



**Chicote-Beato, M.; González-Villora, S.; Bodoque-Osma, A. R. (2022).** La mejora del autoconcepto a través de la Educación Física como factor protector de cyberbullying en Educación Primaria. *Journal of Sport and Health Research*. 14(Supl 1):57-68.

**Original**

## LA MEJORA DEL AUTOCONCEPTO A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO FACTOR PROTECTOR DE *CYBERBULLYING* EN EDUCACIÓN PRIMARIA

## THE IMPROVEMENT OF SELF-CONCEPT THROUGH PHYSICAL EDUCATION AS A PROTECTIVE FACTOR OF CYBERBULLYING IN PRIMARY SCHOOL

Chicote-Beato, M.<sup>1</sup>; González-Villora, S.<sup>2</sup>; Bodoque-Osma, A. R.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Facultad de Educación. Campus de Cuenca. Universidad de Castilla-La Mancha

<sup>2</sup>Facultad de Educación. Campus de Albacete. Universidad de Castilla-La Mancha

---

Correspondence to:  
**Sixto González Villora**  
 Universidad de Castilla-La Mancha  
 Facultad de Educación.  
 Campus de Albacete  
[Sixto.gonzalez@uclm.es](mailto:Sixto.gonzalez@uclm.es)

---

*Edited by: D.A.A. Scientific Section  
 Martos (Spain)*



Received: 07/07/2022  
 Accepted: 18/07/2022



## RESUMEN

El aumento en el uso de las tecnologías a raíz de la pandemia causada por la COVID-19, ha desarrollado con mayor intensidad riesgos a los que los alumnos están expuestos en el contexto virtual. De esta manera, el acoso se ha ampliado al ciberespacio incrementándose entre el alumnado de Educación Primaria. Las consecuencias que tiene esta problemática se visibilizan en factores psicosociales y psicoemocionales, resaltando el autoconcepto como un factor protector del acoso online. Una de las formas de abordarlo es a través del aprendizaje cooperativo en educación física, puesto que si se enseña correctamente fomenta el desarrollo personal y social de los estudiantes, así como mejora la convivencia y reduce las conductas de exclusión y agresión. Por estos motivos, se presenta una propuesta didáctica cuya finalidad es integrar el aprendizaje cooperativo como metodología preventiva del acoso y ciberacoso, focalizando la atención en la mejora del autoconcepto del alumnado.

**Palabras clave:** Cyberbullying, bullying, Aprendizaje Cooperativo, Educación Física, autoconcepto.

## ABSTRACT

The increase in the use of technologies because of the pandemic caused by COVID-19 has developed the risks to which students are exposed in the virtual context. In this way, bullying has been extended to cyberspace, promoting an increase in cyberbullying among primary school students. The consequences are visible in psychosocial and psychoemotional factors, emphasizing self-concept as a protective factor of online bullying. Therefore, it would be worth addressing its development in educational centers. One of the ways to tackle self-concept is through cooperative learning in physical education, since if it is taught correctly, it promotes the personal and social development of students, as well as improves coexistence and reduces exclusion and aggression behaviors. For these reasons, a didactic proposal is presented whose purpose is to integrate cooperative learning as a preventive methodology for bullying and cyberbullying, focusing attention on the improvement of students' self-concept.

**Keywords:** Cyberbullying, bullying, Cooperative Learning, Physical Education, self-concept.



## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el acceso a las Tecnologías de la Información y la Comunicación se realiza cada vez a edades más tempranas y con una mayor frecuencia de uso. Una investigación realizada por Smahel et al. (2020), indicó que más de la mitad de los niños españoles consumen un 90% de su tiempo utilizando las tecnologías. Además, un estudio realizado por Garmendia et al. (2016), estableció que la edad media en la que los niños hacen su primer acceso a internet de manera independiente es a los siete años, teniendo su primer teléfono móvil a los diez. Sin embargo, estos datos se van incrementando cada año y especialmente a raíz de la situación vivida debido a la Pandemia causada por la COVID-19. En un estudio de Franco (2021) realizado a alumnado de Educación Infantil, se destacó que el 79,1% de niños de entre 3 y 6 años, utilizaban el móvil de sus padres y un 60,7% la *Tablet*, para ver vídeos o acceder a webs, aplicaciones o juegos, de los cuales un 26,9% lo hacían a través de su propio dispositivo. A través de esta investigación citada, se demuestra que ese primer acceso a los dispositivos móviles y a las conexiones *online* se realiza desde que el alumnado tiene una corta edad.

A pesar de que las tecnologías pueden ofrecer ventajas como el acceso a la información o incluso la facilidad de la comunicación, destacan principalmente los inconvenientes cuando el alumnado se encuentra en una edad temprana.

Uno de los principales problemas que esta situación ocasiona es el *cyberbullying*, definido como un comportamiento agresivo intencionado que se repite en el tiempo y se realiza a través del uso de dispositivos electrónicos contra víctimas que no pueden defenderse fácilmente por sí mismas (Tokunaga, 2010).

En un estudio realizado por Andrade et al. (2021) para UNICEF, se estableció que la tasa de victimización por ciberacoso se encontraba en un 22,5% de una muestra de 41509 adolescentes de 11 a 18 años.

Hasta la fecha, los estudios de ciberacoso (*cyberbullying*), se han centrado en la etapa de Educación Secundaria. No obstante, analizando el ciberacoso en Educación Primaria, se demostró que

el 38,8% de estudiantes con edades comprendidas entre los 8 y los 12 años, habían presenciado ciberacoso y, por lo tanto, existían ya las figuras de cibervíctima y ciberagresor en esas edades (Doumas y Midgett, 2021). Estos datos demuestran la relevancia de la problemática que se presenta y la necesidad de reducir la prevalencia de este tipo de acoso para evitar las consecuencias negativas que esta situación ocasiona en el alumnado implicado tanto directa como indirectamente.

### *Consecuencias del cyberbullying*

Este uso continuo y precoz de las tecnologías ha aumentado los riesgos a los que se está expuesto, influyendo en el desarrollo social y emocional, así como en el bienestar psicológico del alumnado (Garaigordobil, 2017). Estas consecuencias se pueden manifestar en indicadores como el autoconcepto, la autoestima, la ansiedad, la depresión, el sentimiento de soledad (Marciano et al., 2020), o mayores dificultades académicas, entre otras (Oriol et al., 2021).

Sin embargo, cabría resaltar que no se dan solamente en la cibervíctima y en el ciberagresor, sino que se extiende también a los espectadores, llegando a tener unas consecuencias negativas más intensificadas (Allison y Bussey, 2016). Es por ello que se requiere abordar esta temática en la realidad escolar para evitar los efectos adversos ocasionados.

### *Influencia del autoconcepto*

Como se ha podido observar, el autoconcepto, definido como las percepciones que tiene una persona de sí misma, formadas a través de la experiencia y el ambiente (Shavelson et al., 1976), es considerado como un factor protector de conductas relacionadas con el *cyberbullying*.

Este constructo, como se establece en Ortuondo et al. (2022), tiene naturaleza multidimensional y jerárquica, siendo una de sus dimensiones el autoconcepto físico, referido como una representación mental, a nivel perceptivo y cognitivo, que un individuo tiene acerca de su ser corporal atendiendo a sus rasgos físicos, tamaño y forma del cuerpo (Revuelta et al., 2016). Éste es considerado como uno de los dominios más relevantes en la



configuración del autoconcepto general y la autoestima del individuo (Fernández et al., 2010), y uno de los que más se ve afectado en las conductas de ciberacoso. Por lo que, conociendo su influencia, integrar la mejora del autoconcepto en las diferentes etapas educativas es trascendental para prevenir conductas relacionadas con las agresiones en línea.

#### *Papel del centro educativo*

La investigación de Andrade et al. (2021) resaltó que el 72,9% de los adolescentes que sufren acoso online también lo sufren fuera del contexto virtual. Por lo tanto, estos datos demuestran que tanto el *bullying* como el *cyberbullying*, son dos problemáticas relacionadas que comparten un objetivo común y resulta necesaria su intervención y reducción en el contexto escolar. Esta es una de las razones por las que, la propuesta que se presenta, abordará también el *bullying* y no solamente el *cyberbullying*.

En esta misma línea, se considera la Educación Física como uno de los factores que tiene un papel fundamental en la mediación y reducción de estas situaciones, así como en la mejora del autoconcepto. Ésta es una práctica social cuyo objeto de estudio involucra competencias que trabajan la convivencia, la responsabilidad, la cooperación, la equidad, la inclusión o la multiculturalidad (Benítez-Sillero et al., 2021), resultando el medio idóneo para erradicar la violencia. Estas razones, destacan la importancia de la participación de los alumnos en actividades de Educación Física para el desarrollo de su autoestima, así como para la mejora del clima de clase reduciendo las conductas de acoso y ciberacoso y consecuentemente, disminuyendo la victimización (Benítez-Sillero et al., 2020).

Asimismo, se han encontrado factores relacionados con la Educación Física que están asociados a este tipo de acoso, como puede ser la insatisfacción con el propio cuerpo, la percepción de baja competencia física (Bejerot et al., 2013), las actividades que promueven altos valores de competitividad (Haegele y Kirk, 2018) o el sobrepeso, siendo este último uno de los elementos con mayor relevancia (Peterson et al., 2012). Es por ello considerada como una asignatura que tiene poder para abordar y disminuir el acoso y el ciberacoso (Holt/Hale y Persse, 2015), permitiendo el desarrollo personal y social de los

estudiantes y la mejora de la convivencia (Méndez et al., 2019).

La revisión sistemática realizada por Jiménez-Barbero et al. (2019), destacó la importancia de integrar actividades en Educación Física que valoraran tanto la competencia como las habilidades sociales como una vía para evitar el rechazo y la victimización entre iguales.

En esta misma línea, Benítez-Sillero et al. (2020), en el programa que desarrollaron para reducir el *bullying* y el *cyberbullying* a través de la Educación Física, destacaron como una habilidad esencial y necesaria en el desarrollo de intervenciones, el trabajo de la cooperación dentro de la propia asignatura para reducir estas conductas y mejorar el clima de clase.

Por lo tanto, en este punto, se podría destacar el Aprendizaje Cooperativo (Johnson et al., 2013), como un medio adecuado para intervenir el *cyberbullying* en los centros educativos (Evangelio et al., 2022) y paliar aquellos factores negativos que influyen en el alumnado. Es definido como “un modelo pedagógico en el que los estudiantes aprenden con, de y por otros estudiantes a través de un planteamiento de enseñanza-aprendizaje que facilita y potencia esta interacción e interdependencia positivas y en el que el docente y estudiantes actúan como coaprendices” (Fernández-Río, 2014, p. 6). Este modelo, tiene que cumplir los cinco elementos fundamentales (Johnson y Johnson, 1994):

- Interacción promotora
- Interdependencia positiva
- Responsabilidad individual
- Procesamiento grupal
- Habilidades sociales

Teniendo en cuenta los elementos mencionados anteriormente, este modelo destaca por la reducción de conductas de exclusión y agresión, la resolución de conflictos, el autocontrol, la mejora del autoconcepto, la responsabilidad, la deportividad, el trabajo de la competencia emocional y la mejora de la cohesión de grupo (Fernández-Río et al., 2017),



estimulando y exigiendo las mismas oportunidades, desarrollando la tolerancia y construyendo relaciones de igualdad (Azorín, 2018). Es por ello, que se pueden identificar características que previenen comportamientos de acoso y ciberacoso. Una investigación llevada a cabo por Ferriz et al. (2019), ya demostró que la metodología cooperativa en Educación Física reduce las conductas agresivas y disruptivas, y mejora el autoconcepto físico de los estudiantes, así como el comportamiento prosocial, emocional y asertivo. Además, la promoción y creación de ambientes seguros disminuye la vulnerabilidad para ser cibervictimizado (Flores et al., 2020).

De manera complementaria, si al Aprendizaje Cooperativo, se le añade el trabajo de la competencia emocional en el aula, y especialmente en las clases de Educación Física, y se focaliza en la mejora del autoconcepto, se permitirá una mejora en el desarrollo infantil y en el funcionamiento social óptimo. De esta forma, se considera que la educación en estas habilidades media en el acoso y en el ciberacoso y los reduce, promoviendo la satisfacción con la vida y mejorando la convivencia en el aula (Schoeps et al., 2018). Este último factor se ha observado que tiene efectos moderadores apoyando el papel promotor del compromiso cognitivo conductual de los estudiantes (Yang et al., 2020) y promoviendo la inclusión de las poblaciones minoritarias.

Es por estas razones por las que integrar contenidos como los juegos cooperativos, la expresión corporal, la dramatización, cuentos motores, actividades de concienciación y limitación corporal o los juegos simbólicos, permiten abordar la problemática que se presenta (Benítez-Sillero et al., 2020).

Finalmente, estos contenidos deben de ser incluidos de manera activa a través de la figura del maestro de Educación Física, puesto que es una pieza clave para afrontar la problemática que se presenta. Infundir en el alumnado un clima de tolerancia y respeto, promover la colaboración, así como tener un rol activo a la hora de encarar comportamientos de violencia entre iguales, enfatiza y traslada estos valores a los estudiantes, favoreciendo la disminución de conductas agresivas tanto en la realidad escolar como en la virtual.

### *Objetivos de la propuesta*

Una vez establecido el marco teórico en el que se establece la presente propuesta didáctica, los objetivos de esta son los siguientes:

- Describir propuestas educativas para abordar el *cyberbullying* y, por consiguiente, el *bullying*, en Educación Física.
- Declarar y mostrar la importancia que tiene la mejora del autoconcepto para reducir conductas de acoso y ciberacoso.
- Resaltar la idoneidad del Aprendizaje Cooperativo para mejorar el clima de clase y reducir comportamientos de agresión en el contexto escolar y virtual

### **MÉTODO**

La propuesta didáctica que se plantea está destinada a alumnado de Educación Primaria, especialmente a los cuatro últimos cursos de esta etapa educativa (3º, 4º, 5º y 6º de Educación Primaria), puesto que es en estas edades donde se producen los primeros casos. Sin embargo, puede ser adaptada para llevarse a cabo en los primeros cursos de Educación Primaria, como actividades de prevención, o en Educación Secundaria.

### *Descripción de la propuesta*

Las actividades que se proponen están estructuradas en seis módulos diferenciados, con el objetivo de abordar todos aquellos contenidos relacionados con el *bullying* y el *cyberbullying*. Estas secciones son las siguientes:

- Conceptualización de *bullying* y *cyberbullying*.
- Identificación de los roles implicados en estas situaciones (víctima, agresor y espectador).
- Consecuencias que tienen este tipo de conductas y las responsabilidades tanto individuales como sociales que tiene cada uno de los roles.
- Fomento del autoconcepto y de la autoestima en el alumnado como factores protectores para evitar las situaciones de agresión entre iguales.



- Refuerzo de la empatía para ponerse en el lugar de la persona que sufre acoso o ciberacoso y concienciar de las consecuencias negativas que supone.
- Estrategias de afrontamiento para conocer cómo abordar posibles situaciones que pudieran surgir.

Esta propuesta didáctica ha sido diseñada para llevarse a cabo en ocho sesiones de 45 minutos cada una, ofreciendo suficiente tiempo al alumnado para concienciarse sobre la temática que se afronta en este trabajo y que entiendan el papel esencial que tienen en la intervención y prevención. Se describirán aquellas estrategias que se estiman como necesarias para abordar el contenido específico en el área de Educación Física aportando una base que pueda ayudar a los docentes a intervenir y evitar situaciones de agresión tanto en el ámbito escolar como en el virtual.

Se han seleccionado como contenidos la cooperación entre iguales, la competencia emocional, la empatía, el autoconcepto, la autoestima, la imagen corporal y el conocimiento del propio cuerpo. Todos ellos, como se ha mencionado en el marco teórico, son

valores y conceptos que influyen en las conductas relacionadas con el acoso y el ciberacoso.

En el caso de la cooperación, tendrán en cuenta los cinco elementos fundamentales, mencionados en el marco teórico y se seguirán las tres fases del Aprendizaje Cooperativo que se proponen en Fernández-Río (2017), utilizando estrategias específicas según la complejidad de cada una de las tareas.

- Fase 1: Creación y cohesión de grupo.
- Fase 2: El aprendizaje cooperativo como contenido.
- Fase 3: El aprendizaje cooperativo como recurso.

La organización de la clase en el desarrollo de las actividades irá variando del gran grupo-clase, a grupos pequeños dependiendo de las necesidades de cada una de las tareas y objetivos propuestos en cada módulo. En la tabla 1, se muestra una descripción de las actividades que se proponen:

**Tabla 1.** Actividades propuestas

FASE DEL AC	CONTENIDOS	PROPUESTA
<b>Fase 1</b> <b>(Sesiones 1-2)</b>	Concepto de <i>bullying</i> y <i>cyberbullying</i>	Se pretende que el alumnado se introduzca en la temática objeto de estudio. Es por ello por lo que se educa sobre qué es el <i>bullying</i> y el <i>cyberbullying</i> , fomentando la comunicación intergrupo e intragrupo e incrementando la capacidad de reflexión y crítica.  La cohesión de grupo es una condición necesaria para que se produzca el aprendizaje cooperativo, por lo que se facilitará que todos los estudiantes se relacionen entre ellos.  En esta primera fase, se realizarán tareas que les permitan conocerse entre ellos, perdiendo la vergüenza y fomentando el contacto directo entre todos los compañeros de la clase.  Se propone la realización de un cuento motor para identificar las situaciones de acoso y ciberacoso que se producen en el día a día, tanto dentro del aula como fuera de ella.  Se resaltarán la expresión corporal y el autoconocimiento del propio cuerpo y de uno mismo. A lo largo del cuento motor, tendrán que expresar y reproducir los roles de los diferentes protagonistas de la historia, así como expresar las emociones que se vayan mencionando. Tendrán que ponerse en el lugar del otro, siendo conscientes de las emociones y comenzando a desarrollar la empatía.
	Empatía	Teniendo en cuenta lo trabajado en la sesión anterior, se reforzará la empatía, resaltando la confianza y el autoconocimiento de uno mismo como medio para mejorar la ayuda hacia los



		demás.
		<p>Para ello, se propone la realización de juegos en los que se les tapen los ojos, tengan los brazos unidos o las piernas atadas, y por lo tanto, tengan dificultades, destacando la necesidad de cooperación entre los compañeros de grupo, para poder superar aquellos obstáculos o dificultades que se les puedan presentar. Será primordial que se resalte cómo se siente una persona que sufre <i>bullying</i> o <i>cyberbullying</i>, y se promoverá que los estudiantes se pongan en el lugar de la víctima al sentir indefensión y la necesidad de la ayuda de los compañeros para superar los problemas. Cabría resaltar la importancia de destacar la responsabilidad que tienen los alumnos para ayudar e intervenir en las situaciones de agresión.</p>
<b>Fase 2</b> <b>(Sesiones</b> <b>3-4)</b>	Consecuencias y responsabilidades	<p>El objetivo principal de esta sección es reforzar el conocimiento del alumnado en las consecuencias que tienen el acoso y ciberacoso para todos los roles involucrados, haciendo hincapié en la víctima. Asimismo, se pretende resaltar las responsabilidades y los riesgos que tiene un uso indebido de las tecnologías, siendo especialmente sensible la utilización de las redes sociales y los problemas de compartir información en el ciberespacio.</p> <p>Para poder abordar la temática que se presenta, se ha tomado como referencia la idea de Fernández-Río (2018), creando un EduCoop-Escape room.</p> <p>Se llevará a cabo teniendo en cuenta la técnica de “Resultado Colectivo” (Orlick, 1982). Es por esta razón, por la que el resultado será grupal, en lugar de individual, por parejas o por pequeños grupos. Se llevará a cabo en dos sesiones, con el objetivo de que, en la segunda sesión, los alumnos puedan repetir el EduCoop-Escape room, intentando mejorar la marca que realizaron en la sesión anterior. Al finalizar la primera de ellas, se realizará una reflexión grupal para que compartan ideas que permitan mejorar el tiempo y puntuación en la próxima oportunidad.</p> <p>Se destacará el desarrollo de la responsabilidad individual en la prevención de conductas de acoso y ciberacoso.</p>
<b>Fase 3</b> <b>(Sesiones</b> <b>4-8)</b>	Identificación de roles	<p>En este punto, se promoverá que el alumnado sea capaz de identificar las situaciones de acoso y ciberacoso, así como conocer las características de las personas que están involucradas en estas situaciones.</p> <p>En esta fase, los grupos serán fijos durante las sesiones, y estarán compuestos por cuatro personas.</p> <p>Teniendo en cuenta que el alumnado tiene ya una experiencia previa de cooperación, como se puede observar en Fernández-Río (2017), se utilizarán técnicas más complejas en las que la cooperación forme parte de su rutina diaria.</p> <p>Una de ellas es el Puzzle (Aronson, 1978). Cada miembro del grupo tendrá que conocer en detalle el rol que le haya tocado con los juegos asociados al mismo, y como experto de la materia, tendrá que enseñárselos a los compañeros para que éstos puedan aprender las características de cada rol, y los juegos que les permitirán vivenciar cada uno de ellos.</p>
	Autoconcepto autoestima	<p>Otra de las técnicas que se realizará será la de Piensa-Comparte-Actúa (Grineski, 1996). Para ello se propondrá a los alumnos retos físicos cooperativos, que tendrán que intentar resolver.</p> <p>Los estudiantes deberán pensar individualmente posibles soluciones al problema que se plantea, compartirlas con sus compañeros y elegir aquella idea que consideran más adecuada para conseguir el objetivo que se propone. Una vez que se haya elegido, tendrán que ponerla en práctica para comprobar si obtienen el resultado que querían. En el caso de que no se consiga, volverán a evaluar las propuestas para probar con otra posible solución.</p> <p>En este caso, los desafíos focalizarán la atención en el desarrollo del autoconcepto y el aumento de la autoestima del alumnado.</p>



Estrategias de afrontamiento	Finalmente, para comprobar que se han adquirido los conocimientos específicos de <i>bullying</i> y <i>cyberbullying</i> , así como las habilidades necesarias del Aprendizaje Cooperativo, se llevará a cabo la técnica de “Inversión de Juegos” (Fernández-Río, 1999). Los estudiantes tendrán que crear tareas que estén relacionadas con la protección de la víctima de acoso o ciberacoso y cómo afrontar conductas agresivas entre compañeros. Teniendo en cuenta las premisas que establezca el maestro, en los grupos mencionados anteriormente, los alumnos tendrán que diseñar, deliberar, comparar, reflexionar y compartir sus juegos creados, así como comprobar su eficacia y enseñárselos al resto de los compañeros.
------------------------------	---

Nota: AC=Aprendizaje Cooperativo.

## EVALUACIÓN

Para medir la incidencia de la propuesta didáctica que se presenta en el autoconcepto y en los datos relacionados con el *bullying* y el *cyberbullying*, se proponen tres cuestionarios.

El primero de ellos, el Cuestionario de Autoconcepto (AF5), elaborado por Shavelson et al. (1976) y adaptado al contexto español por García y Musitu (1999). Está compuesto por cinco dimensiones (académica, emocional, familiar, física y social), y cuenta con 30 ítems basados en una escala tipo Likert de 5 puntos, desde “Nunca” hasta “Siempre”.

El segundo cuestionario evaluará las conductas de acoso. Se propone como posible opción el Cuestionario de evaluación del acoso escolar (CAES) de García-Perales et al. (2020). Contiene 40 ítems con respuestas tipo Likert con un rango desde “Nada” hasta “Mucho”.

Por último, el tercer cuestionario evaluará las conductas de ciberacoso. Se propone el *European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire* (ECIP-Q), en su validación española para alumnado de Educación Primaria (López-Pradas et al., 2017). Contiene 16 ítems con respuestas tipo Likert con un rango desde “No” hasta “Sí, más de una vez a la semana”.

## CONCLUSIONES

Esta propuesta didáctica muestra una problemática que se encuentra hoy en día en la realidad de los estudiantes de Educación Primaria, generando riesgos y consecuencias que afectan directa y negativamente al bienestar personal y social del alumnado. A través de estas actividades en el área de Educación Física, se pretende que el alumnado sea consciente de la responsabilidad que tiene en la prevención e intervención de conductas relacionadas con el acoso

tanto en el ámbito escolar como en el digital y mejoren su autoconcepto a través de la realización de actividades de carácter cooperativo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allison, K. R., & Bussey, K. (2016). Cyber-bystanding in context: A review of the literature on witnesses' responses to cyberbullying. *Children and Youth Services Review*, 65, 183-194. <https://doi.org/10.1016/j.chilcyouth.2016.03.026>
- Andrade, B., Guadix, I., Rial, A. y Suárez, F. (2021). *Impacto de la tecnología en la adolescencia. Relaciones, riesgos y oportunidades*. UNICEF España.
- Aronson, E. (1978). *The jigsaw classroom*. Sage.
- Azorín, C. M. (2018). The cooperative learning method and its application in the classroom. *Perfiles educativos*, 40(161).
- Bejerot, S., S. Plenty, A. Humble, & M. B. Humble (2013). Poor Motor Skills: A Risk Marker for Bully Victimization. *Aggressive Behavior*, 39(6), 453-461. <https://doi.org/10.1002/ab.21489>
- Benítez-Sillero, J. D., Armada, J. M., Ruiz, E. & Raya-González, J. (2021). Relationship between amount, type, enjoyment of physical activity and physical education performance with cyberbullying in adolescents. *International Journal of environmental research and public health*, 18(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph18042038>





7. Benítez-Sillero, J. D., Corredor-Corredor, D., Córdoba-Alcaide, F., & Calmaestra, J. (2020). Intervention programme to prevent bullying in adolescents in physical education classes (PREBULLPE): a quasi-experimental study. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(1), 36-50. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1799968>
8. Doumas D. M., & Midgett, A. (2021). The association between witnessing cyberbullying and depressive symptoms and social anxiety among elementary school students. *Psychology in the schools*, 58(3), 622-637. <https://doi.org/10.1002/pits.22467>
9. Evangelio, C., Rodríguez-González, P., Fernández-Río, J., & González-Villora, S. (2022). Cyberbullying in Elementary and middle school students: A systematic review. *Computers & Education*, 176. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104356>
10. Fernández, J. G., Contreras, O. R., García, L. M., y González, S. (2010). Autoconcepto físico según la actividad fisicodeportiva realizada y la motivación hacia ésta. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(2), 251-263.
11. Fernández-Río, J. (1999). Cooperar para adquirir las bases de una buena condición física. En Colef (coord.) *Unidades Didácticas I. Educación Física en Secundaria y Bachillerato* (pp. 52-62). Ágonos.
12. Fernández-Río, J. (2014). Aportaciones del modelo de Responsabilidad Personal y Social al Aprendizaje Cooperativo. En *Actas del IX Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas*. Málaga
13. Fernández-Río, J. (2017). El ciclo del Aprendizaje Cooperativo: una guía para implementar de manera efectiva el aprendizaje cooperativo en educación física. *Retos*, (32). <http://dx.doi.org/10.47197/retos.v0i32.51298>
14. Fernández-Río, J. (2018). *De los desafíos físicos cooperativos a las Educoop-escape rooms*. XI Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas, Avilés, España.
15. Fernández-Río, J., Cecchini, J. A., Méndez-Giménez, A., Méndez-Alonso, D., y Prieto, J. A. (2017). Diseño y validación de un cuestionario de medición del aprendizaje cooperativo en contextos educativos. *Anales de Psicología*, 33(3), 680-688. <https://doi.org/10.6018/analesps.33.3.251321>
16. Ferriz, A., García, S., & Arroyo, J. M. (2019). Cooperative Methodologies decrease disruptive attitudes in Physical Education. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 19(76), 599-615. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2019.76.002>
17. Flores, R., Caballer, A., & Romero, M. (2020). Effect of a cyberbullying prevention program integrated in the primary education curriculum. *Revista de Psicodidáctica*, 25(1), 23-29. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.08.001>
18. Franco, S. (2021). Uso de las TIC en el hogar durante la primera infancia. EDUTEC. *Revista Electrónica de Tecnología Educativa*, (76), 22-35. <https://doi.org/10.21556/edutec.2021.76.2067>
19. Garaigordobil, M. (2017). Psychometric properties of the cyberbullying test, a screening instrument to measure cybervictimization, cyberaggression, and cyberobservation. *Journal of Interpersonal Violence*, 32(23), 3556-3576. <https://doi.org/10.1177/0886260515600165>
20. García, F. y Musitu, G. (1999). *AF5: Autoconcepto Forma 5*. TEA Ediciones.



21. García-Perales, R., Palomares, A., y Cebrián, A. (2020). Diseño y validación de un instrumento para evaluar el acoso escolar al término de la Educación Primaria. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 31(2), 78-96. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.31.num.2.20.20.27987>
22. Garmendia, M., Jiménez, E., Casado, M. A., y Mascheroni, G. (2016). *Net children go mobile: riesgos y oportunidades en internet y el uso de dispositivos móviles entre menores españoles (2010-2015)*. Universidad del País Vasco.
23. Haegele, J. A., & Kirk, T. N. (2018). Experiences in Physical Education: Exploring the intersection of visual impairment and maleness. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 35(2), 196-213. <https://doi.org/10.1123/apaq.2017-0132>
24. Holt/Hale, S. A., & Persse, D. (2015). The National Physical Education Standards and Grade-Level Outcomes: The Future of Elementary Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 86(7), 14-16. <https://doi.org/10.1080/07303084.2015.1064687>
25. Johnson, D. W., Johnson, R. T. & Holubec, E. J. (2013). *Cooperation in the Classroom* (9ª Ed.). Interaction Book Company.
26. Johnson, R. T., & Johnson, D. W. (1994). An overview of Cooperative Learning. En J.S. Thousand, R. A. Villa y A. I. Nevin (eds), *Creativity and collaborative Learning* (pp. 31-44). Paul H. Brookes Publishing Co.
27. Marciano, L., Schulz, P. J., & Camerini, A. L. (2020). Cyberbullying perpetration and victimization in youth: A Meta-Analysis of Longitudinal Studies. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 25(2), 163-181. <https://doi.org/10.1093/jcmc/zmz031>
28. Méndez, I., Ruiz-Esteban, C., & Ortega, E. (2019). Impact of the Physical Activity on Bullying. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01520>
29. Oriol, X., Varela, J., & Miranda, R. (2021). Gratitude as a protective factor for cyberbullying victims: conditional effects on school and life satisfaction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052666>
30. Orlick, T. (1982). *The second cooperative sports and games book*. Pantheon.
31. Ortuondo, J., Hortigüela-Alcalá, D., Bidaurrezaga-Letona, I., y Zulaika, L. M. (2022). Efectos de una intervención basada en el aprendizaje cooperativo sobre el autoconcepto físico de futuros docentes de Educación Física. *Retos*, 44, 827-836. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.90317>
32. Peterson, J. L., Puhl, R., & Luedicke, J. (2012). An Experimental Investigation of Physical Education Teachers' and Coaches' Reactions to Weight-Based Victimization in Youth. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(2), 177-185. <https://doi.org/10.1016/J.PSYCHSPORT.2011.10.009>
33. Revuelta, L., Esnaola, I., y Goñi, A. (2016). Relaciones entre el autoconcepto físico y la actividad físico-deportiva adolescente. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 16(2), 561-581. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2016.63.010>
34. Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46, 407-441. <https://doi.org/10.3102/00346543046003407>
35. Schoeps, K., Villanueva, L., Prado-Gascó, V. J., & Montoya-Castilla, I. (2018). Development of emotional skills in



- adolescents to prevent cyberbullying and improve subjective well-being. *Frontiers in Psychology*, 6(2050).  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02050>
36. Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., & Hasebrink, U. (2020). *EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries*. School of Economics and Political Science.  
<https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01of0>
37. Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277–287.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.014>
38. Yang, C. Y., Sharkey, J. D., Reed, L. A., & Dowdy, E. (2020). Cyberbullying victimization and student engagement among adolescent: Does School Climate Matter? *School Psychology*, 35(2), 158-169.  
<https://doi.org/10.1037/spq0000353>

