



**Universitat de les  
Illes Balears**

Facultat d'Educació

**Memòria del Treball de Fi de Grau**

# L'educació emocional com a eina per pal·liar el bullying a l'escola.

Catalina Sansó Sastre

**Grau d'Educació Primària**

Any acadèmic 2015-16

DNI de l'alumne: 41536586N

Treball tutelat per Josep Vidal Conti  
Departament d'Educació Física

S'autoritza la Universitat a incloure aquest treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació	Autor		Tutor	
	Sí	No	Sí	No
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Paraules clau del treball:  
bullying, prevenció, educació emocional, educació física.

## **Resum**

Aquest treball intenta plasmar la necessitat de prevenir el bullying, fent referència als principals problemes d'assetjament escolar que podem trobar en els centres educatius. A més, en ell es realitza una revisió sobre les intervencions realitzades en aquest camp a nivell internacional i nacional.

També es proposa una manera de treballar l'educació emocional per tal de prevenir i tractar el bullying a les aules d'educació primària, concretament dins l'assignatura d'educació física i a 4rt curs, ja que aquesta assignatura realitza la funció de transmissora de valors i ja que en ella sorgeixen moltes possibilitats de treballar aquest aspecte.

La proposta consta d'una unitat didàctica en la qual es treballen diferents aspectes de la intel·ligència emocional relacionats amb els continguts a treballar a l'assignatura d'educació física (que es troben descrits al currículum) i amb la prevenció del bullying.

També consta d'una diada composta per diversos tallers (visualització d'una pel·lícula i debat sobre la mateixa, i rol play), dirigida a tots els nivells d'educació primària, la qual pretén donar a conèixer als alumnes la definició de bullying, les seves característiques, els diferents tipus de bullying que podem trobar, etc. Amb ella el que es pretén és conscienciar als nins d'aquesta problemàtica i intentar despertar-los empatia amb les víctimes de bullying.

A part d'això, consta d'una enquesta sobre el coneixement que es té del clima d'aula i de situacions hipotètiques de casos de bullying, per a realitzar-les abans i després de dur a terme els tallers i la unitat didàctica per així poder comparar els resultats obtinguts i veure si hi ha diferències en les seves respostes després d'haver-los realitzat.

**Paraules claus:** bullying, prevenció, educació emocional, educació física.

## **Abstract**

This work tries to capture the need to prevent the bullying, referring to the main problems of bullying that can be found at schools. In addition, it carries out a review of the work undertaken in this field at national and international level.

Also proposed is a way to work the emotional education to prevent and treat bullying in the classrooms of primary education, concretely in the subject of physical education and 4th grad, as this subject performs the function of transmitting values and has a lot of possibilities to work on this aspect.

The proposal consists of a unit which works with different aspects of emotional intelligence related with the content to work in the subject of physical education (which are described in the curriculum) and the prevention of bullying.

It also consists of a dyad of various workshops (one for viewing a film and discussion about it, and a role playing), aimed at all levels of primary education, which aims to inform students about the definition of bullying, its characteristics, the different types of bullying that can be found, etc. With it the aim is to raise awareness among children of this problem and try to wake them empathy with the victims of bullying.

On the other hand, it has a survey about the knowledge that the students have about the classroom climate and cases of bullying, to make them before and after the workshops and the unit, and to compare the results, that allows us to see the differences in their answers.

**Key words:** bullying , prevention , education, emotional , physical education .

# ÍNDEX

<b>1. Estat de la qüestió .....</b>	<b>pàg 6</b>
<i>a. El bullying .....</i>	<i>pàg 6</i>
<i>i. Importància de treballar el bullying a nivell de centre .....</i>	<i>pàg 7</i>
<b><i>b. Relació de l'educació física, la intel·ligència emocional i el bullying...pàg 8</i></b>	
<i>i. Connexió entre la intel·ligència emocional i l'educació física..</i>	<i>pàg 10</i>
<i>ii. El bullying i la intel·ligència emocional .....</i>	<i>pàg 10</i>
<b><i>c. Actuacions front al bullying a l'entorn escolar .....</i></b>	<b><i>pàg 11</i></b>
<b>2. Objectius del treball .....</b>	<b>pàg 13</b>
<b>3. Proposta d'intervenció .....</b>	<b>pàg 14</b>
<i>a. Mostra .....</i>	<i>pàg 14</i>
<i>b. Procediment .....</i>	<i>pàg 14</i>
<i>c. Instrument .....</i>	<i>pàg 15</i>
<i>d. Calendari .....</i>	<i>pàg 15</i>
<i>e. Desenvolupament .....</i>	<i>pàg 15</i>
<b>4. Conclusió .....</b>	<b>pàg 35</b>
<b>5. Referències bibliogràfiques .....</b>	<b>pàg 36</b>
<b>6. Bibliografia .....</b>	<b>pàg 37</b>
<b>7. Annexes .....</b>	<b>pàg 39</b>

## 1. Estat de la qüestió

### a. *El bullying*

Per tal d'entendre per què és important treballar el bullying a l'escola, primer cal saber el significat d'aquest concepte.

El bullying, també conegut com assetjament escolar o maltracte entre iguals, fou definit per primera vegada per Dan Olweus al 1978.

Moreno Olmedilla (1998) definí el bullying com a "processos en els quals un alumne o més intimiden a un altre mitjançant mal tracte psicològic o aïllament social i fins i tot violència física".

No obstant, la definició que va ser més acceptada fou l'establerta per Olweus al 1998, la qual definia el bullying com a "conducta de persecució física i/o psicològica que realitza un alumne a un altre al qual tria com a víctima d'atacs reiterats. Aquesta acció situa a les víctimes en posicions de les que difícilment en pot sortir pels seus propis mitjans; això, provoca efectes clarament negatius en les víctimes com descens de l'autoestima, ansietat, quadres depressius, etc., cosa que dificulta la seva integració en el centre escolar i el desenvolupament normal dels aprenentatges."

Martinez, J. M. A. (2002) afirma, així com Olweus, que el bullying es caracteritza per una sèrie d'aspectes: ha d'existir una víctima que serà atacada per un agressor o més, hi ha d'haver un desequilibri de poder entre la víctima i l'agressor i, finalment, l'agressió s'ha de donar en més d'una ocasió, durant un llarg període de temps i de forma reiterada. Aquesta agressió sol provocar malestar de forma sostinguda i no només quan es dona l'agressió en sí, ja que la víctima creu que pot ser l'objectiu d'altres agressions.

Segons Martinez, J. M. A. (2002), els principals tipus de bullying que podem trobar es classifiquen en:

- Físic, el qual se sol donar en forma d'empentes, puntades de peu, cops de puny, agressions amb objectes, etc. Aquest tipus d'agressió es dona més sovint a educació primària que no pas a secundària.
- Verbal, sol ser un tema habitual entre les investigacions de molts autors; se solen donar en forma d'insults o, amb més freqüència, en

forma de malnoms. També són freqüents els menyspreus en públic o l'estar ressaltant i fent palesa de forma constant un defecte físic o d'acció.

- Psicològic, solen ser accions encaminades a baixar l'autoestima de l'individu i fomentar la seva sensació d'inseguretat i temor. El component psicològic està en totes les formes de bullying. Aquesta modalitat se sol donar en quasi tots els casos de bullying però en diferent grau.
- Social, el que es pretén mitjançant aquest és aïllar a la víctima de la resta del grup, a vegades, fent partícips a altres alumnes en la realització d'aquesta acció.

A pesar d'aquesta classificació, cal dir que generalment en els casos d'assetjament s'observen característiques dels diferents tipus de bullying citats anteriorment.

#### *i. Importància de treballar el bullying a nivell de centre*

Lucena et al. (2007), van realitzar un estudi a una mostra de tercer cicle d'Educació Primària de les províncies de Granada i Còrdova en el qual es pot observar la necessitat de treballar aquest fenomen.

Un 55% dels alumnes als quals se'ls va realitzar el qüestionari, va considerar que hi havia companys que sofrien casos de bullying; i un 71% opinava que algun alumne molestava a altres alumnes i interrompia el ritme de la classe.

D'altra banda, l'estudi dut a terme per Piñuel y Oñate, «Acoso y Violencia Escolar en España», es va realitzar a diverses comunitats autònomes d'Espanya (Andalusia, Astúries, Canàries Murcia, Balears, Cantàbria, Castella i Lleó, Castella la Manxa, Catalunya, Aragó, Extremadura, Galícia, Madrid, Navarra i País Basc) agafant una mostra de 2.481.687 alumnes. Aquest estudi mostra el percentatge de bullying que trobem a les aules tant de primària i secundària com de batxillerat i podem observar que els percentatges més alts de bullying a l'aula es troben a primària, amb un percentatge del 46'7 a sisè, del 52'3 a cinquè, del 61'8 a quart, del 67'8 a tercer i del 65'2 a segon.

A més, a l'article *La inteligencia emocional: su inclusión en el currículo educativo y en el aula* publicat per La Universitat Internacional de València (VIU), es diu que “a l’hora d’integrar la intel·ligència emocional en el currículum acadèmic, s’ha de tenir en compte que la gestió de les emocions és un procés educatiu continu i permanent i que, per tant, hauria d’estar present al llarg de tot el currículum acadèmic i en la formació permanent durant tota la vida de la persona”.

Els estudis citats amb anterioritat mostren la necessitat que hi ha de treballar, intervenir i prevenir el bullying no només a nivell d'aula, sinó a nivell de centre ja que, com hem pogut observar, el bullying està present en els diferents cicles d'educació primària i l’aprenentatge de la gestió de les emocions ha de ser continua i permanent.

#### ***b. Relació de l’educació física, la intel·ligència emocional i el bullying***

Abans de parlar sobre la relació dels diferents conceptes, cal entendre cada concepte en la seva totalitat.

Referent a la intel·ligència emocional, segons Goleman (1995), aquesta és “conèixer les pròpies emocions, manejar-les, motivar-se a un mateix, reconèixer les emocions dels altres i establir relacions”. Per altra banda, Mayer i Salovey (1997) diuen que la intel·ligència emocional inclou diferents habilitats, les quals són l'habilitat de percebre amb precisió, valorar i expressar emoció; l'habilitat d'accedir i/o generar sentiments quan faciliten pensaments; l'habilitat de comprendre l'emoció i el coneixement emocional; i l'habilitat per regular les emocions per promoure el creixement emocional i intel·lectual. Fernando Pena (2014) distingeix tres nivells d’intel·ligència emocional centrant-se en les pròpies emocions. El primer nivell (nivell 0) on no s’és conscient de les emocions experimentades; el segon nivell (nivell 1) on se n’adona de la situació i, després, de les emocions; i el tercer nivell (nivell 2) on se n’adona dels canvis emocionals que es produeixen durant la situació i s’autogestiona per tal de controlar aquests canvis.

Pel que fa al concepte d'Educació Física, cal parlar de la incidència de l'esport sobre el desenvolupament psicològic, social i sobre el rendiment acadèmic. Segons Palou (2001) “l'activitat física ha estat popularment associada amb canvis positius de la personalitat del practicant i a canvis de l'afecte i l'estat d'ansietat; a més de reduir la tensió, la depressió i l'angoixa a través del sistema d'auto-percepció que es té després de realitzar activitats físiques”.

Quant al desenvolupament social, segons Borràs (2004, fent referència a Gutiérrez 1999, p. 54), “l'esport constitueix una forma de socialització de la comunitat i, per tant, es podria considerar que compleix diferents funcions socials. Per una banda, presenta una funció socio-emocional. Per altra banda, se li pot atribuir la funció pròpiament dita de socialització, ja que els practicants adquireixen un conjunt de valors, actituds, normes i formes d'actuar socialment acceptables. També pot constituir un element d'integració pel fet d'establir unes relacions interpersonals tot sense dubte conduïdes en tot moment pel fet d'utilitzar el moviment i el propi cos com a element de treball. Per últim, comporta un element de mobilitat social, ja que els practicants tenen la possibilitat de moure's en els diferents estrats, de ser reconeguts pels altres”.

Pel que fa al rendiment acadèmic, és important dir que diversos estudis mostren una relació positiva entre dur a terme activitat física i el rendiment acadèmic, recolzant que dedicar un temps substancial a activitats físiques a l'escola pot portar beneficis en el rendiment acadèmic dels infants. Els estudis mostren que l'activitat física té una gran influència en factors emocionals com l'ansietat i la depressió, la disminució de l'estrès, la millora de les capacitats intel·lectuals i cognitives, recolzats en canvis funcionals a partir de la pràctica d'activitat física i esport (Ramírez, 2004).

A partir del citat anteriorment, podem observar que l'Educació Física és un element molt important en el desenvolupament dels infants i adolescents, ja que realitzar exercici físic comporta beneficis a nivell psicològic, social i acadèmic.



### *i. Connexió entre la intel·ligència emocional i l'educació física*

“L'assignatura d'Educació Física, pel seu caràcter lúdic, vivencial i per les contínues situacions d'interacció amb altres persones permet desenvolupar habilitats tals com l'autocontrol, l'autoconfiança, la perseverança, l'entusiasme, la motivació, l'empatia, etc., totes elles immerses en la intel·ligència emocional” (Espada & Calero, 2012).

“Existeixen quatre aspectes fonamentals que constitueixen la base de l'educació física: el físic (sistema fisiològic i anatòmic), el motriu (sistema neurològic), l'afectiu (tot allò en relació a emocions, actituds, sentiments) i el social (relació amb els altres) i des d'aquesta assignatura s'han de treballar els quatre aspectes però cal destacar que els dos últims són els que es relacionen directament amb la intel·ligència emocional” (Espada & Calero 2012).

A més, “l'educació física és un escenari propici per a que l'alumnat experimenti un repertori extraordinari de vivències motrius associades a l'adquisició d'aprenentatges que poden contribuir al desenvolupament integral de la seva personalitat” (Duran, 2014 fent referència a Parlebas 2001, p. 24). “Entre els múltiples aprenentatges que es poden estimular, a través dels diferents tipus de pràctiques, com els esports, els jocs, l'expressió motriu o la introspecció motriu (Duran, 2014 fent referència a Alonso, 2011; Alonso, 2013; Lavega, 2013, p.24) mereix especial interès el desenvolupament socio-personal i, més concretament, l'educació de les competències emocionals” (Duran, 2014 fent referència a Bisquerra 2000, 2003; Bisquerra & Pérez 2007, p.24).

Mitjançant l'extracció de les idees proposades pels diferents autors, es pot concloure que l'educació física té un gran lligam amb l'educació i la intel·ligència emocional.

### *ii. El bullying i la intel·ligència emocional*

Un estudi realitzat conjuntament per l'Universitat de Còrdova (UCO) i l'Universitat de Sevilla (USE) demostra que disposar de competències emocionals protegeix a l'alumnat en front al bullying o assetjament escolar (Universitat Internacional de València).

Els investigadors creuen que cal donar suport al reconeixement d'emocions pròpies i alienes per reduir la violència a les aules ja que d'aquesta manera s'aconsegueix que l'alumnat sigui conscient de les emocions dels altres, reduint les possibilitats de que es doni la violència i afavorint que les víctimes donin una resposta adequada a aquesta situació.

L'educació emocional millora les possibilitats de tenir una resposta adequada enfront a situacions de violència. Els investigadors van observar que el nivell d'intel·ligència emocional influeix en la resposta que donen les víctimes davant al bullying. Molts de psicòlegs, pedagogs, mestres i professors consideren que una bona part dels problemes de les persones estan relacionats amb les dificultats que comporta gestionar els sentiments i les emocions.

També el treball *Convivencia e inteligencia emocional en niños en edad escolar* (Martorell, C.; González, R.; Rasal, P.; Estellés, R.) relaciona l'agressivitat dels nins amb tres aspectes de la intel·ligència emocional, que són: l'empatia, la impulsivitat i les ganes d'aventura. A més, altres autors com Henley y Long, 1999; Hernández et al., 2002; Avilés y Monjas, 2005; Díaz-Aguado, 2006; Stassen, 2007, diuen que els nins violents mostren mancances en dues qualitats essencials de la intel·ligència emocional: l'autocontrol i l'empatia.

A partir del citat anteriorment pels diferents autors podem dir que treballant des d'un principi l'educació emocional es podria prevenir la violència a les aules.

### ***c. Actuacions front al bullying a l'entorn escolar.***

A nivell internacional destacaríem el programa *Kiva* subvencionat pel ministeri d'educació de Finlàndia, el qual té una gran repercussió en el sector de l'educació gràcies al gran èxit que ha tingut en més de 300000 estudiants. El programa consta de classes teòriques, simulacions de role-play, sessions de vídeo, grups de discussió, lectura detallada sobre les formes d'intimidació i treballar amb materials de suport. Aquest programa està destinat a supervisors, mestres, personal dels centres escolars, famílies i comunitats

locals i el que es pretén mitjançant aquest programa és que tant el personal educatiu, els alumnes com les famílies entenguin què és el bullying, els tipus que se'n troben i les seves fases, a més de prevenir aquest fenomen.

A part d'això, el programa disposa de supervisors als passadissos, a la cafeteria, al gimnàs, als banys i al pati; és a dir, en els llocs on se solen donar amb més freqüència els casos de bullying.

En cas de que es doni un cas de bullying s'avisarà al personal de l'escola per posar en marxa accions de prevenció; a més, l'agressor, la víctima i els pares o tutors realitzaran una espècie de tractament amb reunions regulars durant al menys tres mesos amb la participació dels mestres, dels supervisors i dels psicòlegs del centre.

D'altra banda, els estudiants mitjançant les classes obligatòries d'ètica disposen de la informació necessària per poder identificar les senyals del bullying i saber-ne els efectes que comporta aquest sobre les víctimes.

A nivell nacional caldria destacar la *Guía de actuación en los centros educativos ante el maltrato entre iguales* del Govern Basc (Vitoria Gasteiz, 2007), el qual pretén servir com a guia d'actuació del professorat davant un cas de bullying a l'aula, ja que cal que s'actuï immediatament amb els implicats (víctimes, agressors i observadors) i els seus pares.

Aquest pla d'actuació té un caràcter bàsic que pot ser modificat, adaptat o ampliat en cas necessari d'acord amb el context i el cas en el qual s'ha d'incidir.

En primer lloc es recull la informació sobre el cas de bullying (centre, localitat, nom i cognoms, núm. Llibre escolaritat, edat i grup de la víctima i de l'agressor, i data del requeriment de la intervenció), el tipus de bullying que és i quina n'és la seva gravetat (exclusió social, agressions verbals, agressions físiques indirectes, agressions físiques directes, intimidació/xantatge, agressió sexual), el lloc on es dona el cas de bullying i els fets que s'han pogut observar.

En segon lloc, es reuneix l'equip directiu amb l'orientador per analitzar i valorar la intervenció necessària, deixant constància escrita; després s'acorden les mesures preventives que cal dur a terme per assegurar el

benestar i la seguretat de la víctima i les mesures correctores que cal dur a terme amb l'agressor.

Posteriorment, es contacta amb les famílies i es fa una reunió de manera individual per a que se sentin recolzades. Després, es completa, es compara i s'analitza la informació mitjançant les dades proporcionades per mestres, companys, famílies, víctima i agressor.

Finalment, es determina si és o no un cas de bullying, es dóna constància a la inspecció educativa i es duu a terme un pla d'actuació (amb les víctimes, els agressors, els companys de l'aula, les famílies i els docents), el qual serà compartit amb les famílies mitjançant una explicació. El pla d'actuació tindrà un seguiment i una avaluació.

A nivell local, he contactat amb el CEIP Es Cremat (escola de Vilafranca de Bonany) ja que és el centre on he realitzat les pràctiques, i he investigat què es fa davant un cas de bullying. Aquest centre consta d'un policia tutor que s'encarrega dels casos de bullying i li he realitzat una entrevista, la qual es troba a l'Annex 1, per a que m'expliqués què fa. No obstant, he de dir que l'entrevista no mostra cap indici de bullying a l'escola però alguns mestres m'han informat de que n'hi ha hagut alguns casos.

Per això he contactat amb una família d'un cas de bullying succeït en aquest centre i m'han exposat el seu cas així com les actuacions dutes a terme pel centre. Aquesta informació es troba a l'Annex 2.

Com podem veure, actualment s'estan portant a terme diferents projectes i actuacions tan a nivell internacional com nacional però a nivell local, pel que he pogut observar en aquest centre en concret, hi ha una mancança pel que fa al pla d'actuació que s'hauria de seguir en cas de bullying. És per això que en aquest treball proposo mesures per tal de pal·liar i reduir aquests casos.

## 2. Objectius del treball

- a. Conscienciar sobre la necessitat d'educar emocionalment als nins.
- b. Relacionar el bullying amb l'educació física i la intel·ligència emocional.
- c. Conscienciar als nins sobre el bullying i com pot afectar a les persones que ho pateixen.
- d. Pal·liar el bullying mitjançant la realització d'una unitat didàctica, a l'assignatura d'educació física, basada en l'educació emocional.

## 3. Proposta d'intervenció

### a. *Mostra*

La proposta està dirigida a tots els alumnes de l'etapa d'educació primària; ja que com s'ha comentat als punts anteriors, és important treballar l'educació emocional i el tema del bullying a totes les edats per tal de prevenir-ne l'aparència d'aquest a les aules més endavant.

### b. *Procediment.*

La proposta d'intervenció consta de 2 àrees:

- Una sèrie de tallers, els quals consisteixen en visualitzar un curtmetratge i realitzar debats i un rol play sobre el bullying.
- Una unitat didàctica relacionada amb l'educació emocional i realitzada a l'àrea d'educació física per tal de pal·liar el bullying a les aules d'educació primària.

Aquesta unitat didàctica es titula "Les emocions". Com el seu nom indica el que es pretén treballar mitjançant aquesta unitat didàctica és la confiança que tenen els alumnes, tan amb els seus companys com amb ells mateixos, el treball en equip, l'acceptació i valoració de les aportacions que fan els companys, el respecte, etc. Es treballarà mitjançant la realització d'activitats relacionades amb l'expressió corporal i el treball en equip.

En aquest treball només s'exposa un exemple d'unitat didàctica però cal dir que el projecte ideal seria que es duguessin a terme tres unitats didàctiques, d'unes sis sessions cadascuna, una a cada trimestre, de manera que es treballés l'educació emocional de forma constant.

Dites unitats s'haurien d'adaptar i realitzar a tots els cursos d'educació primària.

**c. Instruments**

Per tal d'avaluar l'eficàcia dels tallers s'utilitzarà un test modificat de ***Educar para la convivencia*** (*Junta de Andalucía*). Dit test s'administrarà abans del desenvolupament dels tallers per tal d'observar, per una banda, el clima que hi ha a l'aula entre els alumnes i, per altra banda, els coneixements previs que tenen els alumnes sobre el bullying. Finalment, es tornarà a passar el mateix qüestionari i es compararan els resultats per tal d'observar com s'han vist modificats aquests conceptes després de realitzar els tallers i si realment ha millorat el clima de l'aula. **Annex 3**

**d. Calendari**

Pel que fa a la posada en pràctica d'aquest projecte, en primer lloc es passaria l'enquesta sobre el clima de l'aula i les situacions hipotètiques.

En segon lloc es farien els tallers proposats.

En tercer lloc es desenvoluparien les unitats didàctiques que, com ja hem dit anteriorment, s'haurien d'impartir una a cada trimestre. La primera unitat didàctica es duria a terme el darrer mes del primer trimestre ja que això ens permetrà observar si es donen conflictes a l'aula i quin caire tenen aquests conflictes. La segona i la tercera unitats didàctiques es portarien a terme a la meitat dels trimestres corresponents. La unitat didàctica exemple que s'exposa en el present treball seria la primera, ja que tracta la confiança i servirà per unir al grup des de l'inici del curs.

Per acabar, en haver finalitzat les unitats didàctiques, es tornaria a realitzar l'enquesta als nins sobre els seus coneixements sobre el clima de l'aula i les situacions hipotètiques, per veure si les seves respostes difereixen de les donades abans de realitzar els tallers i les unitats didàctiques.

**e. Desenvolupament**

*i. Descripció dels tallers:*

- *Visualització de la pel·lícula “Acoso en las aulas”* (Marta Coolidge, 2009): A la meitat de curs una nina d'onze anys anomenada Chrissa Maxwell es muda a una nova ciutat (Minnesota) on no coneix a ningú. A la nova escola comença a sofrir bullying per part de tres companyes de classe, les quals són molt superficials i només es preocupen per elles mateixes.

<https://www.youtube.com/watch?v=W-jC3FKaYF0>

Amb aquesta pel·lícula s'introduirà als nins en el concepte de bullying i en les seves característiques.

Després de veure la pel·lícula es realitzarà un debat sobre la mateixa, per tal de veure els coneixements que tenen els alumnes del bullying i que n'opinen sobre aquest. Algunes preguntes que se'ls podria fer per començar el debat serien les següents:

- Què vos ha paregut la pel·lícula?
  - Què heu pogut observar?
  - Quines característiques presenten els agressors i quines característiques presenten les víctimes?
  - Com creus que han actuat els companys de l'aula?
  - Com actuaries davant un cas així?
  - Com creus que se sent la víctima?
  - Li diries al mestre si veiessis un cas de bullying?
- *Rol play*: A partir d'un cas real de bullying , es durà a terme un rol play. Se'ls donarà el cas a un grup, el qual haurà de representar-ne l'escena; l'altre grup observarà la representació.

Personatges del rol play:

- Víctima: persona que sofrirà el bullying.
- Agressor: persona que durà a terme el bullying.
- Còmplices de l'agressor: persones que ho veuen tot i no fan res al respecte i fins i tot donen suport a l'agressor.
- Companys de l'aula: persones que es troben a l'aula i que poden actuar o no en front al cas de bullying.
- Observadors: hauran d'esbrinar els papers de cadascú i comentar el que han pogut observar, si creuen que han actuat correctament o no.

Al final del rol play es demanarà als observadors que expliquin el cas de bullying, que identifiquin els diferents personatges i que opinin sobre aquest cas (si estan d'acord o no i per què). Per acabar l'activitat, se'ls demanarà als que han dut a terme la representació, que expliquin com s'han sentit.

ii. Unitat Didàctica “Les emocions”:

- Introducció

La unitat didàctica que s'explica a continuació va dirigida a una aula de quart curs d'educació primària i treballa l'educació emocional mitjançant activitats basades en la cooperació i el treball en equip. El que es pretén mitjançant aquesta unitat didàctica és que els alumnes treballin en equip i cooperin entre ells per resoldre les diferents activitats proposades, que es respectin entre ells i al mestre i que aprenguin a confiar en els companys, així com en ells mateixos. Aquests conceptes estan molt relacionats amb la intel·ligència emocional i cal destacar que l'objectiu principal d'aquesta unitat didàctica és aconseguir que els alumnes es relacionin entre ells d'una manera positiva, evitant conflictes i, d'aquesta manera, evitant casos de bullying.

- La present unitat didàctica contribueix de forma significativa a l'assoliment dels següent objectius del currículum d'Educació Física:
  - *Conèixer, acceptar i valorar el propi cos, les seves possibilitats de moviment i l'activitat física com a mitjà d'aprenentatge i diversió, de coneixement personal i de sentir-se bé amb un mateix i amb els altres.*
  - *Apreciar l'activitat física per al benestar i manifestar una actitud responsable cap a un mateix, cap als altres i cap a l'entorn.*
  - *Emprar els recursos expressius del cos i del moviment, de forma estètica, creativa i autònoma, comunicant i comprenent sensacions, emocions i idees.*
  - *Participar en activitats físiques establint relacions de cooperació per assolir objectius comuns, resolent mitjançant*



*el diàleg els conflictes que puguin sorgir i evitant discriminacions per qüestions personals, de gènere, socials i/o culturals així com també les conductes violentes.*

- Objectius propis de la unitat didàctica
  - Aprendre a treballar en equip realitzant diversos jocs.
  - Respectar als companys a l'hora de realitzar les activitats.
  - Valorar i acceptar les aportacions que fan els companys.
  - Usar el propi cos com a mitjà d'expressió no verbal.
  - Interpretar les diferents emocions que expressen els companys.
  - Aprendre a confiar en els altres i en un mateix realitzant activitats on és necessari per a tenir èxit.
  
- La present unitat didàctica contribueix de forma significativa a l'assoliment de les següents competències clau del currículum d'Educació Física:
  - *Competència en comunicació lingüística*  
*El llenguatge verbal i no verbal és de vital importància per mantenir les relacions de cooperació que es donen a diari en la pràctica motriu. L'educació física, per si mateixa, té un vast repertori comunicatiu, ja sigui verbal o gestual. Aquesta comunicació es veu enriquida per les característiques de l'àrea (entorn, materials i jocs), les quals possibiliten que la interacció sigui espontània i amb més expressivitat que dins l'aula convencional.*
  - *Aprendre a aprendre*  
*Els alumnes prenen consciència de les seves capacitats mitjançant l'autoimatge, la percepció i la interiorització del seu esquema corporal. La potencialitat de gestionar-les adequadament fa que pugui assolir reptes superiors i millorar les seves capacitats, tant motrius com psíquiques, afectives, emocionals, socials... , la qual cosa afecta positivament la seva autonomia i autoestima.*

- *Competències socials i cíviques*

*Si cap àrea pot aportar a l'adquisició d'aquesta competència, aquesta és l'educació física. Les relacions personals són essencials, vitals, en les activitats físicoesportives, en les quals es desenvolupa la interacció, la relació, el respecte cap a un mateix i cap als companys de joc. La resolució de problemes forma part del joc, i cal que els alumnes adoptin tot un seguit d'estratègies per afrontar amb èxit les distintes situacions. El joc en si, i a major escala l'esport, ens brinda l'oportunitat de poder actuar essent agents importants del procés: com a participant (jugador, entrenador o àrbitre, entre d'altres) o com a espectador, rols ben diferents però cada un amb la necessitat de donar resposta a uns valors propis i adequats.*

- La present unitat didàctica treballa els següents continguts del currículum d'Educació Física:

*BLOC 3. Activitats físiques artístiques i expressives.*

- *Exploració i consciència de les possibilitats i els recursos expressius del cos i demostració d'espontaneïtat i creativitat.*
- *Composició de moviments a partir d'estímuls rítmics i musicals.*
- *Elaboració de coreografies simples.*
- *Coneixement, identificació i expressió d'emocions i sentiments individuals a través del cos, el gest i el moviment.*
- *Comprensió dels missatges corporals i representacions fetes de forma individual i col·lectiva.*
- *Representacions i improvisacions artístiques amb el llenguatge corporal i amb ajuda d'objectes i materials.*
- *Escenificació de situacions reals o imaginàries que comportin la utilització de tècniques expressives bàsiques.*
- *Participació i respecte davant situacions que suposin comunicació corporal i valoració dels recursos expressius propis i dels companys.*

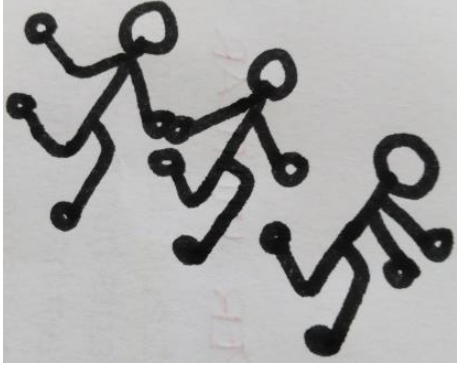

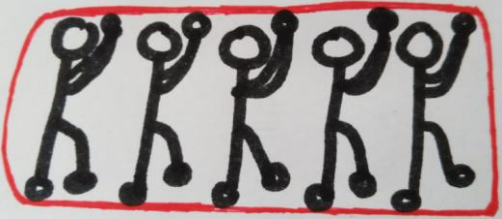
*BLOC 5. Jocs i activitats esportives.*


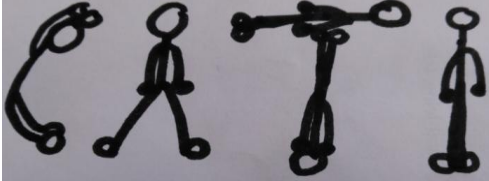
- *Identificació i valoració dels valors fonamentals del joc: l'esforç personal, la relació amb els altres i l'acceptació del resultat.*
  - *Respecte, tolerància i col·laboració amb les persones que participen en el joc i rebuig dels comportaments antisocials.*
  - *Comprensió, acceptació i compliment de les normes de joc i actitud responsable en relació amb les estratègies establertes.*
  - *Acceptació del paper que li correspon dins l'equip com a jugador i de la necessitat d'intercanvi de papers perquè tots experimentin diferents responsabilitats.*
- **Temporització**

La unitat didàctica que es proposa tindrà una durada de sis sessions i cada sessió serà de 55 minuts. A més, es durà a terme després de realitzar els tallers sobre el bullying, a finals del primer trimestre, com ja s'ha dit anteriorment.
  - **Sessions de la unitat didàctica “Les emocions”.**

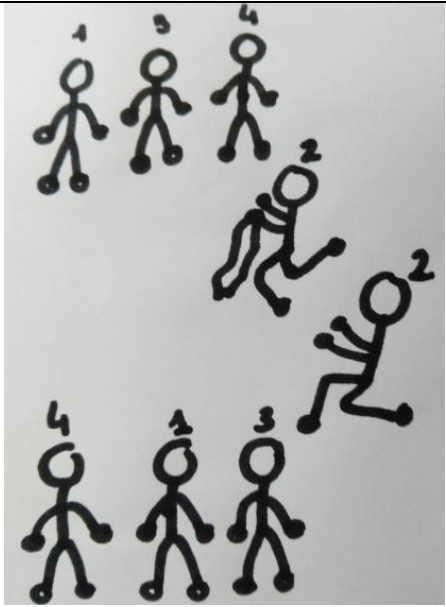
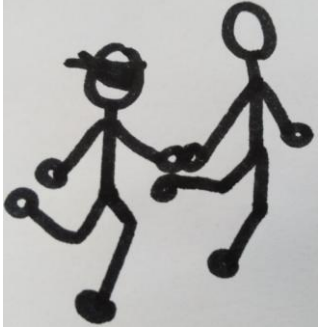
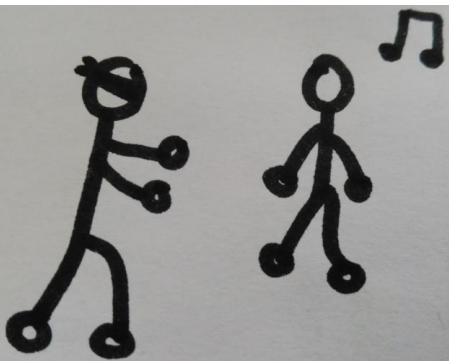
Cada sessió està estructurada en tres parts, la primera part és la d'activació, la segona és la part principal en la qual es duen a terme les activitats i finalment es realitza la teorització o tornada a la calma.

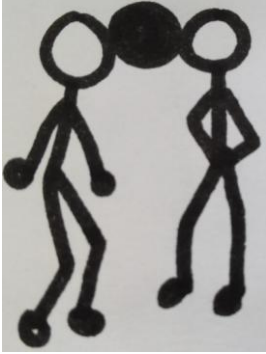
<b>SESSIÓ 1</b>	<b>NIVELL: EDUCACIÓ PRIMÀRIA</b>
<b>Instal·lació:</b> Poliesportiu.	
<b>Material:</b> màrfeques, bandes de psicomotricitat.	
<b>Objectius:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Cooperar amb els companys.</li><li>● Respectar als companys i les normes del joc.</li><li>● Acceptar les aportacions dels companys i apreciar-les.</li></ul>	

<p align="center"><b>Descripció de la tasca</b></p> <p align="center"><b>ACTIVACIÓ (10')</b></p>	<p align="center">Representació gràfica</p>
<p><b>1. “El joc de la cadena”:</b> es van desplaçant per l’espai habilitat pel mestre al poliesportiu. Un alumne ha d’intentar agafar als altres, quan agafa a un company es donen la mà i intenten agafar als altres companys; el joc acaba quan tots els alumnes es donen la mà.</p>	
<p align="center"><b>Descripció de la tasca</b></p> <p align="center"><b>ACTIVITATS (35')</b></p>	<p align="center">Representació gràfica</p>
<p><b>2. “Els transportistes”:</b> en grups de 4 han de transportar màrfegues d’una part del pavelló a una altra de les diverses maneres que diu el mestre. Per exemple: traslladem les màrfegues només usant els peus o només usant les espatlles, etc. Guanya el grup que aconsegueix traslladar més màrfegues amb menys temps.</p> <p><b>3. “La roda”:</b> Fan grups de 6 i es fiquen tots dins la banda de psicomotricitat, han d’intentar caminar coordinats i l’objectiu és arribar a l’altre part del camp el més aviat possible sense que cap membre del grup es travi o caigui fora de la banda.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Variant:</b> es van desplaçant per tot l’espai lliurement.</li> </ul>	 

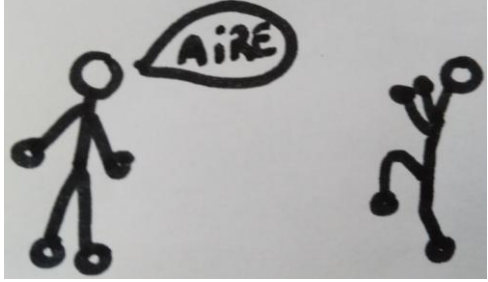
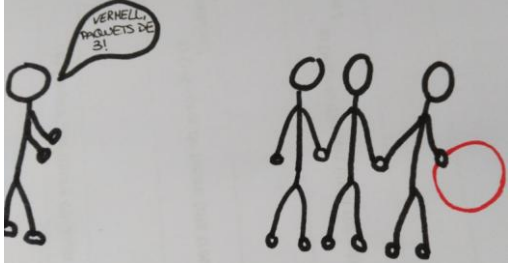
<p>4. <b>“Joc dels nuus”</b>: es fan tres grups de 8 alumnes, a cada grup dues persones donen l’esquena a la resta. Els altres s’agafen de les mans i s’embullen; després els dos que havien quedat donant l’esquena han d’intentar desembullar-los.</p>	
<p><b>Descripció de la tasca</b> <b>TEORITZACIÓ (10’)</b></p>	<p>Representació gràfica</p>
<p>5. <b>“Cream paraules”</b>: grups de 4 o 6, els membres del grup s’han de posar d’acord per representar una paraula i els altres grups han d’intentar esbrinar de quina paraula es tracta, el grup que ho esbrina passa a representar la paraula.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Variant</i>: s’ajunten dos grups i formen altres paraules més complexes.</li> </ul>	

<p><b>SESSIÓ 2</b></p>	<p><b>NIVELL: EDUCACIÓ PRIMÀRIA</b></p>
<p><b>Instal·lació:</b> Poliesportiu.</p>	
<p><b>Material:</b> mocador, antifaç, pilotes.</p>	
<p><b>Objectius :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Confiar en els companys a l’hora de realitzar les activitats.</li> </ul>	

<b>Descripció de la tasca</b> <b>ACTIVACIÓ (10')</b>	Representació gràfica
<p>1. <b>“El joc del mocador”</b>: Es separa la classe amb dos grups i cada equip es posa a una part del camp, cada equip tindrà un nombre per alumne que tingui. El mestre es posarà enmig del camp i dirà un nombre (depenent dels alumnes que hi hagi) i els alumnes que tinguin atorgats aquest nombre hauran d'intentar agafar el mocador i passar amb ell cap al seu camp sense que el de l'equip contrari l'agafi.</p>	
<b>Descripció de la tasca</b> <b>ACTIVITATS (35')</b>	Representació gràfica
<p>2. <b>“Cecs”</b>: Fan tots una fila i es posen per parelles; un de la parella es posa un antifaç per tal de no veure-hi, van corrent per la pista parella rere parella. Després es canvien el rol.</p> <p>3. <b>“Troba la teva parella”</b>: Es posen per parelles i un de la parella es posa un antifaç, es van desplaçant lliurement per la pista i el que porta l'antifaç ha de trobar a la seva parella a través del renou que aquesta va emetent per tal de que la trobi; després es canvien el rol.</p> <p>4. <b>“La pilota”</b>: Es posen per parelles</p>	 

<p>i van a cercar una pilota per parella. Cada parella es desplaça sense que li caigui la pilota, la qual han de portar entre ambdues esquenes, ambdós fronts o ambdues mans.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Variant:</b> Ara s’han de desplaçar per l’àrea delimitada i es van llançant la pilota; cada cop es fan més enfora l’un de l’altre.</li> </ul>	
<p><b>Descripció de la tasca</b> <b>TEORITZACIÓ (10’)</b></p>	
<p>5. “<b>Ens deixem caure</b>”: Es posaran per parelles un darrera de l’altre i el que esta davant tancarà els ulls i es deixarà caure en pes mort, el seu company l’ha d’agafar per tal de que no caigui a terra.</p>	

<p><b>SESSIÓ 3</b></p>	<p><b>NIVELL: EDUCACIÓ PRIMÀRIA</b></p>
<p><b>Instal·lació:</b> Poliesportiu.</p>	
<p><b>Material:</b> cercles de colors.</p>	
<p><b>Objectius :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Confiar en els companys a l’hora de realitzar les activitats.</li> <li>• Cooperar amb els companys.</li> <li>• Acceptar les aportacions dels companys i apreciar-les.</li> </ul>	

<p><b>Descripció de la tasca</b> <b>ACTIVACIÓ (10')</b></p>	<p>Representació gràfica</p>
<p>1. <b>“Mar, terra i aire”:</b> Van caminant per la zona delimitada i el professor diu terra, mar o aire, si diu terra s’han de desplaçar tres passes; si diu aire, peguen un bot i si diu mar s’acoten.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Variant:</b> Envers de dir terra, mar o aire, diu un animal i han de realitzar l’acció pertinent a l’àmbit al qual pertany l’animal.</li> </ul>	
<p><b>Descripció de la tasca</b> <b>ACTIVITATS (40')</b></p>	<p>Representació gràfica</p>
<p>2. <b>“Colors i paquets”:</b> Es van desplaçant per la zona delimitada on hi podem trobar cercles de diferents colors, el professor diu un nombre i un color, faran grups del nombre de persones que hagi dit el mestre i intentaran agafar el cercle d’aquest color sense perdre a cap membre del seu equip. L’equip que hi fiqui dintre el peu primer guanya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Variant:</b> Ara no diu el color, sinó que mostra un cercle i han de posar el peu a un cercle del mateix color.</li> </ul>	

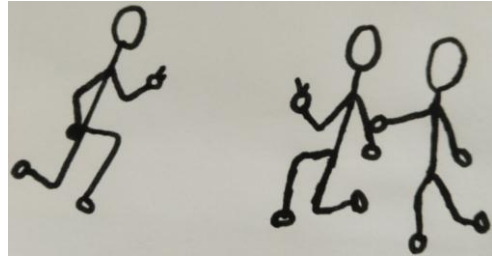


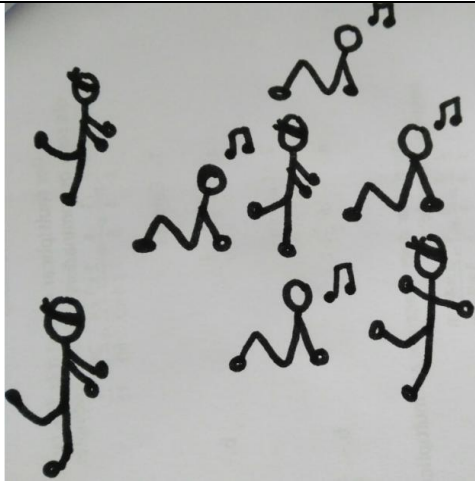
3. **“L’artista”**: Es fan grups de tres, cada alumne desenvoluparà un rol. Un serà el model, l’altre la massa de fang i l’altre l’artista, el qual durà els ulls tapats.


- El model farà una figura amb el seu cos i l’artista amb els ulls tapats haurà de convertir la massa de fang amb una escultura que representi la imatge exacte del model.


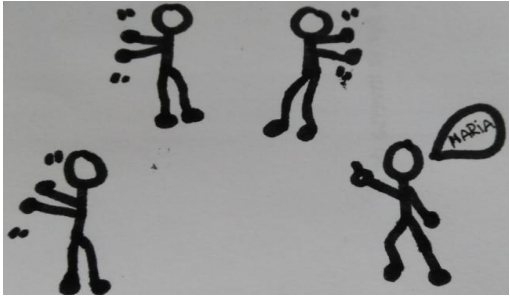
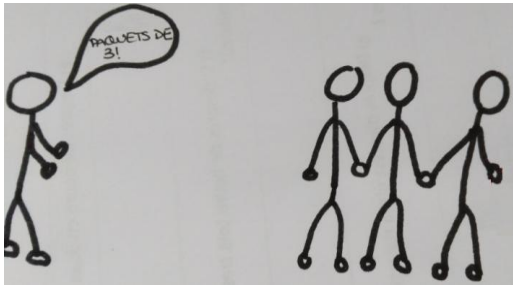
4. **“El Fotògraf”**: es posen per grups de 6 , un fa de fotògraf i els altres es posen en posició de fotografia. El fotògraf mira bé la posició en que es troben cadascun d’ells i es gira donant-los l’esquena. Les persones de la fotografia es canvien de posició i el fotògraf els ha de tornar a col·locar en la posició inicial.


5. **“Camp de mines”**: Es posen per grups de 8, 4 fan de mines i es col·loquen en diferents llocs d’una zona concreta, els altres 4 amb els ulls tapats han d’esquivar les mines, per això les mines faran soroll i com més s’hi acostin més soroll faran.

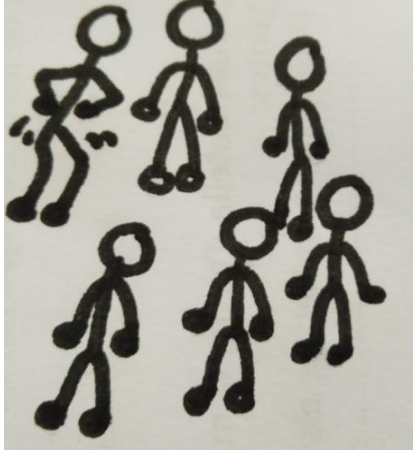


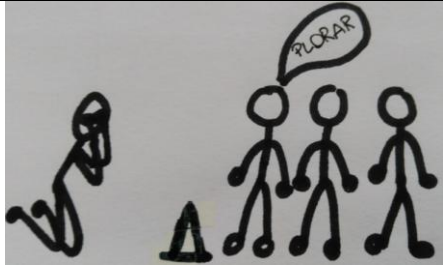
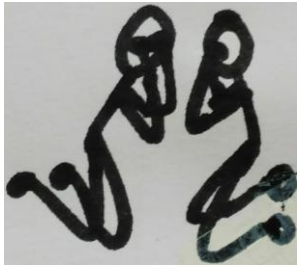
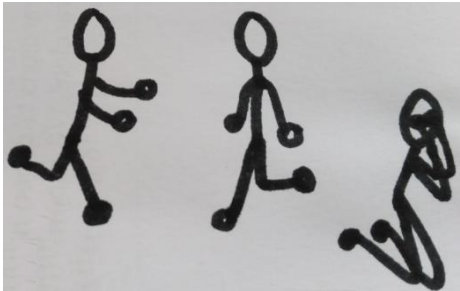
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Variante:</b> Ara fan el mateix però són 2 grups grans, on hi ha 9 caminants i 9 mines (els caminants s'han de tapar els ulls abans de que les mines es col·loquin).</li> </ul>	
<p align="center"><b>Descripció de la tasca</b> <b>TEORITZACIÓ (5')</b></p>	<p align="center">Representació gràfica</p>
<p>Reflexionen sobre la pràctica realitzada.</p>	

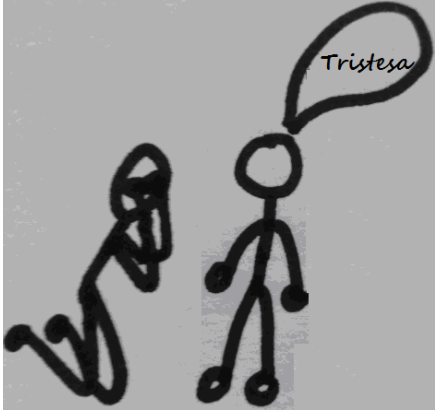
<p><b>SESSIÓ 4</b></p>	<p><b>NIVELL: EDUCACIÓ PRIMÀRIA</b></p>
<p><b>Instal·lació:</b> Poliesportiu.</p>	
<p><b>Material:</b> música variada, equip de so.</p>	
<p><b>Objectius :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar el cos com a mitjà d'expressió.</li> <li>• Tenir confiança amb un mateix al fer les activitats.</li> <li>• Adaptar-se al ritme de la música a l'hora de realitzar moviments.</li> </ul>	
<p align="center"><b>Descripció de la tasca</b> <b>ACTIVACIÓ (10')</b></p>	<p align="center">Representació gràfica</p>
<p><b>1. "Al ritme":</b> es posarà música variada i els alumnes es desplaçaran per l'espai seguint el ritme de la música.</p>	

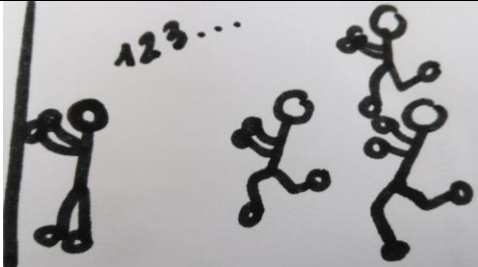
<p align="center"><b>Descripció de la tasca</b></p> <p align="center"><b>ACTIVITATS (35')</b></p>	<p align="center">Representació gràfica</p>
<p>2. <b>“Les Estàtues”</b>: els alumnes ballaran i quan la música s’aturi, hauran de quedar-se quiets com si fossin estàtues. El mestre pot donar indicacions de com han de quedar (representant un sentiment).</p> <p>3. <b>“Director d’orquestra”</b>: un alumne surt fora de l’aula, el grup queda a dintre i es tria a un alumne que serà el director, aquest ballarà a la seva manera seguint el ritme de la música i la resta l’imitarà. L’alumne que havia sortit a fora ha d’intentar esbrinar qui és el director, quan ho esbrini el que era el director surt a fora. El professor decidirà qui és el director de l’orquestra.</p> <p>4. <b>“Joc dels paquets”</b>: els alumnes es desplaçaran per l’espai ballant al ritme de la música, quan aquesta s’aturi, s’agruparan en paquets segons les indicacions del mestre (grup de 8, de 6, de 4...), cada un del grup farà un moviment diferent i després tot el grup mostrarà als seus companys tots els moviments que s’han fet al seu grup.</p>	  

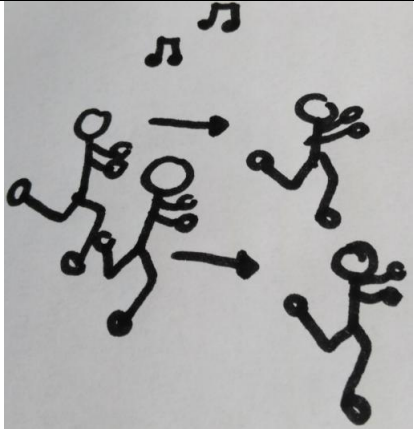

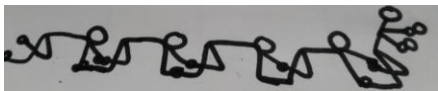
<b>Descripció de la tasca</b> <b>TEORITZACIÓ (10')</b>	Representació gràfica
<p>5. <b>“Relaxació”</b>: per parelles, asseguts al terra i amb els ulls tancats un fa fer moviments suaus al seu company al ritme de la música.</p>	


<b>SESSIÓ 5</b>	<b>NIVELL: EDUCACIÓ PRIMÀRIA</b>
<b>Instal·lació:</b> Poliesportiu.	
<b>Material:</b> música variada, equip de so.	
<b>Objectius :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar el cos com a mitjà d’expressió.</li> <li>• Tenir confiança amb un mateix al fer les activitats.</li> <li>• Apreciar i respectar la capacitat d’expressió dels companys.</li> </ul>	
<b>Descripció de la tasca</b> <b>ACTIVACIÓ (10')</b>	Representació gràfica
<p>1. <b>“A ballar”</b>: es posaran en cercle i cadascun farà un moviment al ritme de la música. Comença un i tots repetiran aquest moviment. El segon haurà de fer el moviment del 1r i el seu propi moviment, i tots repetiran ambdós moviments, i així successivament fins que tots facin els moviments de tots.</p>	

<b>Descripció de la tasca</b> <b>ACTIVITATS (35')</b>	Representació gràfica
<p>2. <b>“Relleus”</b>: de l’activitat anterior farem que els alumnes quedin en grups de 5, per tant, hi haurà 6 grups. Es posaran en fila i el 1r de cada grup anirà corrent fins a la pissarra, on hi haurà escrites 6 paraules (ex.: riure, plorar, botar, aplaudir, cridar, menjar), en triarà una i la representarà al seu grup, el qual l’ha d’endevinar. Un cop endevinada, pot sortir el 2n de la fila.</p> <p>3. <b>“El mirall”</b>: es posen per parelles, un alumne realitza diferents moviments en funció del que li transmet la música i la seva parella l’imitarà; quan el mestre ho indiqui es canviaran els papers.</p> <p>4. <b>“Endevina endevinalla”</b>: en grups de 4 o 5, han de representar una petita història davant els seus companys, els altres grups han d’explicar què ha passat a la història.</p>	  

<b>Descripció de la tasca</b> <b>TEORITZACIÓ (10')</b>	Representació gràfica
<p>6. <b>“Fotograma”</b>: es posen per parelles, cada alumne tindrà un full A o B on hi haurà plasmades diferents emocions, l’alumne haurà de representar aquestes emocions, sense parlar per tal de que el seu company les esbrini. Finalment, els alumnes es canviaran els papers.</p>	

<b>SESSIÓ 6</b>	<b>NIVELL: EDUCACIÓ PRIMÀRIA</b>
<b>Instal·lació:</b> Poliesportiu.	
<b>Material:</b> equip de so, cançó amb veus masculines i femenines, pilotes de tennis.	
<b>Objectius :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinar-se amb els companys per a realitzar les activitats.</li> <li>• Adaptar-se al ritme de la música a l’hora de realitzar moviments.</li> </ul>	
<b>Descripció de la tasca</b> <b>ACTIVACIÓ (10')</b>	Representació gràfica
<p>1. <b>“1,2,3 pica paret”</b>: un alumne es posa de cara a la paret i els altres es posen a la paret de l’enfront. L’alumne dirà un dos tres pica paret i els altres aniran corrent cap a ell, quan acabi de dir la frase es girarà i els seus companys hauran de quedar quiets. Si veu que algú es mou el farà tornar endarrere. Guanya el que primer arribi a la paret del que diu un do tres</p>	

pica paret.	
<b>Descripció de la tasca</b> <b>ACTIVITATS (35')</b>	Representació gràfica
<p>2. <b>“Persecució amb veus”</b>: es dividirà la classe en 2 grups i es posarà una cançó en la qual hi haurà veus femenines i veus masculines. Un grup perseguirà a l’altre quan sonin les veus masculines i serà perseguit per l’altre quan sonin les veus femenines.</p> <p>3. <b>“La bruixa de l’ull màgic”</b>: Un alumne fa de bruixa o bruixot. La resta es mou lliurement per l’espai a l’espera de descobrir qui és la bruixa. La bruixa encanta els jugadors aclucant l’ull, els alumnes als quals els hi cluca l’ull passats 5 segons han de fer 3 passes cap a darrera i quedar en terra com una estàtua. Si algú veu qui és la bruixa o el bruixot diu el seu nom en veu alta i triem una altra bruixa. Si no ho endevinen el joc continua però els desplaçaments es fan de diverses maneres.</p> <p>4. <b>“Els cent peus”</b>: en grups de 5 o 6, fan una filera i s’agafen dels turmells, el primer farà de</p>	  

<p>transportador amb una pilota de tennis a cada mà. Es tracta de dur totes les pilotes de tennis d'una part de camp a l'altra sense que el cent peus es desfasi, l'equip que ho faci més ràpid i amb una execució correcta guanya.</p>	
<p><b>Descripció de la tasca</b> <b>TEORITZACIÓ (10')</b></p>	<p>Representació gràfica</p>
<p><b>5. “Escultures de plastilina”:</b> es posen per parelles, un fa de tros de plastilina i l'altre l'esculpirà donant-li la forma que li sembli més divertida o representant algun personatge, objecte, etc. Després es canviaran el rol.</p>	

- Criteris i activitats d'avaluació

El mestre avaluarà als alumnes durant totes les sessions, usant un full d'observació, a partir de l'observació directa, del qual en trobem un exemple a continuació. En ell es tindrà en compte bàsicament l'actitud dels alumnes envers la unitat didàctica (participació, interès, esforç, respecte, etc.) ja que es tracta d'una unitat didàctica centrada en l'educació emocional, tot i que també s'avaluarà l'execució correcta dels exercicis.

A més, els alumnes emplenaran un petit qüestionari sobre les seves emocions i accions envers les activitats realitzades, del qual trobem també un exemple a continuació.

El full d'observació valdrà un 80% i el qüestionari un 20% de la nota de la unitat didàctica.



Full d'observació del mestre:

	<i>Sempre (1punt)</i>	<i>A vegades (0,5 punts)</i>	<i>Quasi mai (0 punts)</i>
<i>1.Respecte als companys.</i>			
<i>2.Respecte les normes de joc.</i>			
<i>3.Treballa en equip.</i>			
<i>4.Controla les seves emocions.</i>			
<i>5.No es cohibeix.</i>			
<i>6.És participatiu i actiu en el seu aprenentatge.</i>			
<i>7.Té cura del material.</i>			
<i>8.Sap interpretar el llenguatge no verbal.</i>			
<i>9.Sap expressar-se amb el propi cos.</i>			
<i>10.Adequa els seus moviments a la música.</i>			

Qüestionari dels alumnes:

	<i>Sempre</i>	<i>A vegades</i>	<i>Quasi mai</i>
<i>1.Respect als companys.</i>			
<i>2.Respect les normes de joc.</i>			
<i>3.Treball en equip.</i>			
<i>4.Control les meves emocions.</i>			
<i>5.No em cohibeixo.</i>			
<i>6.Particip i som actiu en el meu aprenentatge.</i>			
<i>7.Tinc cura del material.</i>			
<i>8.Sé interpretar el llenguatge no verbal.</i>			
<i>9.Sé expressar-me amb el propi cos.</i>			
<i>10.Adequo els meus moviments a la música.</i>			

Aquest petit qüestionari es du a terme per tal de que els alumnes siguin conscients i reflexionin sobre els exercicis que han realitzat en les diferents activitats, com han actuat en front a aquestes i com s'han sentit. A més, pot servir al professor per reforçar l'avaluació que ha realitzat.

#### 4. Conclusió

Actualment el bullying es troba present en els centres escolars d'educació primària, com s'ha pogut comprovar mitjançant diferents estudis citats anteriorment, pel que treballar en la seva prevenció i tractament s'ha convertit en una necessitat.

Es tracta, doncs, d'una demanda actual i com a resposta a aquesta demanda han sorgit diferents propostes d'intervenció, així com estudis sobre la definició de bullying, les seves característiques i altres aspectes relacionats.

El present projecte no és més que una manera de treballar en aquest camí, d'ajudar a prevenir i tractar el bullying mitjançant l'educació emocional. I per què s'usa l'educació emocional? Perquè si els alumnes són més intel·ligents emocionalment actuaran des del cor, tindran més empatia, gestionaran millor les seves emocions, etc., pel que les conductes agressives es reduiran.

Realment seria interessant que aquest projecte es posés en pràctica en diferents centres, adaptant les unitats didàctiques a les diferents edats i grups als quals anirien dirigits, i realitzant un posterior treball estadístic sobre els resultats de les enquestes per tal de comprovar si aquesta proposta millora el clima d'aula i és eficaç a l'hora de pal·liar el bullying.

Cal dir però que per a que aquest projecte funcioni, els mestres s'han de coordinar i han de posar tots de la seva part, convertint-lo en una filosofia de centre. No obstant, per a fer-ho correctament seria necessari un anàlisi més profund sobre el tema, investigant altres aspectes com ara l'aplicació d'unitats didàctiques relacionades amb el bullying i l'educació emocional en àrees diferents a la d'Educació Física.

Per acabar dir que el bullying és més freqüent del que ens pensem pel que és important que el trebalem a l'aula i que li donem la importància que es mereix, adoptant les mesures pertinents per tal d'intentar pal·liar-lo.

## 5. Referències bibliogràfiques

- Olweus, D. (1993). Acoso escolar, “bullying”, en las escuelas: hechos e intervenciones. *Centro de investigación para la Promoción de la Salud, Universidad de Bergen, Noruega*, 2.
- Olweus, D. (1998). Conductas de acoso y amenaza entre escolares. Madrid: Morata.
- Martínez, J. M. A. (2002). La Intimidación Y El Maltrato En Los Centros Escolares (Bullyng). *Revista Lan Osasuna*, 2, 1-13.
- Lucena, F. J. H., Reche, M. P. C., & Díaz, I. A. (2007). Estudio de la violencia y conflictividad escolar en las aulas de educación primaria a través de un cuestionario de clima de clase: el caso de las provincias de Córdoba y Granada. *REICE: Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 5(1), 9.
- Oñate, A. y Piñuel, I. (2006). Estudio Cisneros X: Acoso y violencia escolar en España. Madrid, Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo.
- Goleman, D., & Griese, F. (1996). Emotionale intelligenz. München: Hanser.
- Borràs, P.A. (2004). Intervenció per a la promoció de l'esportivitat en el futbol cadet a Mallorca. Recuperada de tdx.cat.
- Ramírez, W.; Vinaccia, S.; Suárez, G.R. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de Estudios Sociales*, nº 18, p. 67-75.
- Espada, M.; Calero, J.C. (2012). La inteligencia emocional en el área de educación física. *La Peonza: Revista de Educación Física para la paz*, 7, 65-69.
- Durán, A., Extremera, N.; Fernández-Berrocal, P. (2005). Inteligencia emocional y burnout en profesores. *Encuentros en Psicología Social*, 1, 260-265.
- Duran, C.; Lavega, P.; Muñoz, R.; Planas, A.; Pubill, G. (2014). Educación física emocional en secundaria. El papel de la sociomotricidad. *Apunts: Educación Física y Deportes*, nº 117, 3r trimestre, pp.23-32.
- Inspección Educativa. (2007). *Guía de actuación en los centros educativos ante el maltrato entre iguales*. 10 de Maig de 2016, de Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco. Lloc web: [http://www.euskadi.eus/gobierno-vasco/contenidos/informacion/dia6\\_erasoak\\_agresiones/es\\_erasoak/adjuntos/tratu\\_t\\_xarrak\\_c.pdf](http://www.euskadi.eus/gobierno-vasco/contenidos/informacion/dia6_erasoak_agresiones/es_erasoak/adjuntos/tratu_t_xarrak_c.pdf)
- 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.

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1415-69542011000100003&script=sci\\_arttext&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1415-69542011000100003&script=sci_arttext&tlng=es)

- Aragón Jiménez, Estrella et al. (1999). Educar para la convivencia. 06 de Maig de 2016, de Junta de Andalucía Sitio web: <http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/ishare-servlet/content/4d33ee05-7c62-4d0f-af2d-782ea3bf3418>
- Pena, F. (2014). “¿Cuáles son los niveles de Inteligencia Emocional?” [enregistrament de vídeo] (9 de setembre de 2014).
- Annex del Decret 72/2008, de 27 de juny, pel qual s'estableix el currículum de l'educació primària de les Illes Balears. [http://weib.caib.es/Normativa/Curriculum\\_IB/primaria\\_lomce/curriculum\\_educacio\\_fisica.pdf](http://weib.caib.es/Normativa/Curriculum_IB/primaria_lomce/curriculum_educacio_fisica.pdf)

## 6. Bibliografia

- Caralt, J. C., & i Miquel, C. E. (2006). El acoso escolar: un enfoque psicopatológico. *Anuario de psicología clínica y de la salud= Annuary of Clinical and Health Psychology*, (2), 9-14.
- Garaigordobil, M., & Oñederra, J. A. (2015). Inteligencia emocional en las víctimas de acoso escolar y en los agresores. *European journal of education and psychology*, 3(2).
- Landazabal, M. G., & Ramirez, J. A. O. (2015). Estudios epidemiológicos sobre la incidencia del acoso escolar e implicaciones educativas. *Informació psicològica*, (94), 14-35.
- Martorell, C., González, R., Rasal, P., & Estellés, R. (2015). Convivencia e inteligencia emocional en niños en edad escolar. *European Journal of Education and Psychology*, 2(1), 69-78.
- Saiz, E. T. (2011). El acoso escolar y las actitudes psicológicas defensivas en el primer ciclo de Educación Primaria/Bullying and defensive psychological attitudes in the first cycle of Primary Education. *REOP-Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 22(1), 28-37.
- Sen, C. (2012). *Una víctima de 'bullying' explica su sufrimiento para ayudar a otros jóvenes*. 03/02/2016, de La Vanguardia. Lloc web: <http://www.lavanguardia.com/vida/20120915/54350426598/vicitma-bullying-sufrimiento-ayudar-jovenes-acoso-escolar.html>

- Torres, L. H., & Antonio, I. B. (2011). Convivencia escolar en Educación Primaria. Las habilidades sociales del alumnado como variable moduladora. *Dedica. Revista de educação e humanidades*, (1), 173-212.
- Vilaseró, M. (2016). *Connoción en Madrid por la carta de suicidio de un niño de 11 años*. 03/02/2016, de El periódico. Pàgina web: <http://www.elperiodico.com/es/noticias/sociedad/connocion-madrid-por-carta-suicidio-nino-anos-4831447>
- Universidad Internacional de Valencia. (2016). *Inteligencia emocional: una buena forma para prevenir el acoso escolar*. 08 d'Abril de 2016, de Universidad Internacional de Valencia. Lloc web: <http://www.viu.es/inteligencia-emocional-una-buena-forma-para-prevenir-el-acoso-escolar>

## **7. Annexes**

**Annex 1: Entrevista al Policia tutor encarregat del bullying al CEIP Es Cremat.**

### **1. En què consisteix la teva funció com a tutor de bullying al CEIP Es Cremat?**

*Acudir a petició del centre, identificar les parts implicades i informar a fiscalia.*

### **2. Com s'actua en front a un cas de bullying a l'escola?**

- *Seguir els protocols propis de l'escola.*
- *Informar a serveis socials i/o educadors.*
- *Informar a Policia Tutor per fer-ho arribar a fiscalia.*

### **3. Hi ha algun tipus de prevenció del bullying? En cas afirmatiu, en què consisteix? Creus que és suficient per prevenir-ho?**

*Sí. Hi ha xerrades preventives del bullying per part de qualssevol dels col·lectius mencionats al punt anterior.*

### **4. Si es dóna un cas de bullying i la proposta per combatre-ho no és eficaç, què es fa?**

*La gravetat del cas fa que intervinguin més o menys professionals i en darrera instància intervé la fiscalia que dictamina què s'ha de fer en cada cas.*

### **5. S'ha donat algun cas de bullying a l'escola? Si és així, explica'l.**

*No ha arribat cap cas al Policia Tutor, la qual cosa no vol dir que no n'hi hagi hagut. Depenent de la gravetat del cas els docents intenten fer les intervencions que creguin adequades sense haver d'implicar als serveis de menors; ja que si acudeixen al Policia Tutor, aquest avisa als serveis de menors.*

### **6. Creus que a les escoles se'ls dóna la informació suficient als nins sobre aquest tema?**

*L'escola és un organisme independent del Policia Tutor, pel que cada escola dóna la informació que creu convenient i si ho troben oportú poden sol·licitar recursos d'altres organismes com Policia Tutor.*

## **Annex 2: Cas de bullying al centre CEIP Es Cremat.**

Abans de començar amb l'explicació del cas de bullying que es va donar des del curs 2013/2014 fins al curs actual (1er, 2n i part de 3er d'educació primària), cal dir que no es donarà cap tipus d'informació personal que pugui facilitar la identificació de les persones involucrades.

Quan va començar el curs 2013/2014, la víctima va començar a patir Enuresis nocturna (fer-se pipi els vespres), la qual cosa va estranyar a la seva mare, ja que des dels 2 anys la nina anava al bany; per això, la van dur al pediatre, el qual els va dir que probablement es devia a un problema urinari.

Posteriorment, quan va acabar el curs acadèmic i van donar les vacances d'estiu, la nina va deixar de patir Enuresis nocturna, fins que van tornar a començar les classes; va ser aquí quan la mare, després d'haver comentat el problema amb altres mares i creure que es podria tractar d'un cas de bullying, decidí anar a parlar amb la tutora. Aquesta, li negà i li digué que ho diria a la directora del centre i als altres mestres per tal d'investigar-ho.

La nina va tornar al pediatre, que va voler traspasar el seu cas a psiquiatria per tal d'investigar quin era el motiu pel qual patia la Enuresis només a unes certes èpoques de l'any i que a més sempre coincidien amb el calendari del curs acadèmic.

A partir d'aquí, anaren a psiquiatria, la nina no volia parlar en presència de la seva mare.

La nina va contar tot el que li havia succeït i la psiquiatra va fer entrar a la seva mare, li va dir que volia cridar al centre educatiu per informar-los de que es tractava d'un cas de bullying. També, es posaren en contacte amb el consell d'educació per tal de donar-li una solució.

Pel que fa al centre educatiu no tenien constància de cap cas de bullying, no havien contactat amb el policia tutor ni amb el consell d'educació.

Va acabar el curs acadèmic i va tornar a passar el mateix. Quan van tornar a començar el curs, la nina tornà a tenir el mateix problema i el consell d'educació anà al centre per veure quin tipus de mesures prendrien per tal de solucionar aquesta situació. El centre va canviar a la víctima d'aula, cosa que estranyà al consell, ja que en casos de bullying qui es desplaça de l'aula sol ser l'agressor i no la víctima.

Finalment, la nina es troba a l'altre grup, ja no sofreix Enuresis i es troba millor, ja no sofreix bullying. No obstant, els pares no saben si posar mesures legals en contra de les actuacions per part del centre, ja que a pesar de la insistència de la mare no ha estat fins al curs actual que han aturat el cas de bullying.

### ***Annex 3: Enquesta a realitzar als nins abans i després dels tallers proposats.***

<b><i>Qüestionari sobre el clima d'aula</i></b>	
<b><i>Preguntes:</i></b>	<b><i>Possibles respostes:</i></b>
1.Et sembla difícil portar-te bé a l'aula o amb els teus companys?	a. Gens. b. Un poc. c. Bastant. d. Molt.
2.Creus que menysprear a un company pot causar-li mal estar?	a. No. b. Depèn del company. c. Depèn del malestar. d. Si.
3.Si un company no es sentís bé, què faries?	a. L'intentaria ajudar. b. Ho diria al mestre. c. No ho tinc clar. d. Res.
	a. Ho diria al mestre.



4.Si un company et molestés, què faries?	b. Li pegaria. c. Res.
5.Si uns companys menyspreessin a un altre company, què faries?	a. Ho diria al mestre. b. Faria el que fan els altres. c. No ho tinc clar. d. Res, m'és igual.
6.T'agrada més treballar en grup o de manera individual?	a. En grup. b. Individualment. c. M'és igual.
7.Creus que tots els nins de l'aula s'hi troben a gust?	a. Tots. b. Quasi tots. c. Alguns.
8.Creus que podria millorar la relació amb els companys?	a. Si. b. No.

### *Qüestionari sobre situacions hipotètiques*

<i>Preguntes:</i>	<i>Possibles respostes</i>
1.Per acabar un treball necessites un llibre que té un altre company. Què faries?	a. Li prendria el llibre. b. Li demanaria si el me deixa. c. Li diria per compartir-lo.
2.Un company de la teva aula sempre està sol i trist. Un dia dos nins li fan burla i molts dels teus companys riuen. Què faries?	a. Ho diria al mestre. b. Depèn del company. c. El que fan els altres companys. d. Passaria del tema.
3.Un dia jugant a futbol uns nins tiren a terra a un altre company i es fa sang. Què faries?	a. Intentaria ajudar-lo. b. Ho diria al mestre. c. Res.
4.Te n'adones de que un company està molt entristit pels menyspreus que li fan altres companys. Què faries?	a. Ho diria al mestre. b. El que fan els meus companys. c. No ho tinc clar. d. Res, m'és igual.
5.Si un company et menysprea ho diries a	a. Si, ho diria a _____.

algú del centre? En cas afirmatiu a qui ho diries?	b. No.
6.Si veus que fan una injustícia a algun company (sigui el qui sigui) l'intentaries ajudar?	a. Si. b. Potser. c. No.

### *Questionari sobre el bullying*

<i>Preguntes:</i>	<i>Possibles respostes:</i>
1.Has sentit parlar mai del bullying?	a. Si. b. Si, però no sé què és. c. No.
2.Saps què és el bullying?	a. Si. b. No.
3.Què creus què és el bullying?	a. Fer menyspreus a algú. b. Riures dels altres. c. Pegar a algú. d. Fer mal a una altre persona. e. Tot el dit anteriorment.
4.Creus que a la teva aula n'hi ha?	a. Si. b. No ho sé. c. No.
5.Creus que a la teva escola n'hi ha?	a. Si. b. No ho sé. c. No.
6.Creus que el bullying és dolent?	a. Si. b. No.
7.Saps quins efectes té el bullying sobre les persones que el sofreixen?	a. Si. b. No.