



Trabajo Final de Grado

La relevancia de la autoestima en Educación Física y la Educación Primaria

Grado de Enseñanza Primaria

Mención: Educación Física

Morilla Portela, Ignacio

GRANADA, JUNIO DE 2015

UNIVERSIDAD DE GRANADA



Resumen: El siguiente trabajo es una revisión bibliográfica de la autoestima centrada en una de las etapas más influyentes para la configuración de la misma, la Educación Primaria. El objetivo del documento no es otro que el de indagar acerca de la relevancia de la autoestima en la Educación Primaria así como en el área de Educación Física. Con tal propósito, se analizan tanto el concepto actual de la autoestima como los currículums oficiales, a razón de dilucidar la trascendencia que le otorgan a la misma. Asimismo, se examinan diferentes pautas de intervención en el aula para un adecuado tratamiento de la autoestima en la mencionada etapa y área de Educación Física y algunos métodos alternativos para un apropiado desarrollo. El trabajo pretende hospedar algunos de los conocimientos básicos que los docentes deben conocer para atender una pertinente evolución de la autoestima en el alumnado. Una adecuada autoestima debe emerger en el trabajo transversal de la totalidad de las áreas de la etapa, en el caso concreto de Educación física debiéramos apostar por adoptar como eje principal la educación en valores de la mano de un correcto desarrollo de la autoestima.

Palabras clave: autoestima, Educación Física y Educación Primaria.

Abstract: The present dissertation is a bibliography revision on self-esteem focused in one of the most important stages of its consolidation: elementary school. The main objective of this dissertation is to investigate the relevance of self-esteem in both elementary school and physical education. Bearing that in mind, a current definition of self-esteem is analyzed as well as the school curricula to determine the importance of self-esteem. Besides, different classroom intervention guidelines and some alternative methods are examined in order to establish an appropriate treatment of self-esteem in both elementary school and physical education. In this dissertation you will find basic information regarding self-esteem that teachers should acquire so as to contribute to a proper self-esteem development. Self-esteem should be a cross curricular issue and should have a special place in physical education classes, thus values ought to be the central concept of physical education.

Keywords: self-esteem, Physical Education and Elementary Education.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	5
2. OBJETIVOS DEL TRABAJO.....	5
3. MÉTODOS DE LOCALIZACIÓN, SELECCIÓN Y EVALUACIÓN DE LOS ESTUDIOS PRIMARIOS.....	6
3.1 Historial de búsqueda.....	6
4. ¿QUÉ ES Y QUÉ IMPORTANCIA TIENE LA AUTOESTIMA EN NUESTRO DESARROLLO?.....	9
5. LA AUTOESTIMA EN LOS CURRÍCULUMS OFICIALES.....	12
5.1 La autoestima en la LOE.....	12
5.2 La autoestima en la LOMCE.....	13
5.3 Comparativa LOE y LOMCE.....	14
6. PAUTAS DE INTERVENCIÓN PARA LA INTERVENCIÓN DOCENTE HACIA UNA ADECUADA AUTOESTIMA EN EDUCACIÓN PRIMARIA.....	14
7. PAUTAS DE INTERVENCIÓN PARA LA INTERVENCIÓN DOCENTE HACIA UN ADECUADO TRATAMIENTO Y DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.....	17
8. FORMAS O PROGRAMAS DE INTERVENCION ALTERNATIVOS EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA FOMENTAR UNA ADECUADA AUTOESTIMA EN EL ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA.....	22
9. CONCLUSIONES.....	24
 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:.....	 26
 ANEXOS.....	 33
ANEXO I: guía resumen de las pautas de intervención para la intervención docente hacia una adecuada autoestima en educación primaria.....	33
ANEXO II: guía resumen de las pautas de intervención docente hacia un adecuado tratamiento y desarrollo de la autoestima en el área de educación física.....	35
ANEXO III: Registro de las entradas de la palabra “autonomía” en los currículums oficiales.....	37
ANEXO IV: estadísticas del historial de búsquedas.....	40



1. INTRODUCCIÓN:

En el siguiente trabajo se abordará la revisión bibliográfica de autoestima referente a su relevancia en Educación Física y la Educación Primaria. En primera instancia se analizarán diferentes autores acerca del concepto autoestima concluyendo una definición propia. Así mismo se realizará una extracción acerca de la trascendencia que hospeda la misma en el desarrollo personal y una búsqueda en los currículums oficiales para dilucidar que alusiones explícitas se le otorgan a ésta en tales currículos estableciendo algunas pautas y medidas de intervención a adoptar para favorecer el adecuado desarrollo de la autoestima de los alumnos en Educación Física y la Educación Primaria. Finalmente se expondrán algunos posibles métodos alternativos para el tratamiento de la autoestima. Los motivos personales de la realización de este trabajo son entre otros, el escaso conocimiento de la relevancia y adecuado tratamiento de la autoestima en Educación Primaria y la presencia de ciertos indicadores de una baja autoestima entre los alumnos del Practicum II acompañados de ciertas conductas docentes durante su desarrollo que pudieran ocasionar una disminución de la autoestima del alumnado.

2. OBJETIVO DEL TRABAJO

El objetivo principal de este trabajo es:

- Indagar acerca de la relevancia de la autoestima en la Educación Primaria en general así como en el área de Educación Física.

No obstante, a razón de estructurar y extraer la información más significativa para alcanzar dicho objetivo, se establecen ciertos objetivos generales a alcanzar:

- Analizar el concepto y relevancia actual de la autoestima en el desarrollo personal y elaborar una definición propia de tal concepto.
- Valorar la importancia de la autoestima en los currículums oficiales examinando principalmente las referencias explícitas que aluden a la misma.
- Exponer los aspectos más significativos para tratar y fomentar adecuadamente la autoestima del alumnado de Educación Primaria así como establecer algunas de estas concreciones dentro del área de Educación Física.

- Extraer y ofrecer una guía resumen de las pautas adecuadas para el tratamiento y desarrollo de la autoestima durante la intervención en el aula.
- Encontrar formas de intervención o programas alternativos para fomentar una adecuada autoestima en el alumnado de Educación Primaria

3. MÉTODO DE LOCALIZACIÓN, SELECCIÓN Y EVALUACIÓN DE LOS ESTUDIOS PRIMARIOS

En la elaboración de esta revisión bibliográfica se han utilizado las bases de datos Dialnet y Scopus, así como los documentos físicos y electrónicos ofertados a través de la biblioteca de la UGR.

Con la intención de exponer y clarificar el proceso de búsqueda se presenta una tabla con el historial de búsquedas realizadas. Las palabras clave seleccionadas para esta búsqueda han sido: autoestima, Educación Primaria y Educación Física.

La elección de dichas palabras clave se debe, en primer lugar, a la evidente concordancia del tema de la revisión bibliográfica con las mismas, y en segundo lugar, a la ausencia de una considerable cantidad de artículos directamente afines con la autoestima en Educación Física durante la etapa de Educación Primaria, lo cual ha derivado en una búsqueda con palabras clave de carácter amplio con el motivo de encontrar el mayor número de recursos posibles y discriminar en tal punto.

3.1 Historial de búsquedas:

En la tabla que se presentada a continuación, se exponen el número de recursos encontrados con cada búsqueda considerada útil y aquellos posibles documentos relevantes localizados en cada una de ellas. No obstante, no todos los documentos recogidos aparecen citados en esta revisión bibliográfica, debido a la jerarquización de la información o bien por sopesar que carecen de una marcada sinergia con el mismo. Análogamente pueden apreciarse el uso de otras fuentes en la bibliografía como resultado de una lectura de fuentes por derivación de otras, el motivo de las mismas es indagar y encontrar información trascendente aludida en las fuentes previamente encontradas.

Base de datos	Palabras clave	Recursos encontrados	Recursos relevantes
Dialnet	self-esteem physical education	Artículo de revista : 28 Artículo de libro: 1 Tesis: 1	-El desarrollo de la autoestima a través del área de Educación Física y el reto cooperativo. ¡puedes! -Developing Self-Esteem Through Challenge Education Experiences -Should the main objective of adapted physical education be the development of motor skills or the development of self-esteem
Dialnet	autoestima Educación Física primaria	Artículo de revista: 7	-The general practice of Judo in the formation of self-concept, self-esteem and school performance in children of the first cycle of basic education -Kin-Ball: deporte y respeto, de la mano -Aplicaciones del Arteterapia en aula como medio de prevención para el desarrollo de la autoestima y el fomento de las relaciones sociales positivas: "me
Scopus	Educación Física autoestima	Artículo de revista: 1	-Influencia de la composición corporal y la aceptación por las clases de Educación Física sobre la autoestima de niños de 14-16 años de Alicante, España
Scopus	self-esteem elementar y school physical education	Artículo:10 Revisión:3 Conferencia: 1	-The effect of swimming skill education on self-esteem and compatibility of boy's primary school students -The relationship between physical activity, self-esteem, and academic achievement in 12-year-old children -The development of children ages 6 to 14
Scopus	self-esteem elementar y school	Artículos: 235	-Implicit and Explicit Self-Esteem Discrepancies, Victimization and the Development of Late Childhood Internalizing Problems -Relative Levels of Parents' Life Satisfaction and Their Relationship with Children's Self-esteem, Stress and Parenting Attitude in Multicultural Elementary Schools of Rural Areas -Senses of body image in adolescents in elementary school -Differences in body esteem by weight status, gender, and physical activity among young elementary school-aged children -Integrating Mindfulness Training into K-12 Education: Fostering the Resilience of Teachers and Students -Self esteem, physical activity and sedentary lifestyle associated with physical performance

			<p>among turkish elementary school children</p> <ul style="list-style-type: none"> -Multiple peer victimization among elementary school students: Relations with social-emotional problems -Concurrent and longitudinal predictors of self-esteem in elementary and middle school girls -Self-esteem and resilience: The connection with risky behavior among adolescents -Evaluation of a training program to prevent deterioration of children's self-esteem : Fostering children's skills in arguing against self-defeating cognitions about negative events -La influencia de la autoestima en la percepción del estrés y el afrontamiento en niños de edad escolar -The Effects of the Creative Movement Teaching Method and the Traditional Teaching Method on Elementary School Children's Self-esteem
Biblioteca ugr	Educación Física autoestima		<ul style="list-style-type: none"> -En nombre de mi libertad, ¡dejadme jugar! -Educación Física y mejora del autoconcepto -La actividad físico-deportiva extraescolar y su interrelación con el área de Educación Física en el alumnado de enseñanzas medias
Biblioteca ugr	Autoestima a educación		<ul style="list-style-type: none"> -Me gusta quién soy: programa para mejorar el autoconcepto, la autoimagen y la autoestima: Educación Primaria -Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de segundo ciclo de Educación Secundaria de la ciudad de Alicante -Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de primer ciclo de educación secundaria de la ciudad de Jaén -ESTIMA-TE 1-6 : Programa autoestima : nivel óptimo: 1-6º curso de Educación Primaria -Del sentimiento de inferioridad a la autoestima -Como potenciar la vida interior de un niño: ideas y ejercicios para desarrollar valores espirituales en los niños y estimular su autoestima -¿Cómo mejorar la autoestima de los alumnos? : programa para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales

4. ¿QUÉ ES Y QUÉ IMPORTANCIA TIENE LA AUTOESTIMA EN NUESTRO DESARROLLO?

El tratamiento de la autoestima en investigación plantea un problema de base, la ausencia de un rigor conceptual, no obstante, ésta posee un significado preciso (Branden, 1997). En los siguientes párrafos se recurre a diversas definiciones de autores, a sus semejanzas y diferencias, así como a la diferenciación de términos muy vinculados como son el autoconcepto y autoestima para abordar el significado y concepto de este último.

Tal es el enlace entre autoestima y autoconcepto que algunos autores como Hughes (1984) los consideran sinónimos al entender que el autoconcepto alude a las creencias personales que atienden al mismo tiempo evaluación y descripción (Estévez, 2012), pero la generalidad de autores defienden que el autoconcepto no conlleva una valoración sino una percepción al tratarse de una descripción, teoría, representación o concepción de nosotros mismos, mientras que la autoestima supone el juicio, valoración o evaluación que hacemos sobre nosotros mismos (Briggs, 1986; Arzola, 1989; citado en Estevez, 2012; Tierno, 1998; Harter, 1990; Blascowitch & Tomaka, 1991; Wilber, 1995; Rosenberg, 1996; Tierno, 1998; Mussen, Congger y Kagan, 2000; Musitu, Buelga, Lila & Cava, 2001; citado en Estevez, 2012; Marsellach, 2003; Woolfolk; 2010; Estevez, 2012). Asimismo, un gran número de autores (como los autores anteriormente contemplados) hacen alusión en su definición de autoestima a algún tipo de percepción valorativa o evaluativa propia, apreciándolo como uno de los pilares fundamentales de la definición de autoestima.

Por otro lado, diferentes autores como Briggs (1986), Tierno (1998) y Branden (2004) coinciden en que la autoestima es, entre otras consideraciones, la suma de confianza, competencia y sentirse merecedor de felicidad o respeto.

Contemplando los diferentes ingredientes específicos que configuran una determina autoestima, observamos que para Wilber (1995) la autoestima surge de la valoración de las cualidades propias que establecen una autoestima determinada de acuerdo a los niveles de conciencia de cada individuo expresa sobre sí mismo. Por otro lado, Mussen, Conger y Kagan (2000) coinciden en que la autoestima se define al término de los juicios que los individuos hacen acerca de su persona y las actitudes que adoptan respecto a sí mismos. Además Woolfolk (2010) destaca que la autoestima es el producto de nuestro pensamiento (valores, creencias, ideas de otras personas), acciones,

e interacciones con los demás. Al realizar una apreciación conjunta de las aportaciones anteriores se puede deducir que el proceso de percepción evaluativo o valorativo que realiza cada individuo de sí mismo, siempre estará influenciado del contexto ya que sus pensamientos, conciencia y actitudes se encuentran vinculadas a las interacciones con el entorno.

Ahora bien, aunque a la autoestima se le atribuía un carácter unidimensional al principio, Harter (1985; citado en Ortega, 2010) le confirió un carácter de multidimensionalidad. Sin embargo, dependiendo del autor, las áreas o dimensiones difieren aunque ello no resta la existencia de semejanzas en torno a los ámbitos a los que suelen establecerse tales dimensiones, los ámbitos más comunes al respecto son: el ámbito personal-físico, personal-competente y social.

Con la información analizada concluiremos que, la autoestima es el valor que cada persona se atribuye a sí misma como producto de nuestro pensamiento acciones, e interacciones con los demás y del cual cristalizan sentimientos de confianza, competencia y dignidad.

Es de merecida condición resaltar que la autoestima “es una característica fundamental de la dignidad humana y, por tanto, un derecho humano inalienable” (Beane, 1991, p.28; citado en Woolfolk, 2010, p.92). Tanto desde el campo de la Psicología como de la Psicopedagogía, la autoestima ocupa actualmente un lugar relevante en cuanto a desarrollo personal, y la Educación Primaria se sitúa en una de las etapas en las que su tratamiento cobra más trascendencia. Tal y como afirma Ortega (2012, p.68):

“la autoestima se basa en la ingente cantidad de pensamientos, sentimientos, experiencias vivencias y sensaciones que hemos ido acumulando a lo largo de nuestra existencia, pero especialmente durante las primeras etapas de la vida: infancia y adolescencia”.

Tal es la relevancia de la autoestima en el desarrollo personal que abarca cuantiosos aspectos de la vida como la confianza, el sentimiento de competencia o dignidad, en cada una de las dimensiones que ésta abarca, pero además todas estas

dimensiones convergen en una autoestima global que cristalizará en un mayor porcentaje de calidad de vida en tanto en cuanto esta sea mayor. De hecho, un alto nivel

de autoestima supone la predicción más fidedigna de madurez mental y psíquica así como de una vida feliz, especialmente cuando esta no disminuye durante la adolescencia y juventud (Ortega, 2012). Un estudio realizado en Korea en escuelas rurales sobre la relación entre las actitudes, estrés y nivel de satisfacción de la vida de los padres y la autoestima de los niños, concluyó que la autoestima de los niños era significativamente más alta en el grupo de padres con alta satisfacción en la vida, en contraposición con los grupos con baja o media satisfacción en la vida (Lee, 2014).

De entre las variables utilizadas para evaluar el bienestar psicológico, la autoestima parece ser aquella que reúne mayor consenso (Sonstroem, 1984, 1997; Fox, 2000; citado en Batista, 2013) y es un importante predictor de síntomas depresivos entre los jóvenes (Räty, Larsson, Söderfeldt, Larson y Wilde, 2005; citado en Estévez, Muros, Torres, Pradas, Zurita y Cepero, 2015)

Además, la autoestima como entidad psicológica predominante, no condiciona únicamente a los actos de los sujetos sino a la propia interacción de éstos con el medio social. Funciona también como eje central para el desarrollo de una personalidad equilibrada, aunque, debemos ser conscientes de que como consecuencia del número de dimensiones que la afectan no se trata de un desempeño sencillo (García, 2011).

Asimismo, diferentes autores como Pallares (2008) o Quintana (2010) abogan que en aquellas situaciones o condiciones que deriven en una autoestima baja o desfavorecida (en cualquiera de las dimensiones), podrían traducirse en la activación de ciertos mecanismos de defensa a razón de paliar dicho desfase, es lo que se denomina como compensación. Aunque este último autor añadiría que para que realmente surja una adecuada autoestima debiera aprender a canalizarse el sentimiento de inferioridad, al tratarse de un sentimiento inherente a la condición humana.

La autoestima incluso resulta vital para el desarrollo de habilidades motoras, y éstas a su vez lo serán para el desarrollo cotidiano de sus vidas y para el establecimiento de la autoestima como consecuencia del incremento de su independencia. En esta situación también debemos incidir en los alumnos de Educación Física adaptada donde tanto el desarrollo de habilidades motoras como de la autoestima serán primordiales, y en todo caso deberemos recurrir a las adaptaciones oportunas para que dichos alumnos tengan el mismo trato que sus compañeros Stein (2003).

5. LA AUTOESTIMA EN LOS CURRÍCULUMS OFICIALES

Del análisis de los documentos legales LOE y LOMCE (Ver Anexo III) se extraen los siguientes aspectos principales:

5.1 La Autoestima en la LOE:

En los documentos R.D.1513/2006 y su posterior modificación R.D.1190/2012 encontramos tanto referencias de la autoestima en la explicación de las competencias básicas como en el apartado de Áreas de Educación Primaria del anexo II. En dichos documentos no se hacen generalmente alusiones claras a cómo se desarrollará, trabajará, o contribuirá la autoestima a los contenidos o competencias o viceversa, posiblemente a razón del carácter genérico de tales documentos al responder al primer nivel de concreción curricular. Y aunque tampoco encontramos la autoestima explícitamente en los objetivos o fines de la etapa, sí se encuentra implícitamente, pues se alude al desarrollo personal y bienestar personal en los fines de la misma así como a confiar en uno mismo, desarrollar la autonomía y aceptar el propio cuerpo en los objetivos de la etapa.

Principalmente cuando se menciona la autoestima, se hace para justificar parte del desarrollo de ciertos contenidos y competencias, o exponer la importancia de la adquisición de la autoestima al afirmar que el desarrollo de determinados contenidos y competencias requieren de la autoestima para su adquisición, además de ello encontramos la autoestima como contenido de dos áreas. De forma más detallada esto es lo que encontramos:

La autoestima como contenido queda recogida en dos de las áreas, Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural y Educación para la Ciudadanía y Derechos Humanos. En cuanto a las competencias básicas la autoestima queda vinculada explícitamente a dos de ellas, comunicación lingüística y autonomía e iniciativa personal, a lo que se le añade la competencia social y ciudadana en el anexo II, en el área de Educación para la Ciudadanía y Derechos Humanos.

Referente al área de Educación Física se manifiesta que ésta debe contribuir a sentirse bien con el propio cuerpo lo cual supone una mejora de la autoestima, constituyendo así una de las aseveraciones más claras respecto de la autoestima junto a la afirmación de que la competencia en autonomía e iniciativa personal requiere de la misma, o cómo se expone en la Orden del 12-12-2012 que modifica a la Orden del 10-

8-2007 al pretender una adecuada cohesión social e identidad común europea de todos sus habitantes se requiere del desarrollo de la autoestima (en su dimensión social).

Tanto en el Decreto LOE Decreto 230/2007 como en la Orden 10-8-2007 no se menciona la autoestima, y la única mención diferente de la modificación de esta última orden ha sido citada en el anterior párrafo.

5.2 La Autoestima en la LOMCE:

Referente al R.D. 126/2014, la autoestima toma presencia en la asignatura de Valores Sociales y Cívicos y aunque tampoco aparezca de forma explícita en los principios generales si lo hace de forma implícita al hablar de la “*consecución de una formación integral que contribuya al pleno desarrollo de la personalidad de los alumnos*” (Real Decreto, 2014, p.126) en los principios generales, así como cuando se mencionan objetivos tales como la confianza en sí mismo, resolverse con autonomía, confianza en sí mismo, aceptar el propio cuerpo o espíritu emprendedor entre otros.

La presencia de las referencias a la autoestima son menores en el R.D. de la LOMCE que en los de la LOE. Aunque la primera lo hace de forma más específica que puede deberse al carácter curricular menos flexible que lo obliga a acotar más los contenidos.

En el Decreto 97/2015 ésta cobra un papel relevante en la atención a la diversidad, ya que se especifica que las medidas de flexibilización organizativa y atención inclusiva se dirigen, entre otros aspectos, al favorecimiento de la autoestima.

Es en Orden del 17-3-2015 dónde aparecen más entradas de la autoestima con diferencia que cualquier otro documento de LOE o LOMCE (Ver Anexo III) a la vez que se presenta en qué áreas se tratará el desarrollo de la autoestima: Área de Ciencias de la Naturaleza, Área de Ciencias Sociales, Área de Lengua Castellana y Literatura, Área de Educación Artística, Área de Educación Física, Área de Educación para la Ciudadanía y Derechos Humanos y Área de Valores Sociales y Cívicos. De estas a su vez se presenta como contenido en las Áreas de Ciencias Sociales, Ciencias de la Naturaleza, Educación Física, y Valores Sociales y Cívicos. Aunque de todas ellas, cobrará un papel relevante como contenido en las Áreas de Educación Física y Valores Sociales y Cívicos, de las cuales sólo la segunda la recoge en los 3 ciclos a diferencia de la Educación Física que engloba al 2º y 3º ciclo. Asimismo, el Área de Valores Sociales y Cívicos es una asignatura específica y por tanto es optativa de cada centro.

5.3 Comparación de la Autoestima entre LOE y LOMCE:

Es en la LOMCE donde la autoestima cobra explícitamente un papel más relevante, esto puede deberse, entre otras causas, a la configuración de la flexibilidad del currículum de la LOMCE al establecer de forma más acotada los criterios de evaluación y los contenidos a tratar. De hecho esta ley contempla la autoestima en los criterios de evaluación en contradicción con la LOE.

Por otro lado, ambas leyes optan por contemplar a la autoestima como contenido aunque de nuevo la LOMCE lo hace de forma más explícita y albergando un mayor número de asignaturas en las que se tratan como se expuso anteriormente. Ambas leyes coinciden en que la Educación Física es un medio adecuado para desarrollarla, dándole un papel protagonista junto con las áreas de Ciudadanía y Derechos Humanos y Valores Sociales y Cívicos.

No obstante, ninguna de las leyes hace una alusión acusada a la autoestima como un elemento a tener en cuenta en la metodología de todas las áreas a desarrollar de forma transversal. Solo la LOMCE contempla a la autoestima a través del tratamiento a la atención a la diversidad que tendrá como uno de sus objetivos desarrollar adecuadamente la autoestima, pero sigue sin dejar clara constancia de que la autoestima se trabaje en todas las áreas de forma regular. Por tanto ambas leyes optan por tratar a la autoestima más como un contenido o un elemento transversal en algunas asignaturas al estar ligado con las competencias básicas o competencias clave, pero vinculando en cada área una dimensión de la autoestima bastante limitada. Por ejemplo, en Educación Física la autoestima tiene que ver sobre todo con la aceptación del propio cuerpo, o en las otras dos áreas protagonistas con el sentimiento de identidad colectiva. De esta forma se fomenta que la autoestima sea tratada en el currículum más como contenidos puntuales de acuerdo a la programación que como un aspecto a tener en cuenta durante todo el curso, integrando en la programación un adecuado desarrollo de la autoestima durante todo el curso a llevar a cabo.

6. PAUTAS PARA LA INTERVENCIÓN DOCENTE HACIA UNA ADECUADA AUTOESTIMA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

Las proposiciones para mejorar la autoestima en el campo educativo adquieren tres formas principales, actividades para el desarrollo personal (como por ejemplo el entrenamiento de la sensibilidad), programas de autoestima, (el currículum se dirige

directamente a su aumento); y cambios estructurales en las escuelas, que destacan la cooperación y la participación del alumno así como su participación comunitaria y el orgullo étnico (Woolfolk, 2010). Algunos autores advierten al ámbito docente sobre la existencia de paquetes comerciales o programas costosos sin evidencias sólidas (García, 2011), en este sentido autores como Marsh (1986) se han dedicado a comprobar la validez o requisitos que debe tener un programa o intervención para que éste sea efectivo. No obstante, creemos de especial interés enfocarnos en aquellas causas y medidas que el docente debe conocer y adoptar para impulsar un adecuado desarrollo de la autoestima en los discentes.

Como ya se mencionó anteriormente tanto el autoconcepto (Zulaika, 1999) como la autoestima son estables, aunque no inmutables y por tanto susceptibles al cambio tras un periodo prolongado de actuación (Coopersmith, 1995; Sasura, 1996; Zulaika, 1999; Marsellach, 2003). Ello quiere decir que cualquier intervención dirigida a su mejora puede tener éxito.

Un estudio realizado por Hoge, Smit y Hanson (1990) con 322 alumnos durante 2 años, en alumnos de sexto grado comprobó que la satisfacción de estos con la escuela, el que las clases sean o no interesantes, el compromiso de los profesores, así como la retroalimentación y evaluación del profesor, afecta a su autoestima. Sobre todo en Educación Física, donde las valoraciones y opiniones de los docentes fueron de especial importancia para que los mismos establecieran sus ideas sobre sus competencias atléticas. Asimismo, otros estudios avalan que ubicar a un alumno en un grupo de baja capacidad o repetir el mismo curso tienen un efecto negativo en la autoestima de los mismos y por el contrario los aprendizajes en ambientes de colaboración y cooperación desprenden un efecto positivo (Convington, 1992; Deci Ryan, 1985; citado en Woolfolk, 2010). Programas tales como “alumno del mes” o las entradas en las clases de matemáticas en cursos avanzados fueron poco efectivos en las variaciones de la autoestima.

Otro factor a tener en cuenta son las expectativas que proyecta el docente hacia sus alumnos (Martínez y García, 1997). Cuando no arrojamamos unas expectativas positivas hacia el desempeño de una tarea difícilmente lo hará, en especial si se trata de un reto, desafío o una tarea nueva (García, 2011) pocas personas están dispuestas a intentar nuevas concepciones y menos aun cuando se está rodeado de los iguales (Stein,

2003). Por tanto es muy importante proyectar unas expectativas positivas de forma que los alumnos se vean reforzados en las tareas a realizar (García, 2011). En el caso de que las expectativas docentes sean negativas podemos condicionar al alumnado objeto de las mismas al fracaso, y estaremos influyendo negativamente en el autoconcepto y por ende en su autoestima. Las expectativas negativas del docente tienen mucho más peso para un alumno que las positivas (Rogers, 1987). Considerando la influencia que tienen las expectativas sobre el alumnado, es importante que mantengamos un clima de respeto y actitud positiva, que no inconsciente, en nuestras aulas.

Siguiendo esta línea, se hace imprescindible abordar otro aspecto muy ligado al el éxito de una actividad o tarea: su nivel de dificultad. Debemos poner especial énfasis en plantear actividades acordes al nivel al que nos encontremos, pero a su vez lo ideal sería ofrecer actividades que supongan un reto alcanzable. Pues aquí entra en juego uno de los factores más importantes que el docente debe conocer a la hora de tratar la autoestima, los elogios serán mucho más efectivos si se relacionan directamente con logros reales, no a la suerte ni a la ayuda especial. Hasta tal punto que algunos autores consideran que de no ser así, no serán efectivos (Erikson, 1980; citado en Woolfolk, 2010; Slater, 2002, citado en Woolfolk, 2010; Quintana, 2010; Woolfolk, 2010). Aunque otros autores como Jenkins (2009) plantean un procedimiento totalmente contrario, realizar actividades donde el objetivo principal es transmitir al alumno una costumbre de pensamiento positivo y realizar afirmaciones sobre lo maravilloso de nuestra persona. Quintana (2010), sin embargo, rechazaría con contundencia esto último y aún estando de acuerdo en que el reconocimiento y elogios sobre méritos reales, sugiere que para que la autoestima emerja deberemos realizar las compensaciones oportunas para superar el sentimiento de inferioridad. Este es el hecho que explicaría por qué un alumno que no es muy popular en clase, puede compensar la falta de competencia social mediante la competencia académica, o a través de comportamientos disruptivos para sentirse superior a los demás valía personal (sentirse superior a la autoridad) (Slater, 2002, citado en Woolfolk, 2010; Pallares, 2008; García, 2011; Quintana;2010)

Erikson (1980, p.95) defendía que *“a los niños no se les puede engañar con elogios vacíos y ánimo condescendiente. Tendrán que aceptar un aumento artificial de su autoestima en lugar de algo mejor...”* dicho autor explicó que una identidad fuerte y

positiva solo proviene del “reconocimiento entusiasta y congruente de los logros reales” es decir, los logros que tengan un significado en su cultura (Zulaika, 1999).

Otro aspecto nada favorable para la autoestima del alumnado tiene que ver con un pilar del sistema educativo, la evaluación cuantitativa de los conocimientos. Es frecuente que calificación cuantitativa condicione desfavorablemente al alumnado, y teniendo en cuenta que un examen no justifica lo que el alumno se ha esforzado en la materia, la cuantiosa existencia de variables que influyen en el resultado del mismo y la competencia que inherentemente se desprende de estos procesos, no es de extrañar que esto suceda. Más aún si nos adentramos en las etapas en las que los exámenes suponen la renuncia a unas expectativas académicas (García, 2011). Es por ello que debiéramos plantearnos en basar nuestras evaluaciones en el esfuerzo fomentando las conductas que queremos desarrollar y no los resultados finales sin atender a los medios que han llevado a tal consecución, en definitiva debemos valorar el esfuerzo y no tanto el producto. Hecho que sin duda fortalecerá, entre muchos otros aspectos, la resiliencia de los alumnos y por extensión su autoestima.

Woolfolk, (2010) resume algunas de las ideas aportadas anteriormente en su afirmación: *“Las prácticas que favorecen la participación, la cooperación, la resolución de problemas y logros auténticos deberían remplazar a las políticas que dañan la autoestima, como la asignación de estudiantes a grupos en función del nivel académico y la asignación competitiva de las calificaciones”* Y O’Mara et al. (2006; citado en Woolfolk, 2010) añade que las intervenciones que se centren en el incremento del desempeño y el autoconcepto o autoestima, junto con los refuerzos y feedback adecuados, serán más efectivos que los que se centren únicamente en el autoconcepto o autoestima.

Por último hacer mención a la necesidad de evitar cualquier tipo de abusos en las clases por insignificantes que parezcan ya que afectan negativamente a la autoestima (Leeuwis, Koot, Creemers y Van Lier, 2014).

7. PAUTAS DE INTERVENCIÓN DOCENTE HACIA UN ADECUADO TRATAMIENTO Y DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Las medidas tratar la autoestima en otras áreas y Educación Física comparten la misma base teórica que en las otras áreas y por tanto similares y trasladables. No

obstante, la diferencia con las otras áreas radica en que existen dimensiones de la autoestima que se relacionan directamente con el área de Educación Física. Dependiendo de los autores a los que acudamos las dimensiones de la autoestima serán distintas pero en ellas siempre coinciden una importancia de la percepción física o imagen corporal y la capacidad de percepción física. De hecho hay autores que las consideran como dimensiones particulares de la autoestima. Asimismo, cabe resaltar que "*la autoestima no se enseña; se adquiere*" (Cameron, 1991; citado en Zulaika 1991, .p95) por ello conscientes o no de que, como docentes de Educación Física, se posee un medio relevante para su desarrollo y se afectará a la autoestima de los alumnos para bien o para mal. Tanto la ley LOE como en LOMCE recogen esta trascendencia vinculante entre autoestima y Educación Física y le otorgan un papel protagonista en el tratamiento de la autoestima (Anexo III).

Los estudios que manifiestan esta importancia son numerosos y variados pero de entre todos ellos destacaremos los factores que consideramos principales para entender dicha relevancia así como algunas formas de abordar un adecuado tratamiento de la autoestima desde dicho área.

Uno de los factores más trascendentes tiene que ver con la retroalimentación positiva existente entre la autoestima y la práctica de actividad física (Sonstroem, 1984; Meyer; 1987; Gauvin & Spence, 1996; Tremblay, Inman y Willms, 2000; Özşaker, Dorak, Vurgun, 2012; Collado, 2005; Marín, 2007; Khiaban Chian, 2007; citado en Sajadian y Mehr, 2011; Ortega, 2010; Citado en Ortega 2010). Por su parte, otros autores hacen incidencia en la motivación intrínseca, afirmando que en tanto en cuanto los alumnos practiquen actividad física mejorarán su autoestima y viceversa (Mueller, Fiel, Yando, Hardind, Lasko y Bendell, 1995; citado en Ortega, 2010; Marín, 2007; Collado, 2005). Por esa razón, se debe poner todos los esfuerzos en crear un hábito de actividad física en los alumnos y para ello se deben plantear actividades que sean motivantes e inviten a los alumnos a participar por voluntad propia. El componente lúdico y la motivación serán perfectos aliados para fomentar dichos hábitos. Según Schoel, Prouty y Radcliff (1988; citado en Halliday, 1999). Hay distintas categorías de actividades motivadoras que pueden construir autoestima. La participación en estas actividades ayuda a que los estudiantes desarrollen auto-confianza, extiendan los límites de la percepción de su competencia y aprendan a ser alentadores y comprensivos con el resto.

Parece clara también la asociación entre actividad física con autoestima y la autoeficacia (Mota, 1998; citado en Batista, 2013), así como relativamente el bienestar emocional; parecen existir evidencias de un efecto positivo de la actividad física en la reducción de síntomas depresivos y de ansiedad (Brown, Wang & Ward, 1995, citado en Batista, 2013).

En la realización de dichas actividades debemos tener muy presente las expectativas del profesorado para con los alumnos en el desempeño de las actividades y en sus posibilidades de realización. Las investigaciones demuestran que los alumnos se ven significativamente influenciados por las opiniones de los docentes en cuanto a sus capacidades físicas (Woolfolk, 2010) y por tanto afectan a la autoestima de los alumnos, especialmente en la dimensión de la capacidad física percibida.

De los estudios de Ortega (2010) se desprenden que, además de la conveniencia de los refuerzos por parte del docente ante conductas positivas, es beneficioso que acostumbremos a los alumnos a reforzar las conductas positivas de otros compañeros, alentando así dichas conductas y su motivación (condicionamiento operante) por la actividad física. No se debe olvidar que dichos refuerzos serán más efectivos cuando refuercen la consecución de logros por méritos propios.

Otro de los factores más preocupantes y que sin duda aparecerá explícita o implícitamente en las prácticas de la Educación Física tienen que ver con los sentimientos de la imagen corporal de cada alumno. El medio social no afecta por lo general positivamente a la autoestima del alumnado, es más, una integración perfecta en el modelo social preponderante puede causar efectos negativos importantes (García, 2011). Los medios de comunicación ofrecen cánones de belleza globalizados, sobre todo en el cine y la televisión creando una asociación falsa entre delgadez, belleza y éxito. Llegando a promover incluso trastornos alimenticios y la bulimia (Chinchilla, 2003; citado en García, 2011). El patrón de cuerpo perfecto propagado por los medios de comunicación influye la imagen que los adolescentes tienen de sí mismos y consecuentemente la autoestima, y aunque considerado como artificial e irreal, causa gran sufrimiento y discriminación entre aquellos que no se sienten atractivos, lo que puede llevar a problemas de salud como resultado de la baja autoestima (Silva, Taquette y Coutinho, 2014). Destacar también que la aparición de enfermedades como la anorexia, TCA, dismorfia muscular y bulimia se asocian con una percepción negativa de la imagen corporal negativa y autoestima baja (Ortega, 2010). La gran mayoría de los

conflictos emocionales tienen lugar como consecuencia de la falta de concordancia entre la imagen que tiene de sí mismo el alumno y la que proyecta la sociedad o grupo concreto al que pertenece es causa de la gran mayoría (Añó, 1997; citado en Ortega, 2010). Por todo ello el tratamiento de la autoestima debe ir de la mano de la educación en valores, fomentando a los alumnos una visión crítica de los medios de comunicación y a aceptar de forma incondicional los atributos intelectuales y físicos de cada uno como algo positivo (García, 2011). Pero además la propia actividad física tendrá una repercusión significativamente positiva en la imagen corporal de los alumnos (Synde & Kivlin, 1975; Mash & Pearts, 1988; citado en Estévez, 2012) ya que la obesidad se relaciona con problemas psicológicos y sociales entre los que se destaca la baja autoestima, sobre todo en la adolescencia (Shriver, Harrist, 2003; Braet, 2005; citado en Estévez et al., 2015). Por lo que de nuevo incidir en la importancia de crear el hábito de la actividad física en nuestros alumnos, ayudando a su vez a su competencia física y por extensión a su autoestima.

Ya comentamos que la autoestima es fundamental para las habilidades motoras y viceversa, y que debemos plantear a los alumnos desafíos y retos alcanzables ajustados a sus capacidades. Pero además, debemos tener en cuenta que esta área los alumnos expondrán sus capacidades frente a sus compañeros y competirán (si así se dispone) entre unos y los otros. Por consiguiente de cara a poner los medios disponibles para plantear actividades en las que el alumno supere retos y desafíos por méritos propios será de notable ayuda, en primer lugar, recoger informarse de la historia de Educación Física de los niños, descubriendo sus intereses, motivaciones sentimientos, temores, actividades que practican, etc... entre otras posibles variables; a continuación plantear experiencias exitosas gradualmente aumentando el nivel de dificultad, lo que permitirá conocer a los alumnos y ofrecer desafíos alcanzables a medida que los conocemos (es preferible ayudar a los alumnos en un principio si se observa falta de confianza y retirar las ayudas paulatinamente) (Craft y Hogan, 1985; citado en Zulaika, 1999).

Otro aspecto a contemplar en el área de Educación Física para un adecuado tratamiento de la autoestima de los alumnos es la competición. En las actividades competitivas los alumnos encuentran en el contrario el reto a superar. Vencer al contrario supone un aumento de la autoestima, pero dicho aumento será inversamente proporcional para el adversario no ganador. Por tanto debemos evitar a toda costa las

actividades donde la competición sea el objetivo principal, pudiendo aprovechar el entorno u objetos inanimados como el reto a superar (García, 2011). Con respecto a la cooperación con competición intergrupala, Marsh y Pearts (1988; citado en Estévez, 2012) aseveran comprobado que ésta posee una mayor eficacia que las competiciones con objetivos individualistas al producir actitudes académicas, afectivas, autoestima y autoconceptos más positivos. Para dar respuesta a este enfoque, podremos hacer uso de actividades cooperativas y colaborativas donde la competición se centre en un reto inanimado. Una práctica muy positiva en este sentido es dedicar (1-2 minutos) al final de la clase para plantear un reto cooperativo que tenga por objeto de competición algún objeto inanimado, el entorno o el docente, por ejemplo, que los alumnos deban organizarse a criterio para llevar un balón de kin-ball de una portería a otra en menos de 30 segundos.

Hay que tener en cuenta también la importancia introducir variedad en los juegos para que los alumnos puedan encontrar habilidades naturales, éxitos y motivaciones en ámbitos diferentes (Ralston y Thomas, 1970), con ello respetamos a la vez la diversidad del alumnado y ofrecemos más posibilidades de que los alumnos desarrollen competencias sobre un dominio determinado mediante actividades diferentes (Harter, 1978; citado en Zulaika, 1999).

Otro recurso es el agrupamiento multiedad ya que los alumnos tienden a compararse con su grupo-edad y con ello modifican su autoconcepto y autoestima, en este ambiente los alumnos se sienten más satisfechos y dispuestos a afrontar desafíos (Way, 1981; citado en Zulaika, 1999).

Finalmente, precisar dos últimas pautas para un adecuado tratamiento de la autoestima en la Educación Física, se debe crear un clima de aula basado en el respeto donde se eviten cualquier tipo de burlas (Stewart y Corbin, 1989; citado en Zulaika, 1999). Y ayudar a los alumnos a sentirse responsable de sus logros pues ello incrementará su autoestima (Weis; 1987). Las investigaciones de Ortega (2010) subrayan que los sujetos con alta autoestima deben sus éxitos a factores internos y estables (competencia) o a factores internos inestables y controlables (esfuerzo), y los fracasos a factores internos y controlables (esfuerzo insuficiente). Mientras que los sujetos con baja autoestima atribuyen habitualmente el locus de causalidad de sus fracasos a factores internos,

estables e incontrolables (incompetencia), mientras que sus éxitos a otros externos e incontrolables (azar).

8. FORMAS O PROGRAMAS DE INTERVENCION ALTERNATIVOS EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA FOMENTAR UNA ADECUADA AUTOESTIMA EN EL ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

La psicóloga Slater (2002; citado en Woolfolk, 2010) sugiere que quizás debiéramos considerar desarrollar el **autocontrol** antes que la autoestima. De esta forma podríamos incidir directamente en el locus de causalidad de los alumnos y éstos atribuirían sus logros al esfuerzo y la competencia y no a la suerte o falta de capacidad, y sus fracasos a la falta de esfuerzo en contraste con el sentimiento de incompetencia. Al conseguir que los alumnos se sintieran responsables de sus logros su autoestima sería mayor (Weiss, 1987). Además, al trabajar con el autocontrol directamente, las limitaciones a la hora de abordar las tareas serían menores, ya que con un adecuado autocontrol la resiliencia de los alumnos aumenta y por tanto su competencia en los desempeños.

Otro método alternativo para trabajar la autoestima es el **Arteterapia**, el cual incluye música, danza y artes plásticas abarcando desde infantil hasta primaria. La variedad de actividades en los juegos permite que los alumnos puedan encontrar diferentes dominios en los que puedan ser competentes, y aumentar las probabilidades de encontrar éxitos y nuevas motivaciones (Ralston y Thomas, 1970) por lo tanto, debido a la variedad de competencias y áreas que abarca, la musicoterapia incrementa las posibilidades de desarrollar una adecuada autoestima. En la implementación del programa los docentes reciben clases de formación previas para saber cómo dar refuerzos adecuadamente, fomentar conductas prosociales y tratar adecuadamente la autoestima, entre otras consideraciones referentes al programa.

Según (Rodríguez, 2007) el programa favorece el reconocimiento de identidad personal y compartida dentro de un ambiente de convivencia que trata contenidos como el autoconcepto, la asertividad, un adecuado trato y valoración entre personas, mediante trabajos con metodología colaborativa, cooperativa y entre iguales. Se incide así mismo en procesos de comunicación no verbal, que son procesos más espontáneos que la

comunicación verbal y promueven sentimientos personales, adentrándonos así en una primera base de la autoestima incluso en intercambios personales positivos que trabajaran la autoestima desde su dimensión social (Rodríguez, 2007). Con este mismo motivo también se llevaron a cabo técnicas de relajación y resolución de conflictos para mejorar el clima de aula.

Algunos de los resultados del programa Arteterapia denominado “vivo conmigo y convivo” referente a los alumnos fueron:

- Incremento del grado de desinhibición gestual y expresiva y manifestaciones de respeto y tolerancia hacia la expresión de otros.
- Mejora de la autoestima y conductas prosociales.
- Aumento paulatino de la capacidad expresiva en general de los alumnos aumentando sus recursos y disfrute en las actuaciones
- Adquisición de actitudes adecuadas de participación tolerancia y respeto en distintos ámbitos de sus relaciones.
- Promoción de la creatividad, la sensibilidad y mejora del autocontrol (asertividad).
- Provocó un mejor ajuste de la percepción y expectativas de los alumnos consigo mismos y favoreció la interacción grupal.

Como podemos observar los resultados no solo afirman la mejora de la autoestima sino que mejoran aspectos que debieran aumentar las posibilidades de alcanzar una mejor autoestima desde la dimensión social, y personal de la autoestima.

Otra forma alternativa para desarrollar una adecuada autoestima es el mindfulness. Las investigaciones de Meiklejohn, Phillips, Freedman, Griffin, Biegel, Roach, Frank, Burke, Pinger, Soloway, Isberg, Sibinga, Grossman y Saltzman (2012), centradas en catorce programas de mindfulness llevados a cabo desde 2005, en los que se entrenaba a los alumnos en la mejora de la autoestima, han demostrado globalmente una gama de beneficios sociales, cognitivos y psicológicos tanto en la escuela (seis estudios) como en la educación secundaria (ocho estudios). Esto incluye mejoras en la memoria de trabajo, atención, habilidades académicas, habilidades sociales, regulación emocional y autoestima, así como mejoras autoevaluadas en el humor, disminución de la ansiedad, el estrés y la fatiga. Meiklejohn et al. (2012) también hacen referencia a una prueba de control aleatoria realizada por Biegel et al. (2009; citado en Meiklejohn et al., 2012) en el que 102 adolescentes de entre 14 y 18 años, pacientes externos de una clínica psiquiátrica con diagnósticos heterogéneos, fueron sometidos a una intervención

de reducción de estrés con mindfulness (mindfulness stress reduction for teens-MBSR-T) durante 8 semanas. Todos los participantes recibieron el tratamiento habitual y algunos de ellos fueron aleatoriamente asignados a recibir su tratamiento habitual más MBSR-T. El grupo que recibió MBSR-T tuvo reducciones significantes en ansiedad, depresión, somatización y mejora su autoestima entre otros beneficios.

Finalmente, referir que las actividades extraescolares y deportivas como el Judo (Batista, 2013) o la natación (Sajadian y Mehr, 2011) tienen una incidencia directa en el desarrollo positivo de la autoestima además de fomentar un alto rendimiento escolar.

9. CONCLUSIONES

La autoestima afecta a factores psicosociales y de la salud de las personas. Por ello y por razones mencionadas, un adecuado tratamiento de la autoestima es fundamental para el desarrollo integral de la persona, objetivo que ocupa un lugar protagonista a alcanzar en la Educación Primaria.

Ya la propia definición de autoestima contempla su influencia en nuestra dignidad. Si no tenemos bien presente este hecho, difícilmente seremos conscientes de que cada vez que socavamos contra la autoestima de otra persona, sea intencionadamente o no, estamos atentando contra un derecho humano básico y su capacidad para ser feliz. Así que bien como docentes, familiares o ciudadanos debemos concienciarnos de la importancia de una adecuada autoestima y ser consecuentes desde nuestra posición. Como docentes debemos además estar informados para realizar una adecuada intervención en la escuela e ir mejorando en este aspecto pues encontraremos en los alumnos de Educación Primaria, una de las etapas más susceptibles en la modificación de la autoestima.

Los currículos oficiales contemplan la autoestima más como un contenido a desarrollar desde diferentes ámbitos, por ejemplo desde Educación Física, muy ligado a la imagen corporal. En el caso de la LOMCE también se establece como metodología para atención a la diversidad, pero, en mi opinión, se debiera hacer hincapié en desarrollarla de forma continuada y transversal, es decir, que un adecuado tratamiento aconteciera en la totalidad de áreas en la que se trabaja, aprovechando como en parte hacen las actuales leyes, sus diferentes dimensiones desde las áreas que son más propicias cada una de ellas. La autoestima, aunque modificable, tiene cierta estabilidad que requiere de un tiempo prolongado para su desarrollo.

Así mismo, en el caso de la Educación Física creo firmemente que la mejor de nuestras opciones, siendo consecuente con la obtención del desarrollo integral de los alumnos y la mejor de las intenciones en ofrecerles el mayor porcentaje posible de calidad de vida, debiera ser programar en torno a los valores acompañados de la mano de la autoestima. Como dice García (2011) la enseñanza de la autoestima siempre debe acompañarse de la educación en valores. Si estamos de acuerdo en unos objetivos principales, ¿por qué no poner nuestros recursos más coherentes en ellos? Con ello no pretendo insinuar el dejar apartada la adquisición de competencias o conocimientos, pues evidentemente también son imprescindibles para el desarrollo integral de la persona, pero sí hacer hincapié en la necesidad de ser coherente con lo que demandamos a los alumnos y los que se demanda a la escuela. Los contenidos de Educación Física del currículum pueden realizarse exactamente igual pero teniendo valores como núcleos temáticos sumativos y transversales, y un adecuado tratamiento de la autoestima en todos ellos. Según Hoskins y Crick (2008) los valores son los desencadenantes de comportamientos, y aunque podamos tener centenares de creencias y actitudes sólo tendremos una docena de valores.

En cuanto a la competición, mencionar que tampoco considero acertado tratar los problemas mediante su eliminación. La competición forma parte natural de nuestras vidas y sin duda alberga el potencial para disminuir nuestra autoestima entre otras problemáticas, por ello debemos enseñar a nuestros alumnos a disfrutar y entender una competición sana. Con este objetivo, podríamos empezar con competiciones en grupo contra objetos inanimados y contra el profesor y posteriormente, en ciclos superiores (2º y 3º), combinarlos con el uso de deportes en los que el componente lúdico y recreativo son su eje principal. Si lo acompañásemos además de una programación con valores y autoestima como protagonistas, seguramente los alumnos enfrentarían mejor su frustración cuando no consigan una victoria en los juegos.

Por último mencionar la necesidad de adoptar un espíritu de formación e innovación para seguir buscando formas eficaces y valiosas de trabajar la autoestima en Educación Primaria e integrarlo de forma armónica al currículum escolar, ya sea mediante nuevas formas o ayudando a la mejora de las presentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Batista, M. y Cubo, S. (2013). The general practice of Judo in the formation of self-concept, self-esteem and school performance in children of the first cycle of basic education. *Revista de Ciencias del Deporte*, 9, (3), pp. 193-210. Consultado en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4512304>
- Blascowitch, J. y Tomaka, J. (1991). Measures of self-esteem. En J.P. Robinson, P.R. Shaver y L.S. Wrightsman (Eds.): *Measures of personality and social psychological attitudes*. Nueva York: Academic Press. Consultado en: <https://books.google.es/books?id=tq8j8jNg7moC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Branden, N. (1997). *El poder de la autoestima. Cómo potenciar este importante recurso psicológico*. Barcelona: Paidós.
- Briggs, D. C. (1986). *El niño feliz*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Collado, D. (2005). *Transmisión y adquisición de valores a través de un programa de Educación Física basado en el juego motor, en un grupo de alumnos y alumnas de Primero de la ESO*. Tesis Doctoral: Universidad de Granada.
- Coopersmith, S. (1995). *The antecedents of self-esteem*. ISA: Pshycologists Press.
- España. Real Decreto 1190/2012, de 3 de agosto, por el que se modifican el Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, y el Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial del Estado*, de 4 de agosto de 2012, núm. 186, pp. 55692-55704.
- España. Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 1 de marzo de 2014, núm. 54, pp. 19349-193420.

- España. Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 8 de diciembre de 2006, núm. 293, pp. 43053-43102.
- España. Decreto 230/2007, de 31 de julio, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la educación primaria en Andalucía. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 8 de agosto de 2007, núm. 156, pp. 9- 15.
- España. Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 13 de marzo de 2005, núm. 50, pp. 11- 22.
- España. Orden de 10 de agosto de 2007, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria en Andalucía. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 30 de agosto de 2007, núm. 71, pp. 4- 21.
- España. Orden de 12 de diciembre de 2012, por la que se modifica la de 10 de agosto de 2007, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria en Andalucía. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 21 de enero de 2013, núm. 14, pp. 11- 14.
- España. Orden de 17 de marzo de 2015, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria en Andalucía. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 27 de marzo de 2015, núm. 60, pp. 9- 696.
- Estévez, M. (2012). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de segundo ciclo de educación secundaria de la ciudad de Alicante*. (Tesis doctoral). Universidad de Granada. Granada. Consultado en: <http://hera.ugr.es/tesisugr/21453743.pdf>
- Estévez, M.; Muros, J.J.; Torres, B.; Zurita, F. y Cepero, M. (2015). Influencia de la composición corporal y la aceptación por las clases de Educación Física sobre la autoestima de niños de 14-16 años de Alicante, España. *Nutrición hospitalaria*, 31, (4), pp. 1519-1524. Consultado en: http://www.researchgate.net/publication/271077672_Influencia_de_la_composicin

_corporal_y_la_aceptacin_por_las_clases_de_Educacin_Fsica_sobre_la_autoestim
a_de_nios_de_14-16_aos_de_Alicante_%28Espaa%29

García, O. (2011). El desarrollo de la autoestima a través del área de Educación Física y el reto cooperativo. ¡Puedes!. En *La Peonza. Revista de Educación Física para la paz*, 6, pp. 39-50. Consultado en: <http://es.scribd.com/doc/94411501/peonza-ne6>

Gauvin, L. y Spence, J. C. (1996). Physical activity and psychological wellbeing: Knowledge base, current issues and caveats. *Nutrition Reviews*, 54, pp. 53-63.

Halliday, N. (1999). Developing Self-Esteem Through Challenge Education Experiences. *JOPERD: Journal of physical education, recreation and dance*, 70, (6), pp. 51-59. Consultado en: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07303084.1999.10605953?journalCode=ujrd20>

Harter, S. (1990). Self and identity development. En S. Feldman y G Elliot (Eds.): *At the threshold: The developing adolescent*, pp. 352-387. Cambridge: Harvard University Press. Consultado en: https://books.google.es/books?id=DeQadXlOooC&pg=PA1&lpg=PA1&dq=At+the+threshold:+The+developing+adolescent,&source=bl&ots=Jiu14kxzAQ&sig=ckvzeXEf5a3cJlovjMzarACiz90&hl=es&sa=X&ei=2Nd1VdX_F8vXyQOY0IHADw&ved=0CFkQ6AEwBg#v=onepage&q=At%20the%20threshold%3A%20The%20developing%20adolescent%2C&f=false

Hoge, D.; Smit, E. y Hanson, S. (1990). School experiences predicting changes in self-esteem of sixth- and seventh-grade students. *Journal of Educational Psychology*, 82, (1), pp. 117-127.

Hoskins, B., y Crick R. D. (2008). *Learning to Civic Competencies: different currencies or two sides of the same coin?* Joint Research Centre. European Communities

Hughes, H.M. (1984). Measures of self-concept and self-esteem for children ages 3-12 years: A review and recommendations. *Clinical Psychology Review*, 4, 657-692. Consultado en: http://ac.els-cdn.com/0272735884900114/1-s2.0-0272735884900114-main.pdf?_tid=1277fecc-0e06-11e5-8890-00000aab0f27&acdnat=1433785674_8fe7af8944ceaa7fb5571098021fa4db

- Jenkins, P. (2009). *Cómo potenciar la vida interior de un niño: ideas y ejercicios para desarrollar valores espirituales en los niños y estimular su autoestima*. Barcelona: Robinbook.
- Lee, C. (2014). Relative Levels of Parents' Life Satisfaction and Their Relationship with Children's Self-esteem, Stress and Parenting Attitude in Multicultural Elementary Schools of Rural Areas. *International Journal of Applied Engineering Research*, 9, (22), pp. 15037-15048. Consultado en: <http://www.scopus.com/record/display.url?eid=2-s2.0-84925437204&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&st1=self-esteem+elementary+school&sid=8DAF4EF699154D22D3E6386E4D4C0EC7.ZmAySxCHIBxxTXbnsoe5w%3a310&sot=b&sdt=b&sl=44&s=TITLE-ABS-KEY%28self-esteem+elementary+school%29&relpos=11&relpos=11&citeCnt=0&searchTerm=TITLE-ABS-KEY%28self-esteem+elementary+school%29#>
- Leewis, F.; Koot, H., Creemers, D. y Van Lier, P. (2014). Implicit and Explicit Self-Esteem Discrepancies, Victimization and the Development of Late Childhood Internalizing Problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*. Consultado en: <http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10802-014-9959-5>
- Marín, M.N. (2007). *Efectos de un programa de Educación Física basado en la Expresión Corporal y el Juego Cooperativo para la mejora de habilidades sociales, valores y actitudes en alumnado de Educación Primaria*. Tesis Doctoral: Universidad de Granada.
- Martínez, L. y García, A. (1997). Educación Física y género. Una mirada al cuerpo en la escuela. En T. Alario Trigueros y C. García Colmenares (Eds.): *Persona, género y educación*, pp. 31-71. Salamanca: Amarú.
- Marsellach, G. (2003). *La autoestima*. Consultado en: <http://www.ciudadfutura.com/psico>.
- Marsh, H. W. (1986). Global self-esteem: Its relation to specific facets of self-concept and their importance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, pp. 1224-1236.
- Meiklejohn, J.; Phillips, C.; Freedman, M.; Griffin, M.; Biegel, G.; Roach, A.; Frank, J.; Burke, C.; Pinger, L.; Soloway, G.; Isberg, R.; Sibinga, E.; Grossman, L. y

Saltzman, A. (2012). Integrating Mindfulness Training into K-12 Education: Fostering the Resilience of Teachers and Students. *Mindfulness*, 3, (4), pp. 291-307. Consultado en: <http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs12671-012-0094-5>

Meyer, R. (1987). Imagen del yo en los adolescentes y posición escolar en Educación Física y deportiva. Estudio comparativo con alumnos varones de 3°. *Infancia y aprendizaje*, 37, pp. 45-56. Consultado en: https://www.google.es/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0CCEQFjAAahUKEwjq_-5rJbGAhWMOxQKHV_zADo&url=http%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F662362.pdf&ei=RzWBVarAJYz3UN_mg9AD&usg=AFQjCNEgieBxvb8H4CEOhJKKEvRz2tfw5A&sig2=s2E4V5IMu4or_s88lVnWpw&bv m=bv.96041959,d.ZGU

Mussen, P.; Conger, J. y Kagan, T. (2000). *Desarrollo de la personalidad en el niño*. México: Editorial Trillas.

Ortega, M.A. (2010). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de primer ciclo de educación secundaria de la ciudad de Jaén*. Tesis Doctoral: Universidad de Granada. Consultado en: <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/19727/1/18947761.pdf>

Özşaker, M.; Dorak, F; Vurgun, N (2012). Self-esteem, physical activity and sedentary lifestyle associated with physical performance among turkish elementary school children. *HealthMED*, 6, (5), pp. 1636-1642. Consultado en: <http://www.scopus.com/record/display.url?eid=2-s2.0-84863198459&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&st1=self-esteem+elementary+school&nlo=&nlr=&nls=&sid=8DAF4EF699154D22D3E6386E4D4C0EC7.ZmAySxCHIBxxTXbnsoe5w%3a310&sot=b&sdt=b&sl=44&s=TITLE-ABS-KEY%28self-esteem+elementary+school%29&relpos=50&relpos=50&citeCnt=0&searchTerm=TITLE-ABS-KEY%28self-esteem+elementary+school%29>

Pallares, E. (2008). *Los mecanismos de defensa*. Bilbao: Editorial Mensajero.

- Quintana, J. M. (2010). *Del sentimiento de inferioridad a la autoestima*. Madrid: Editorial CCS.
- Ralston, N.C. y Thomas, G.P. (1970). The role of the physical educator in the development guidance. *JOHPER: JOPERD: Journal of physical education, recreation and dance*, pp. 44-47.
- Rogers, C. (1987). *Psicología social de la enseñanza*. Madrid: Visar.
- Rodríguez, E. (2007). Aplicaciones del Arteterapia en aula como medio de prevención para el desarrollo de la autoestima y el fomento de las relaciones sociales positivas: "me siento vivo y convivo". *Arteterapia: papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 2, pp. 275-292. Consultado en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2488706>
- Sajadian, M. y Mehr, M. K. (2011). The effect of swimming skill education on self-esteem and compatibility of boy's primary school students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, pp. 2225-2229. Consultado en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042811022592>
- Shriver, L.; Harrist, A.; Page, M.; Hubbs-Tait.; Moulton, M. y Topham, G. (2013). Differences in body esteem by weight status, gender, and physical activity among young elementary school-aged children. *Body Image*, 10, (1), pp. 78-84. Consultado en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144512001349>
- Silva, M.; Taquette, S. y Coutinho, E. (2014). Senses of body image in adolescents in elementary school. *Revista de Saude Publica*, 48, (3), pp. 438-444. Consultado en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102014000300438&lng=en&nrm=iso&tlng=en
- Sonstroem, R.J. (1984). Exercise and self-esteem. *Exercise and Sport Sciences Review*, 12, pp. 123-155.
- Rosemberg, M. (1996). *Counseling the self*. New York: Basic Book.
- Stein, J. (2003). Should the main objective of adapted physical education be the development of motor skills or the development of self-esteem. *JOPERD: Journal of physical education, recreation and dance*, 74, (9), pp. 10-12.

- Tierno, B. (1998). *Adolescentes. Las cien preguntas clave*. Madrid: Ediciones Temas de Hoy.
- Tremblay, M.; Inman, J. y Willms, J. (2000). The relationship between physical activity, self-esteem, and academic achievement in 12-year-old children. *Pediatric Exercise Science*, 12, (3), pp. 312-323. Consultado en: <http://www.scopus.com/record/display.url?eid=2-s2.0-0033900007&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&st1=self-esteem+elementary+school+physical+education&sid=8DAF4EF699154D22D3E6386E4D4C0EC7.ZmAySxCHIBxxTXbnsoe5w%3a250&sot=b&sdt=b&sl=63&s=TITLE-ABS-KEY%28self-esteem+elementary+school+physical+education%29&relpos=9&relpos=9&citeCnt=86&searchTerm=TITLE-ABS-KEY%28self-esteem+elementary+school+physical+education%29>
- Weiss, M.R. (1987). Self-esteem and achievement in children's sport and physical activity. *Advances in Pediatric Sport Sciences: Behavioral Issues Human Kinetics*, pp. 87-119.
- Wilber, K. (1995). *El proyecto Atman*. Barcelona: Editorial Kairos.
- Woolfolk, A. (2010). *Psicología educativa*. México: Pearson.
- Zulaika, L. M. (1999). Educación Física y mejora del autoconcepto: revisión de la investigación. *Revista de Psicodidáctica*, 8. Consultado en: <http://site.ebrary.com/lib/univgranada/reader.action?docID=10127398>

ANEXOS

ANEXO I

GUÍA RESUMEN DE LAS PAUTAS DE INTERVENCIÓN PARA LA INTERVENCIÓN DOCENTE HACIA UNA ADECUADA AUTOESTIMA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

Tanto las medidas dirigidas a Educación Primaria en general como las del área de Educación Física son trasladables no obstante cada una se localiza en un apartado por la pertinencia de los contenidos y ciertas afirmaciones de autores dirigidas a un campo específico.

EDUCACIÓN PRIMARIA

Actuaciones efectivas:

- Cualquier intervención deberá realizarse por un periodo de tiempo prolongado y continuado.
- Preocuparse por conocer la opinión de los alumnos para realizar las clases interesantes.
- Tener expectativas altas sobre las posibilidades de los alumnos.
- Ofrecer feedback con expectativas positivas.
- Poner en juego todos los medios disponibles para que un alumno promocione.
- Crear clima de respeto, colaboración y cooperación en las aulas.
- Proponer actividades colaborativas pero sobre todo cooperativas.
- Hacer uso de metodologías colaborativas y cooperativas.
- Establecer el nivel de dificultad de las actividades acorde a las capacidades del alumnado
- Plantear a los alumnos retos y desafíos alcanzables.
- Los estudiantes deben tener éxitos legítimos en tareas que sean significativas para ellos.
- Realizar elogios (refuerzos) sinceros ante logros reales.
- Establecer evaluaciones que valoren los esfuerzos, y que prioricen el proceso antes que el producto. (Sin justificación directa)
- Realizar grupos heterogéneos equilibrados en el aula, de tal forma que un grupo no perciba a otro muy desigual en cuanto a competencias.

A evitar:

- Ubicar a alumnos en grupos de baja capacidad.
- Evitar cualquier tipo de abuso entre los alumnos por insignificantes que puedan parecer.

ANEXO II

GUÍA RESUMEN DE LAS PAUTAS DE INTERVENCIÓN DOCENTE HACIA UN ADECUADO TRATAMIENTO Y DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Tanto las medidas dirigidas a Educación Primaria en general como las del área de Educación Física son trasladables no obstante cada una se localiza en un apartado por la pertinencia de los contenidos y ciertas afirmaciones de autores dirigidas a un campo específico.

EDUCACIÓN FÍSICA

Actuaciones efectivas:

- Plantear actividades lúdicas y motivantes que promuevan el hábito de actividad física en los alumnos.
- Crear un clima de trabajo donde los alumnos refuercen conductas positivas y logros de otros compañeros.
- Dirigir actividades al conocimiento y autoaceptación de los alumnos, tanto desde una perspectiva física como competencial.
- Albergar expectativas positivas hacia las capacidades y logros del alumnado.
- Fomentar el conocimiento acerca de las fortalezas y limitaciones del alumnado, contemplando estas últimas no como barreras sino como retos a superar.
- Ayuda a los alumnos a aceptar de forma incondicional sus atributos intelectuales y físicos como algo positivo.
- Realizar mini retos cooperativos al final de cada clase (1-2 minutos) donde el reto a superar que se centre en objetos inanimados, el entorno o el docente. Estos retos deben ser siempre superables y plantear un desafío.
- Alternar entre diferentes tipos de juegos para aumentar las posibilidades de que los alumnos encuentran una habilidad natural, éxitos y motivaciones en ámbitos diferentes.
- Organizar actividades en el centro con grupos multiedad adaptando las actividades con este propósito.
- Ayudar a eliminar las culpas improductivas y fomentar las autocríticas constructivas con unas expectativas positivas de superación.
- Plantear una programación en la que los alumnos puedan sentirse responsables de sus logros.

- Alentar las prácticas deportivas fuera del horario escolar.

A evitar:

- No plantear retos inalcanzables o desmesurados respecto a las capacidades del alumnado.

ANEXO III

REGISTRO DE LAS ENTRADAS DE LA PALABRA “AUTONOMÍA” EN LOS CURRÍCULUMS OFICIALES

En este anexo puede observarse se presenta la localización de la palabra autoestima en los currículums oficiales LOMCE y LOE surgido del proceso del análisis de la autoestima en tales legislaciones. En primer lugar se ha registrado el número de entradas localizadas y posteriormente la localización de las mismas en los documentos.

LOMCE

- Real decreto 126-2014: 2
 - Anexo I:
 - Asignaturas específicas;
 - Valores Sociales y Cívicos:
 - Introducción (1)
 - Estándares de aprendizaje Evaluables: (2)
- Decreto 97/2015: 1
 - Disposiciones Generales
 - Capítulo V: Atención a la diversidad
 - Artículo 17. Actuaciones y medidas de atención a la diversidad (1)
- Orden 17-3-2015: 43
 - Anexo I:
 - Área de Ciencias de la Naturaleza:
 - Aspectos generales del área:
 - Contribución al desarrollo de las competencias clave (1)
 - Desarrollo curricular:
 - Tercer ciclo (2)
 - Contenidos:
 - Tercer ciclo (3)
 - Área de Ciencias Sociales
 - Desarrollo curricular:
 - Primer ciclo (4)
 - Área de Lengua Castellana y Literatura
 - Aspectos generales del área:
 - Contribución al desarrollo de las competencias clave (5)
 - Desarrollo curricular:
 - Tercer ciclo (6)
 - Contenidos:
 - Área de Educación Artística:
 - Aspectos generales del área:
 - Introducción (7)
 - Contribución al desarrollo de las competencias clave (8)
 - Área de Educación Física

- Aspectos generales del área:
 - Bloque de contenidos (9)
- Desarrollo curricular:
 - Segundo ciclo (10-13)
 - Tercer ciclo (14-16)
- Contenidos:
 - Segundo ciclo (17)
 - Tercer ciclo (18)
- Área de Educación para la Ciudadanía y Derechos Humanos
 - Aspectos generales del área:
 - Introducción (19)
 - Contribución al desarrollo de las competencias clave (20)
 - Desarrollo curricular:
 - Tercer ciclo (21)
- Área de Valores Sociales y Cívicos:
 - Aspectos generales del área:
 - Introducción (22)
 - Bloque de contenidos (23)
 - Contribución al desarrollo de las competencias clave (24)
 - Mapa de desempeño:
 - Estrategias de aprendizaje (25)
 - Desarrollo curricular:
 - Primer ciclo (26-35)
 - Segundo ciclo (36-37)
 - Tercer ciclo (38-40)
 - Contenidos:
 - Primer ciclo (41)
 - Segundo ciclo (42)
 - Tercer ciclo (43)
 - Aspectos generales del área:
 - Contribución al desarrollo de las competencias clave (1)
 - Desarrollo curricular:
 - Tercer ciclo (2)
 - Contenidos:
 - Tercer ciclo (3)

LOE

- Real Decreto 1513-2006: 7
 - Anexo I:
 - Competencias Básicas:
 - Competencia en comunicación lingüística (1)
 - Autonomía e iniciativa personal (2)
 - Anexo II:
 - Áreas de Educación Primaria:

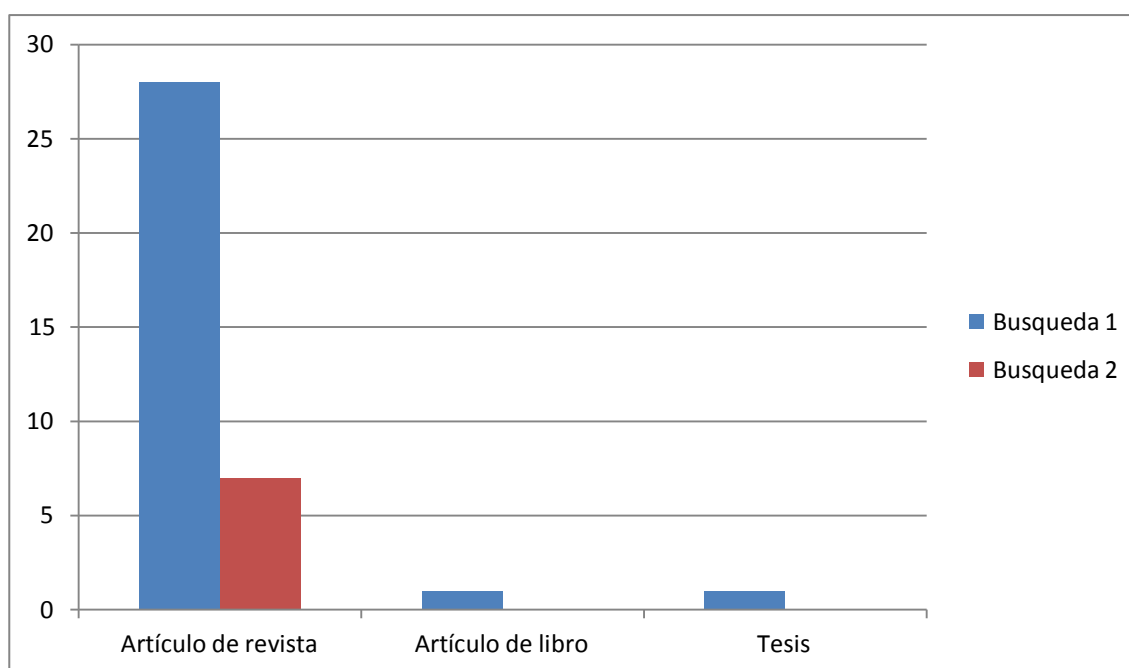
- Introducción: Educación Física (4), Educación para la Ciudadanía y Derechos Humanos (5)
 - Contribución al área de las competencias básicas: Educación para la Ciudadanía y Derechos Humanos (6)
 - Objetivos: Educación para la Ciudadanía y Derechos Humanos (7)
 - Bloques de contenidos: Conocimiento del medio natural, social y cultural, segundo ciclo, bloque 3 salud y desarrollo personal (3);
 - Criterios de evaluación
-
- Real decreto 1190-2012 (modificación): 4
 - Anexo II
 - Áreas de Educación Primaria:
 - Educación para la Ciudadanía y Derechos Humanos
 - Contribución al área de competencias básicas (1)
 - Tercer ciclo
 - Contenidos (2)
 - Educación para la Ciudadanía
 - Contribución de las materias a la adquisición de las competencias básicas (3)
 - Contenidos (Cursos primero a tercero): (4)
- Decreto 230-2007: 0
- Orden 10-8-2007: 0
- Orden 12-12-2012 (modificación): 2
 - Anexo
 - Área de Educación para la Ciudadanía y Derechos Humanos
 - Relevancia y Sentido educativo (2)

ANEXO 4

ESTADÍSTICAS DEL HISTORIAL DE BÚSQUEDAS

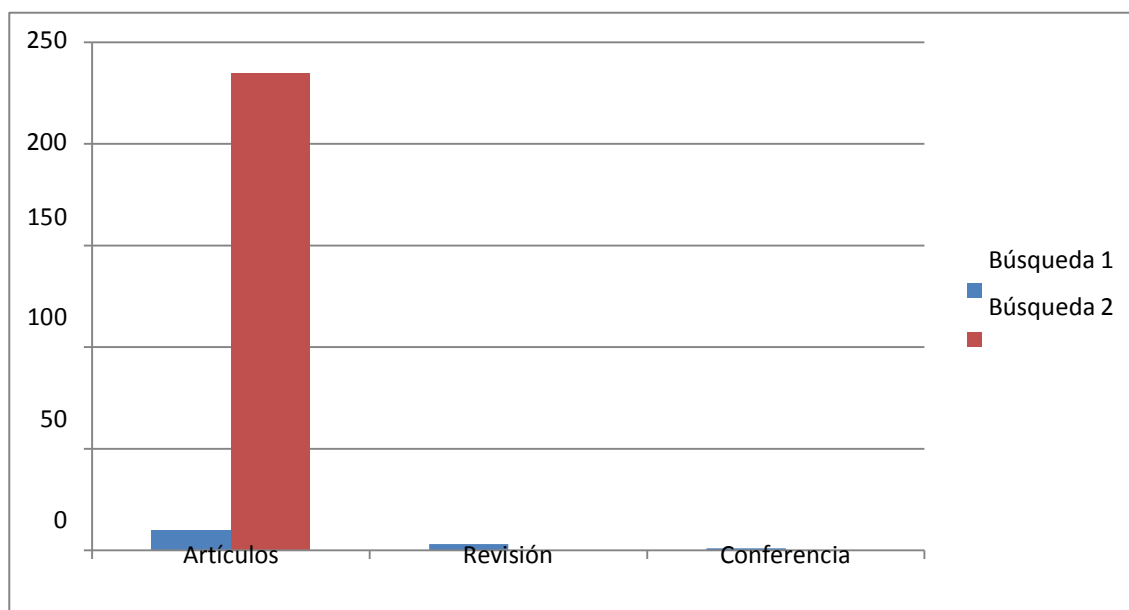
Base de datos: Dialnet

	Búsqueda 1: Self-esteem, Physical Education.	Búsqueda 2: Autoestima, Educación Física. Primaria.
Artículo de Revista	28	7
Artículo de libro	1	0
Tesis	1	0



Base de datos: Scopus

	Búsqueda 1: Self- esteem, Elementary School Physical Education	Búsqueda 2: Self- esteem, Elementary School
Artículos	10	235
Revisión	3	0
Conferencia	1	0



Biblioteca UGR

	Búsqueda 1: Educación Física, autoestima	Búsqueda 2: Autoestima, educación
Material impreso	1	74
Tesis Papel	1	4
Artículo electrónico	1	8
DVD	1	2

