actividades deportivas, hay una serie de juegos de cooperación-oposición de intervención libre y simultánea en la que los alumnos mostraran sus afinidades y diferencias, como son por ejemplo los juegos de persecución o disputa por un móvil en equipos.

También disponemos de juegos de relaciones paradójicas o ambivalentes, en los que el jugador decide si coopera o se opone a alguien.

Serán este tipo de juegos algunas de las actividades que conformaran la siguiente propuesta didáctica.

OBJETIVOS

De acuerdo con los objetivos generales de etapa, expuestos en el *Artículo 4. Objetivos de la etapa de educación primaria* de la **ORDEN EDU/519/2014, de 17 de junio, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León**, los cuales contribuyen al desarrollo de capacidades en el alumnado a lo largo de toda la etapa.

Podemos prestar especial atención a varios objetivos generales de la etapa en concreto, referidos y perfectamente aplicables a la asignatura de Educación Física y son los siguientes:

a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo y crítico 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.

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.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA:

- Conocer y comprender el juego bueno y sus características ligado al ámbito social y relaciones entre el alumnado
- Construir un clima de aula pacífico y en armonía para el bienestar de todo el alumnado
- Desarrollar valores cívicos como ciudadanos y miembros de una comunidad, en este caso, la escolar
- Fomentar el respeto al compañero tanto dentro como fuera del juego y la actividad física, sin ningún tipo de discriminación o violencia
- Trabajar la resolución de conflictos de una manera pacífica, rechazando cualquier tipo de agresión
- Desarrollar las habilidades motrices respectivas al juego y ser capaz de reconocer las dificultades que puedan surgir

- Ofrecer el propio talento o conocimiento como fuente de ayuda y mejora al resto de compañeros, fomentando así las relaciones sociales
- Ver la actividad física como herramienta socializadora y de disfrute personal y en grupo
- Fomentar el trabajo cooperativo y eliminar cualquier sentimiento de competitividad con fines negativos o discriminatorios
- Mostrar seguridad ante las propias capacidades y limitaciones de sí mismo y no verlas como impedimentos
- Detectar o tratar cualquier tipo de acoso escolar que pueda estar surgiendo

CONTENIDOS

Bloque 1: Contenidos comunes

- Técnicas de trabajo individual y en grupo con atención a los diferentes roles y a la responsabilidad individual y colectiva.
- Estrategias para la resolución de conflictos: utilización de normas de convivencia, conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego y valoración del respeto a los demás.
- Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación Física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes.
- Utilización del lenguaje oral y escrito para expresar ideas, pensamientos, argumentaciones y participación en debates, utilizando el vocabulario específico del área.

Bloque 3: Habilidades motrices

- Control motor y corporal previo, durante y posterior a la ejecución de las acciones motrices.
- Autonomía en la ejecución y confianza en las propias habilidades motrices en situaciones habituales y en situaciones o entornos adaptados.
- Desarrollo de las cualidades físicas básicas de forma genérica y orientada a la mejora de la ejecución motriz.
- Formas y posibilidades de movimiento: desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones. Iniciación, desarrollo, consolidación y

perfeccionamiento de los patrones fundamentales y de las habilidades motrices básicas.

- Adaptación de la ejecución de habilidades motrices a situaciones de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad.
- Desarrollo, práctica y asimilación de nuevas habilidades gimnásticas, atléticas y deportivas o combinaciones de las mismas y adaptación a contextos de complejidad creciente, lúdicos o deportivos.
- Desarrollo progresivo de las diferentes fases en el aprendizaje (ajuste, toma de conciencia y automatización) de acciones relacionadas con la coordinación dinámica general y la coordinación visomotriz.
- Adaptación a situaciones motrices de complejidad creciente que impliquen cambios o alteraciones en la base de sustentación y el centro de gravedad corporales, en posiciones estáticas y/ o en movimiento.
- Toma de conciencia e interiorización de la disponibilidad, de las relaciones intersegmentarias y de las alternativas de equilibración (estáticas o dinámicas), asociadas al perfeccionamiento y consolidación de los patrones fundamentales de movimiento y el desarrollo de las habilidades básicas y el desarrollo de las complejas y expresivas. Anticipación postural compensatoria.
- Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones: resolución de problemas motores utilizando el pensamiento divergente y la anticipación de estrategias y procedimientos para la resolución de problemas motrices con varias alternativas de respuesta, que implique al menos 2 ó 3 jugadores, con actitud cooperativa y mentalidad de equipo.
- Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades, desarrollando una actitud positiva ante los mismos: interés por mejorar la competencia motriz.
- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor.
- Disposición favorable a participar en actividades diversas, aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad y valorando el esfuerzo personal.

Bloque 4: Juegos y actividades deportivas

- Iniciación al deporte adaptado al espacio, al tiempo y los recursos: juegos deportivos convencionales, recreativos adaptados y deportes alternativos.
- Normas, reglas, roles y finalidad de los juegos. Comprensión aceptación, respeto, tolerancia y no discriminación hacia las normas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.
- Valoración y aprecio de las actividades deportivas como medio de disfrute, relación con los demás y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- Identificación y aceptación como propios, de los valores fundamentales del juego: el esfuerzo personal, la relación con los demás y la aceptación del resultado.
- Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas.
- Aceptación dentro del equipo, del papel que le corresponde a uno como jugador y de la necesidad del intercambio de papeles para que todos experimenten diferentes responsabilidades.

TEMPORALIZACIÓN

Esta unidad didáctica esta propuesta para llevarse a cabo en el segundo trimestre del 6º curso de Educación Primaria. La elección de esta época se debe a que los alumnos ya han adquirido ciertas habilidades motrices necesarias para la realización de los juegos deportivos que se proponen y el trabajo en equipo.

Además, las relaciones sociales ya están mayoritariamente definidas en el aula y con ello los roles de cada alumno, por lo que considero que es un momento idóneo para evitar conductas negativas y violentas y afianzar valores adecuados a la socialización y creación de un clima de aula armónico y pacífico.

La duración de la unidad didáctica “¡Juntos somos más!” será de 6 sesiones de unos 55 minutos de duración aproximadamente, teniendo lugar a dos sesiones por semana, por lo que la unidad se realizará a lo largo de 3 semanas.

El desarrollo de las sesiones se dividirá en 3 momentos, cuya temporalización aproximada será la siguiente:

Momento de encuentro	Unos 10 minutos aprox.
Momento de construcción del aprendizaje	De 35 a 40 minutos aprox.
Momento de despedida	De 5 a 10 minutos aprox.

Tabla 5. Temporalización de la sesión

METODOLOGÍA

La metodología en la que se basa es la propia experimentación del alumnado, donde a partir de sus propios conocimientos va creando nuevos. Se trata de un proceso de enseñanza-aprendizaje por descubrimiento guiado, ya que partiendo del aprendizaje significativo elaborarán nuevos aprendizajes desde el respeto, la empatía y el compañerismo, valores fundamentales que estarán presentes durante cada sesión.

Con el juego bueno propondremos retos al alumnado en el que vayan surgiendo pequeños conflictos y de los cuales ellos serán quienes les otorguen solución, siempre siendo el docente un guía para ello.

Para ello, se llevarán a cabo al final de cada sesión un pequeño debate-dialogo grupal a modo de asamblea con un estilo socializador en el que se expongan sentimientos y emociones, pensamientos, problemas... que hayan ido surgiendo, fortaleciendo así el sentimiento de pertenencia al grupo.

Además, se trabajará de una forma globalizadora ya que el desarrollo de las siguientes sesiones conlleva un trabajo transversal en cuanto a otras áreas de conocimiento como son el lenguaje y comunicación y expresión del alumnado y se dará un enfoque coeducativo, tratando de eliminar cualquier tipo de discriminación en la creación de grupos.

EVALUACIÓN

La principal herramienta de evaluación será la propia observación y un análisis de su comportamiento, actitud y participación durante las sesiones y los juegos a realizar.

Otro aspecto a valorar objetivamente serán las reflexiones que hagan en el momento de asamblea y debate, así como la propuesta de soluciones y aceptación de las mismas y las normas del juego.

Otro recurso evaluativo será la documentación pedagógica que podemos obtener durante las sesiones, como son la realización de fotos o video más propiamente, los cuales nos darán la opción de reproducir en el aula por ejemplo si lo consideramos necesario durante el tiempo de asamblea, mostrándoles así sus actos y conduciéndoles a una reflexión mucho más profunda de lo ocurrido y realizado por su parte.

Considero que este recurso es una muy buena opción, pues al verse a sí mismos cómo actúan o cómo reaccionan ante sus compañeros, les conducirá a un momento de reflexión profundo en el que esas actitudes negativas, de violencia o rechazo hacia el compañero que puedan surgir serán la propia medida o ayuda para prevenir la violencia escolar, ayudándonos del dicho “No hagas lo que no te gustaría que te hicieran” para que se pongan en el lugar del otro.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Construye y ayuda en la creación de relaciones sociales armónicas y pacíficas
- Colabora en la creación de un clima de aula armónico y cómodo para todos
- Conoce y comprende el significado de juego bueno y su relación con la socialización
- Pone en práctica los valores cívicos como respeto, empatía, tolerancia y compañerismo tanto dentro como fuera del juego o actividad física
- No muestra actitudes discriminatorias y acepta y comprende las diferencias de cada compañero
- Propone soluciones a los conflictos y lo hace de forma pacífica, rechazando cualquier tipo de violencia
- Cumple las normas pactadas

- Interviene de manera activa en los debates y comparte sus reflexiones, sensaciones y emociones con el resto

ESTRUCTURA DE LAS SESIONES

SESIÓN 1:

Nº alumnos: 24	Duración: 55 minutos
Material: pelota de tenis, balón de voleibol.	Espacio: pabellón polideportivo o gimnasio

Momento de encuentro	<p>En este primer momento presentaremos la Unidad Didáctica al alumnado y daremos pie a un pequeño diálogo preguntándoles sobre qué creen que trabajarán en ella.</p> <p>Posteriormente, daremos comienzo a un calentamiento en el que serán ellos mismos quienes lo vayan dirigiendo, siendo un par de alumnos nombrados por el docente quienes lo vayan guiando.</p> <p>Con esta actividad, requerirán del aprendizaje significativo teniendo que poner en práctica lo aprendido durante cursos anteriores.</p> <p>Para completar el calentamiento comenzaremos con un juego cooperativo llamado “<u>Pillar el nombre</u>” con el cual se tratará de no repetir los nombres ya dichos y fomentar la participación de todos estableciendo contacto entre todo el alumnado.</p>
Momento de construcción del aprendizaje	<p>Una vez realizado el juego anterior, pasaremos a otro juego de carácter cooperativo conocido como “<u>Voz Volea</u>”, en el que comenzaremos jugando sin un móvil. Veremos qué conflictos surgen y los comentaremos viendo así que soluciones proponen, después pasaremos a jugar con una</p>

	<p>pelota de tenis y repetiremos el proceso.</p> <p>Por último, les propondremos como solución jugar con una pelota de voleibol y ya finalizaremos el juego, conduciéndonos al momento de despedida.</p>
Momento de despedida	<p>Para finalizar la sesión, daremos lugar a un momento de relajación sentados en un gran círculo en el suelo y dando lugar al debate-dialogo acerca de lo ocurrido y sentido durante la sesión. Para ello, les haremos preguntas del tipo: ¿habéis sentido que os pasaban la pelota? Y vosotros, ¿a quién o quienes se la pasabais? ¿La habéis pasado siempre a un compañero diferente o siempre los mismos?</p>

SESIÓN 2:

Nº alumnos: 24	Duración: 55 minutos
Material: pelota blanda o de gomaespuma	Espacio: pabellón polideportivo o gimnasio

Momento de encuentro	<p>Comenzaremos la clase con el momento de asamblea inicial en el que diremos los juegos que realizaremos hoy y daremos paso a la misma dinámica de calentamiento previo dirigida por dos de los alumnos.</p> <p>Para entrar en juego, comenzaremos con un juego cooperativo conocido como “<u>Araña</u>”. Realizaremos un par de partidas para ver como varían los conflictos, ya que en la primera partida iniciará un solo alumno siendo la “araña” y en la segunda comenzarán ocupando ese rol varios alumnos.</p>
Momento de construcción del aprendizaje	<p>Seguidamente pasaremos al juego principal “<u>Balón prisionero</u>”. Es un juego que probablemente ya conozcan por lo que se les pedirá que lo expliquen a modo grupal y</p>

	<p>recuerden entre todos las normas del juego. Establecer normas desde un inicio servirá para ver si se cumplen o no y para ver qué conflictos surgen a partir de ellas. De nuevo, realizaremos dos partidas en las que se formaran dos equipos de 12 alumnos cada uno. En la segunda partida, les ofreceremos la posibilidad de modificar las reglas llegando a un consenso grupal y ver entonces si son válidas y qué ocurre con su cumplimiento.</p>
<p>Momento de despedida</p>	<p>Finalizadas las dos partidas, como es probable que el tiempo de juego se largue, realizaremos un debate grupal rápido acerca del funcionamiento de las reglas ya impuestas y las creadas por ellos. Así mismo, comentaremos un aspecto que observaré mucho, la equitativa participación del alumnado y el compañerismo (con actos como ayudar al compañero, pasarle la pelota, etc.)</p> <p>Antes de regresar al aula, dejare tiempo para beber agua y acudir al baño quien lo necesite, dejándoles así un breve tiempo de recuperación y relajación.</p>

SESIÓN 3:

<p>Nº alumnos: 24</p>	<p>Duración: 55 minutos</p>
<p>Material: cuerdas, aros, picas, pelotas, colchonetas y bancos.</p>	<p>Espacio: pabellón polideportivo o gimnasio</p>

<p>Momento de encuentro</p>	<p>Seguiremos nuestra rutina de inicio colocándonos en asamblea donde comentaremos más a fondo las conclusiones y reflexiones obtenidas de la sesión anterior y diremos los juegos que realizaremos en esta sesión.</p> <p>Continuaran dos alumnos nuevos con la parte del calentamiento, ya que así continuamos con el aprendizaje</p>
------------------------------------	---

	significativo y fomento de la autonomía en el alumnado.
Momento de construcción del aprendizaje	<p>Durante esta sesión, el esfuerzo físico a realizar será más leve ya que el objetivo principal es la consecución y establecimiento de unas relaciones mejores y conocimiento del compañero, así como el sentimiento de pertenencia al grupo.</p> <p>Comenzaremos con un juego conocido como “<u>La isla se hunde</u>”, donde las condiciones del juego exigirán un acercamiento de todo el alumnado y búsqueda de soluciones por parte de todo el grupo, pues el objetivo es común, no salirse de las líneas que conforman la isla.</p> <p>En función del funcionamiento que veamos del alumnado con el juego podemos ir introduciendo dificultades o realizarlo por pequeños grupos y que ellos mismo experimenten el sentimiento de unión.</p> <p>Como es un juego breve, continuaremos con otro llamado “<u>Campo de minas</u>”, donde previamente a su explicación les pediremos que repartan por el espacio de manera aleatoria el material del que dispondremos.</p> <p>Una vez colocado, se lo explicaremos y a medida que el juego avance y fallen, a la hora de volver al punto de inicio les pediremos que expliquen que alternativa o técnica realizaran en el nuevo intento.</p>
Momento de despedida	Debido al bajo esfuerzo físico que conlleva la sesión, pediremos al alumnado que recoja el material y aprovecharemos el tiempo restante para realizar una pequeña sesión de relajación.

SESIÓN 4:

Nº alumnos: 24	Duración: 55 minutos
Material: pelotas de tenis, pelotas de gomaespuma.	Espacio: pabellón polideportivo o gimnasio

Momento de encuentro	Comenzaremos la clase de una manera distinta. El calentamiento se realizará con un juego llamado “ <u>Pies calientes</u> ”. Tras su realización pediremos a los alumnos que se coloquen en posición de asamblea y comentaremos qué han sentido durante el juego y qué miedo han aflorado en ellos. Se trata de un juego cuyo objetivo principal es afianzar la confianza en ellos mismos y entre ellos como clase.
Momento de construcción del aprendizaje	Para el desarrollo principal de esta sesión les pediremos que se organicen en 4 grupos de 6 alumnos cada uno. Con ello observaremos si las relaciones han ido afianzándose o si quedan alumnos sueltos en caso contrario. Si a la hora de crear los grupos surgen conflictos y no los saben solucionar, emplearemos como medida la creación de grupos a nuestro criterio solucionando esas diferencias que observemos. Les explicaremos el juego, conocido como “ <u>Ciempies</u> ” y repartiremos a cada grupo una pelota de gomaespuma. En la siguiente partida, les cambiaremos la pelota por una de tenis, y como última partida, repartiremos a dos grupos una pelota de tenis y a los otros 2 una de gomaespuma para que intencionadamente surjan conflictos debido a la dificultad que pueda generar el juego en función de un material u otro.
Momento de despedida	Comentaremos los conflictos surgidos en el juego anterior y llevaremos a cabo una mini sesión de relajación para calmar su estado de euforia ocasionado por el juego y debate anterior.

SESIÓN 5:

Nº alumnos: 24	Duración: 55 minutos
Material: lona paracaídas, pelota blanda o de gomaespuma.	Espacio: pabellón polideportivo o gimnasio

Momento de encuentro	De nuevo comenzaremos con una pequeña asamblea para decir las actividades del día y recuperaremos el calentamiento guiado por dos de los alumnos.
Momento de construcción del aprendizaje	<p>Desarrollaremos un juego similar a uno ya practicado anteriormente pero con una modificación en la distribución del espacio y del alumnado que será la creadora de bastantes conflictos en el juego. Éste es “Balontiro en círculo”.</p> <p>Tras varias partidas, comentaremos qué ha podido influir en la creación de esos conflictos, donde primará el hecho de no tener un ángulo de visión completo.</p> <p>Debatiremos qué modalidad del juego les parece más correcta y por qué, cual les parece más integradora y qué soluciones se pueden poner.</p>
Momento de despedida	Para finalizar y regresar a un estado más de calma, realizaremos un juego el que el material será una lona paracaídas y tendrán que hacer volar una pelota a través de esta hasta lograr encestarla por el agujero del centro. Será un juego que requiera la cooperación de todo el grupo y el control de la fuerza y movimiento fijándose en el del compañero.

SESIÓN 6:

Nº alumnos: 24	Duración: 55 minutos
Material: colchonetas	Espacio: pabellón polideportivo o gimnasio

Momento de encuentro	<p>Comenzaremos la sesión con el momento de asamblea y la explicación de la actividad del día, la cual será aprovechada para observar los vínculos creados en las sesiones anteriores y como posible inicio a la siguiente Unidad Didáctica.</p> <p>Continuaremos con la dinámica de calentamiento guiada por dos alumnos y les pediremos que se agrupen en 6 grupos de 4 y cojan dos colchonetas por grupo.</p>
Momento de construcción del aprendizaje	<p>La sesión irá destinada a la práctica de <u>Acrogym</u>, siendo una base que inicie al alumnado en el conocimiento de las normas de seguridad y cuidado y práctica de posturas y composiciones grupales sencillas.</p> <p>Para ello, se les repartirá a cada grupo una hoja con ejemplos de las figuras que podrán realizar.</p>
Momento de despedida	<p>Para finalizar la sesión y la U.D. por tanto, les pediremos que se agrupen en asamblea y comenten qué les ha parecido, qué han aprendido, cómo se han sentido, si consideran que han superado sus miedos, sus expectativas, qué dificultades se han encontrado, etc.</p>

CONCLUSIONES

La realización de mi Trabajo de Fin de Grado “EL ACOSO ESCOLAR O BULLYING. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA.” Me ha enriquecido tanto en el ámbito personal como profesional, pues he podido poner en práctica facultades de investigación y conocimientos aprendidos durante mis cinco años en la Universidad de Valladolid.

Durante el desarrollo de la fundamentación teórica he tenido momentos de desilusión y decaída ya que la selección de una información relevante y comprometida con el trabajo que quería realizar fue una tarea complicada.

Son muchas las fuentes, estudios e investigaciones que se han realizado en estas últimas décadas acerca del acoso escolar, algo que como futura docente me enorgullece, pues la lucha contra ello cada vez está más asentada en la sociedad y la comunidad es consciente de la problemática.

No haber podido poner en práctica mi propuesta didáctica me entristece, pues considero que habría sido una herramienta muy eficaz para la prevención de este tipo de actitudes en el aula enfocada desde una asignatura que causa especial interés en el alumnado, la Educación Física.

Considero que esta asignatura es un arma muy efectiva debido a su carácter transversal que posee, a la amplitud de posibilidades que ofrece respecto a la práctica deportiva y su rol socializador que ofrece dentro de la comunidad educativa.

Como futura profesional de la enseñanza, este tema lo contemplo de vital importancia en la educación que vemos hoy día, pues es un problema social de actualidad y quería ofrecer mi ayuda y conocimiento a través de mi mención.

Realizar este trabajo también ha sido un proceso nuevo de formación para mí, pues con la documentación realizada y leída he aprendido cosas nuevas y que en un futuro emplearé para su prevención y conocimiento del alumnado implicado en la violencia escolar.

Una vez finalizado este trabajo puedo decir que me siento capacitada para alcanzar mi objetivo principal, convertirme en maestra de Educación Física ofreciendo una enseñanza justa, de calidad e igualitaria.

Debido a la imposibilidad de haber puesto esta Unidad Didáctica en marcha en un contexto real debido a la situación que hemos vivido actualmente por la Covid, en futuro me gustaría poder ponerla en práctica con mi alumnado y así aprender de todo aquello que ellos me enseñen y compartir mis conocimientos y experiencias con ellos.

Aunque pensemos que una vez finalizado el TFG ya sabemos todo, lo cierto es que nunca se deja de aprender, y por ello mismo, estoy dispuesta a seguir aprendiendo y convertirme en una maestra que todos mis alumnos recuerden con cariño.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Avilés, J.M. (2002). *La intimidación y el maltrato en los centros escolares (Bullying)*. España. Revista Lan Osasuna, nº2. (p.1-13)
- Casamayor, G. (Coord.)(1998). *Cómo dar respuesta a los conflictos: la disciplina en la enseñanza secundaria*. Barcelona. Graó
- Castro, A. (2007). *Violencia silenciosa en la escuela. Dinámica del acoso escolar y laboral*. Buenos Aires, Editorial Bonum.
- Cerezo, F. (2001). *La violencia en las aulas*. Madrid: Pirámide.
- Collel, J., Escudé, C. (2006). *El acoso escolar: un informe psicopatológico*. Anuario de Psicología Clínica y de la Salud, 2. (p.9-14)
- Estrada, M.A. (2016). *Acoso escolar: modelos agresivos originan acosadores*. España. SB editorial.
- Farrington, D.P. (1993) *Understanding and preventing bullying*. En M.Tonry (Ed), *Crime and Justice*, 17, (p. 381-458). Chicago: University Chicago Press.
- Fernández-Espada Ruiz, C. (s.f.). *El bullying*. (p. 1-5). Recuperado el 17 de abril de 2021.
- GARCÍA, A., (2011). *Construyendo una lógica educativa en los juegos en Educación Física escolar: "El juego bueno"*. En Revista Ágora para la Educación Física y el Deporte N°13. Universidad de Valladolid, págs. 35-54.
- Loredó, A., Perea, A., & López, G. (2008). *Bullying: acoso escolar. La violencia entre iguales. Problemática real en adolescentes*. Acta Pediátrica de México., 29(4).
- Nuñez, Mª. , Herrero, S y Aires, Mª. (2006). *Diez referencias destacadas acerca de: Acoso Escolar*. Anuario de Psicología Clínica y de la salud, 2, (p.35-50)

- Olweus, D. (1983). *Low school achievement and aggressive behaviour in adolescent boys*. En D. Magnusson y V. Allen (Eds.), *Human development. An interactional perspective* (p. 353-365). New York: Academic Press.
- Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid, España. Ediciones Morata.
- Oñate, A., & Piñuel, I. (2007). *Informe Cisneros X: Acoso y violencia escolar en España*. Instituto de Innovación Educativa Y Desarrollo Directivo.
- Ovejero, A., Smith, P. K., & Yubero, S. (2013). *El acoso escolar y su prevención: perspectivas internacionales*. Biblioteca Nueva Universidad. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Sánchez-Alcaraz, B., López, G., Valero, A., Gómez, A. (2016). Los programas de educación en valores a través de la educación física y el deporte. *REVISTA*. Murcia. España.
- Sanchez, P. (2016, 24 de abril). Bullying y el área de Educación Física. *Mundo Entrenamiento. El deporte bajo evidencia científica*. Recuperado de <https://mundoentrenamiento.com/bullying-y-educacion-fisica/>
- Senovilla (2012). *Bullying: un miedo de muerte, Radiografía de la violencia entre niños y jóvenes en las aulas españolas*. Disponible en: www.gh.profes.net/especiales.asp o http://asociacionrea.org/BULLYING/8_04_Documentos_Extensos/08.04.15.pdf
- Smith PK, Sharp S, editors. 1994. *School bullying: Insights and perspectives*. London: Routledge.
- Smith, P.K. and Brain, P.F. (2000). *Bullying in schools: Lessons from two decades of research*. *Aggressive Behavior* 26, (p. 1-9)
- Vaca, M.J., Varela, M.S. (2008). *Motricidad y aprendizaje. El tratamiento pedagógico del ámbito corporal (3-6)*. Barcelona, España: Graó

NORMATIVAS:

ORDEN EDU/519/2014, de 17 de junio, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León