Programa
Anti-Bullying

Programa de intervención para la prevención del Bullying

Programa Anti-Bullying

Diseñado y testado por científicos de la Universidad Miguel Hernández de Elche (UMH)

"La violencia no siempre adopta formas visibles y las heridas no siempre manan sangre"

Haruki Murakami

INTRODUCCIÓN

El **Acoso Escolar** o **Bullying** es un fenómeno complejo que lleva años ocasionando gravísimos problemas en nuestra sociedad con consecuencias devastadoras para los jóvenes (víctimas, acosadores y espectadores). Son muchos los programas desarrollados en diferentes lugares del mundo para luchar contra el Bullying a pesar de lo cual los informes de algunas organizaciones y los casos que cada día trascienden en los medios de comunicación evidencian la necesidad de generar herramientas más poderosas para erradicar el problema.

Todo apunta a que la mejor solución está en la **prevención** a través de la educación en valores bajo una cultura de paz donde los escolares mejoren sus relaciones sociales, capacidad de comunicación y gestión de sus emociones, integrando conductas prosociales que deriven en el desarrollo de mejores ciudadanos y en consecuencia de una sociedad mejor.

¿QUÉ ES A-JUDO?

Un programa de intervención para la prevención del Bullying.

El método ha sido diseñado y testado por científicos de la Universidad Miguel Hernández de Elche (UMH) que desde el Centro de Investigación del Deporte (CID) han seleccionado las estrategias que mejor han funcionado en los programas ya conocidos, implementando otras estrategias para solucionar los puntos débiles objeto de crítica entre los científicos preocupados por este particular hasta el momento.

La aportación más llamativa en A-Judo es que la actividad física y el deporte se constituyen como una herramienta fundamental para lograr el objetivo: hacer de la escuela un espacio seguro y saludable erradicando las conductas de acoso, empoderando a las víctimas potenciales y fomentando la responsabilidad ciudadana y las habilidades necesarias en los espectadores que presencian el fenómeno.

El programa completo se compone de 3 niveles y contempla acciones concretas dirigidas a diferentes agentes sociales implicados (tabla 1). Los centros educativos de primaria podrán incorporar el nivel 1 mientras los de secundaria tendrán la posibilidad de incorporar un solo nivel o desarrollar el programa completo durante 3 años consecutivos.

Tabla 1. Objetivos principales con los diferentes agentes sociales implicados.

Agentes Sociales	*Definición*	*Principales Objetivos*
Acosadores (Potenciales)	Jóvenes con características personales y sociales que pueden favorecer la aparición de conductas de acoso.	**Desarrollar**: empatía, control de la impulsividad, respeto (propio, ajeno y a las normas), compañerismo, conducta pro social, tolerancia a la diversidad (cultural, raza, religión, capacidades físicas y cognitivas, morfológicas, etc.). **Erradicar**: desvinculación moral.
Víctimas (Potenciales)	Jóvenes con características personales y sociales que les convierten en posible objeto de acoso.	**Desarrollar**: asertividad, empoderamiento, autoconfianza, autoestima, habilidades sociales, habilidades de comunicación. **Erradicar**: Miedo, complejo de inferioridad, síntomas de ansiedad, síntomas de depresión.
Espectadores	Jóvenes que presencian de uno u otro modo el acoso llegando incluso a participar de forma activa o pasiva.	**Desarrollar**: responsabilidad, asertividad, determinación, autoconfianza, empoderamiento, habilidades sociales, habilidades de comunicación, empatía, control de la impulsividad, respeto (propio, ajeno y a las normas), compañerismo, conducta pro social, tolerancia a la diversidad (cultural, raza, religión, capacidades físicas y cognitivas, morfológicas, etc.). **Erradicar**: desvinculación moral, miedo.
Personal del centro	Profesorado y personal implicado en el centro educativo.	**Desarrollar**: el conocimiento sobre el fenómeno del Bullying, compromiso, capacidad para desarrollar el "soporte de autonomía", capacidad para la detección de pre índices previos a la conducta de acoso y para ofrecer soporte a los afectados.
Familias	Padres y madres de los jóvenes escolarizados.	**Desarrollar**: el conocimiento sobre el fenómeno del Bullying, capacidad para la detección de síntomas indicadores de que su hijo pueda estar inmerso o potencialmente inmerso en un proceso de Bullying desde cualquiera de las figuras: acosador, víctima espectador.

¿CÓMO LLEGA A-JUDO A LOS CENTROS EDUCATIVOS? (PRIMARIA Y SECUNDARIA)

Paso 1.

EL centro educativo de primaria o secundaria debe estar interesado en implantar el programa de prevención de acoso escolar.

Paso 2.

Todo el profesorado debe estar dispuesto a implicarse en el programa, especialmente los docentes del departamento de educación física quienes realizarán una formación a fin de coordinar el desarrollo del mismo en su centro.

Paso 3.

El centro educativo solicita a A-Judo la formación para implantar el método.

PRODUCTOS / SERVICIOS DE A-JUDO

Conoce los 3 niveles que se pueden implantar
en los colegios e institutos

NIVEL 1. SENSIBILIZACIÓN

NIVEL 2. INTERIORIZACIÓN

NIVEL 3. INTEGRACIÓN

NIVEL 1. SENSIBILIZACIÓN

Este nivel está diseñado para los centros educativos de primaria y secundaria. El principal objetivo es generar las sinergias y protocolos oportunos para construir un espacio seguro y saludable sensibilizando y formando a diferentes agentes sociales (alumnos, profesores y personal del centro, familias) a través de las siguientes acciones:

¡EL IMPRESCINDIBLE EN TODOS LOS CENTROS!

Formación profesores de Educación Física (30h).

El personal de A-Judo formará directamente a los profesores de E.F.

Aprenderán a desarrollar una unidad didáctica de 12 sesiones de judo (elaborada y testada por el equipo de expertos A-Judo).

Aprenderán a coordinar en el centro el conjunto de estrategias a implementar (manejo de instrumentos de detección de casos, publicitar reglamento interno del centro velando por su cumplimiento, organizar las formaciones del resto de personal del centro y familias, etc.).

Formación todo el personal del centro educativo (2h).

El personal de A-Judo formará directamente al personal del centro.

Todo el personal del centro se sensibilizará con la problemática del acoso y aprenderá a participar de forma activa en la detección de pre índices que apuntan a conductas potencialmente conflictivas así como de casos en que el Bullying ya pudiera estarse produciendo (en cualquiera de las diferentes formas existentes: físico, verbal, social, daños a las pertenencias, ciberbullying). Además se iniciará a los docentes en las ventajas del estilo con "Soporte a la Autonomía" para impartir clase, dados los beneficios que ha mostrado a la hora de prevenir el Bullying.

Ponencia familias (1h).

El personal de A-Judo impartirá directamente la ponencia.

Se informará de las características del programa.

Se enseñará a los padres y madres a detectar síntomas y tomar decisiones correctas para ayudar a sus hijos frente al Bullying.

Jornada clausura con deportista de élite (2h).

El personal de A-Judo junto con una deportista de élite asistirá y organizará la jornada.

Se generarán dinámicas positivas en pro de los valores asociándolos a un caso de éxito en el deporte.

Materiales.

Profesores y alumnos recibirán los siguientes materiales de A-Judo al contratar este nivel.

Profesores de E.F: Traje de judo, cinturón y certificado de formación Nivel 1.

Alumnos: Pegatina, llavero, carpeta y certificado "A-Judo: Alumno Consciente".

Centro educativo: Distintivos como Centro Acreditado "Espacio Seguro y Saludable" para lucir en su página web así como en las puertas de acceso al mismo.

NIVEL 2. INTERIORIZACIÓN

Este nivel está diseñado para los centros educativos de secundaria y sólo podrán acceder aquellos que previamente hayan realizado el nivel 1. El principal objetivo es profundizar en el tratamiento de todas aquellas cuestiones abordadas en el nivel anterior, logrando que los alumnos interioricen los valores que conducen a conductas saludables a través de las siguientes acciones:

PARA LOS CENTROS COMPROMETIDOS CON EL CAMBIO

Formación profesores de Educación Física (20h).

El personal de A-Judo formará directamente a los profesores de E.F.

Aprenderán a desarrollar una unidad didáctica de 8 sesiones de judo y defensa personal (elaborada y testada por el equipo de expertos a-judo).

Aprenderán a coordinar el conjunto de estrategias a implementar en el centro (sistema de "Valoritos", empleo del Kahoot, manejo de instrumentos de detección de casos, publicitar reglamento interno del centro velando por su cumplimiento, organizar las formaciones del resto de personal del centro y mediadores, etc.)

Formación todo el personal del centro educativo (2h).

El personal de A-Judo formará directamente al personal del centro.

Profundizarán en el conocimiento necesario para impartir cualquier materia educativa bajo el "Soporte de Autonomía".

Formación mediadores a través del subprograma "Cuenta Conmigo" (8h).

El personal de A-Judo formará directamente a los alumnos mediadores.

Los jóvenes interesados y seleccionados por el profesorado aprenderán las nociones necesarias para mediar en los casos oportunos a través del programa "Cuenta Conmigo". Estos alumnos serán visibles para todos en el centro educativo (entradas, salidas, recreos, etc.) y prestaran apoyo a los iguales que lo necesiten contribuyendo en la detección de casos y su posterior denuncia al profesor de E.F., ofreciendo soporte a las víctimas, y mediando activamente ante determinados conflictos.

Materiales.

Al contratarse este nivel, alumnos y profesores recibirán los siguientes materiales de A-Judo:

Profesores de E.F: Certificado de formación Nivel 2.

Alumnos mediadores: "Chaleco Mediador". Este material hará más visibles a los alumnos con dicha responsabilidad de mediar.

Todos los alumnos que realicen la unidad didáctica: pack de tres "Valoritos" (Respeto, Compromiso y Compañerismo) y certificado "A-Judo Nivel 2: Alumno Proactivo".

Centro educativo: Distintivos como Centro Acreditado "Espacio Seguro y Saludable" para lucir en su página web así como en las puertas de acceso al mismo.

NIVEL 3. INTEGRACIÓN

Este nivel está diseñado para los centros educativos de secundaria y sólo podrán acceder aquellos que previamente hayan realizado el nivel 1 y 2. El principal objetivo es que los alumnos integren el código ético y de valores que han trabajado en los años anteriores a fin de que sus conductas proactivas y saludables sean fruto de un buen uso de la autonomía sin necesidad de sentirse controlados. Este nivel se compone de las siguientes acciones:

PARA LOS CENTROS QUE SUEÑAN CON UNA SOCIEDAD EN PAZ

Formación profesores de Educación Física (15h).

El personal de A-Judo formará directamente a los profesores de E.F.

Aprenderán a desarrollar una unidad didáctica de 6 sesiones de judo y defensa personal (elaborada y testada por el equipo de expertos A-Judo).

Formación mediadores a través del subprograma "Cuenta Conmigo" (5h).

El personal de A-Judo formará directamente a los alumnos.

Los jóvenes interesados y seleccionados por el profesorado aprenderán las nociones necesarias para ofrecer soporte a los mediadores del nivel 2, con los que formarán equipo.

Materiales.

Al contratarse este nivel, alumnos y profesores recibirán los siguientes materiales de A-Judo:

Profesores de E.F: Certificado de formación Nivel 3.

Todos los alumnos que realicen este nivel: Camiseta A-Judo y certificado "A-Judo Nivel 3: Ciudadano Ejemplar".

Centro educativo: Distintivos como Centro Acreditado "Espacio Seguro y Saludable" para lucir en su página web así como en las puertas de acceso al mismo.

CURSO MEDIDAS DE CONTENCIÓN

Muy recomendable, este curso de 5 horas de duración está destinado a los profesores de los centros educativos. El objetivo es que los docentes adquieran los conocimientos y habilidades necesarias para contener y reducir a los alumnos conflictivos cuando estos muestran conductas de agresión física. Los participantes incrementarán su seguridad y autoconfianza a la hora de afrontar su día a día.

ASESORAMIENTO DE EXPERTOS A-JUDO

Se ofrecen servicios de asesoramiento y ayuda presencial de nuestros expertos para los profesores que deseen:

- Analizar casos concretos o realizar consultas durante el trascurso de uno de los programas de Nivel 1, 2 ó 3.
- Auxiliar y supervisar durante el desarrollo de alguna de las sesiones de la unidad didáctica que desarrolla el profesor de E.F durante el trascurso de los niveles 1, 2 ó 3.
- Supervisar instalaciones del centro educativo a fin de proporcionar las condiciones óptimas necesarias para el desarrollo de las sesiones de la unidad didáctica de los niveles 1, 2, ó 3.

Los profesionales de A-Judo acudirán al centro educativo para realizar el asesoramiento pertinente.

También se podrán realizar las consultas oportunas por teléfono.

IDEAS CLAVES

1. A-Judo es un programa de prevención del Bullying con estrategias basadas en evidencias científicas cuya intervención se deriva en acciones concretas con alumnos, profesores y familias.

2. Los contenidos que se abordan en el programa son de carácter transversal por lo que están en relación con todo el currículo educativo yendo más allá de la educación física, el deporte o el judo.

3. La actividad física y el deporte ofrecen a los profesionales especializados una herramienta inmejorable para el fomento de la educación en valores, gestión emocional, autoestima, autoconfianza, resiliencia, empoderamiento, control de la impulsividad, resolución de conflictos, acatamiento de las normas, y un sinfín de variables relacionadas con el Bullying.

4. El judo fue declarado en 1981 como el deporte más recomendado para chicos y chicas de entre 6 y 16 años por la UNESCO, dado su alto componente formativo en capacidades físicas, éticas y morales. Nacido en Japón como método de educación integral y la etiqueta y el ceremonial que conlleva hacen que esta disciplina sea ideal para abordar el acoso escolar bajo una cultura de paz y respeto a través de principios como el de JITA KYOEI: ***"ayuda y prosperidad mutua"***.

5. El programa previene el Bullying y fomenta la práctica deportiva en los jóvenes, con los beneficios que esta conlleva sobre la salud y el bienestar.

6. Los productos y servicios de A-Judo están destinados a centros educativos y son los directivos de estos los encargados de solicitar dichos servicios. Ayuntamientos y otros órganos de gobierno a nivel provincial, autonómico o nacional pueden dinamizar y subvencionar la implantación de los diferentes programas en los colegios o institutos del área demográfica correspondiente.

PROFESIONALES A-JUDO

Carlos Montero Carretero

Asesoramiento Científico A-Judo

Licenciado en Ciencias del Deporte, Doctor en Psicología, Máster en Alto Rendimiento y Salud, 6º DAN de judo, Profesor de la Universidad Miguel Hernández de Elche (UMH), Miembro del Grupo de Investigación en Comportamiento Motor (GICOM) del Centro de Investigación del Deporte de la UMH. ***http://www.cid-umh.es***

Eduardo Cervelló Gimeno

Asesoramiento Científico A-Judo

Licenciado en Ciencias del Deporte, Doctor en Psicología, Catedrático de la Universidad Miguel Hernández de Elche (UMH), Director del Grupo de Investigación en Comportamiento Motor (GICOM), Director del Centro de Investigación del Deporte de la UMH. ***http://www.cid-umh.es***

Raúl Molina Escalante

Gerencia, Administración y Logística A-Judo

Entrenador de Judo y Experto en Defensa Personal por la Real Federación Española de Judo y Deportes Asociados (RFEJYDA), 3 DAN de judo, Director de DeFrutos Escuela de Judo.

Rodrigo Guirao Parro

Recursos Humanos, Coordinación, Comercial y Ventas A-Judo

Diplomado en Magisterio con la especialidad de Educación Física, 2º DAN de judo, Profesor de Educación Física del Ceip Arbre Blanc de Mutxamel y Miembro del Equipo Directivo del Ceip Arbre Blanc de Mutxamel – Alicante.

La ausencia de formación específica por parte de los docentes para enfrentarse a las situaciones de acoso escolar dificultan su día a día. Muchos son los que quieren ayudar pero no saben como.

Confía en un equipo de profesionales con método basado en evidencias y mejora la salud y bienestar de profesores, alumnos y familias.

Súmate al cambio

Entidad colaboradora

Entidad colaboradora

Entidad colaboradora

Entidad colaboradora

“No es solamente por lo que hacemos, sino que también por lo que no hacemos, que somos responsables”.

J.B. Moliére

Contacto:

somos@a-judo.eu

Carlos Montero Carretero
Asesoramiento Científico A-Judo

Eduardo Cervelló Gimeno
Asesoramiento Científico A-Judo

Raúl Molina Escalante
Gerencia, Administración y Logística A-Judo

Rodrigo Guirao Parro
Recursos Humanos, Coordinación, Comercial y Ventas A-Judo

Entidades Colaboradoras:

CID

Gallegocasa

Fotograbados Grupo

Ozone Sports Club