



Curriculuma

Euskal Eskola Publikoa **Gaur Bihar**

ARLOA: GORPUTZ HEZKUNTZA



ALDERDI OROKORRAK



1.1.- GORPUTZ HEZKUNTZA ARLOAREN SARRERA OROKORRA: LOGSE PROPOSAMENETIK LOE-RA

Lege berria, Gorputz Hezkuntzaren arlorako curriculum berria. XX. mende bukaeran genuen gizartearekin alderatuta, XXI. mendeko gizarteak beste une sozial eta historiko batean kokatu gaitu, ez dago dudarik. Ezaugarri gisa, aipatu, mende hasi berri honetan immigrazioak gora egin duela, horrek gizarte-integrazioa lortzeko eragin ditzakeen zailtasunak kontuan harturik; horretaz gain, gutxiago mugitzen gara, eboluzionatu egin den gorputzarenganako kultura dugu, oso gaztetatik estresak jota egoten gara eta abar. Gorputz hezkuntza, hezkuntzaren zerbitzura dagoen erreminta baliagarri bilakatu da herritarren bizi-kalitatea hobetzen laguntzeko.

LOGSE indarrean sartu zenetik igaro diren hamabost urte baino gehiago hauetan, Gorputz Hezkuntzaren arloan azterketa eta ikerketa asko egin dira, batez ere, bilakaera handia gertatu delako alor honetako profesionalen artean Hirugarren Zikloko (doktoretza-ikastaroak) ikasketak martxan jarri zituztenetik; horrek esan nahi du ezagutzaren alor hau zientifikoki garatu egin dela. Ez dago zalantzarik ekarpen horiek gaiaren azterketa eta ezagutzarako ikuspuntuak aberastu dituztela esatean, baina, era berean, zailagoa gertatzen da, curriculum batean ikasleek nahitaezko irakaskuntza bukatzen dutenean zer ikasi behar izan duen zehazteko garaian, hautaketa bat egitea. Gorputz hezkuntzaren oinarri epistemologikoei buruz egiten duten irakurketaren arabera, alderdi batzuk edo beste batzuk hartzen ditu gakotzat autore bakoitzak.

Curriculuma egiteko garaian gure buruari egin behar diogun galdera hau da: ikasleek zer ikasi behar lukete derrigorrezko irakaskuntza garaian? Zer gaitasun izan behar lituzkete? Ikasgai honetako edukiek zer eskain diezaiekete gizarte-pertsona horiei? Zuzentasun-gaitasunak garatu behar direla uste dugu, biziak tokatu zaien gizartean ulertzeko eta jarduteko baliagarri gerta dakiekeen ikasle guztiei.

Lehen esan dugunez, ez dago erantzun bakar bat, eta horretaz ohartzeko nahikoa da autonomia erkidego eta hezkuntza-talde desberdinek 2000-2006 urteen artean egin dituzten proposamenak berrikustea.

Gure kasuan, eta egoera honen aurrean, ahal den neurrian orain arte egindakoari eustea izan da, gure proposamena bideratu duen oinarrizko printzipioa, baita hortik abiatuta aldaketak sartzea ere, orain arte egindako guztia zalantzan jarri gabe; izan ere, praktikan murgilduta dauden profesionalen oso urrun geratzen zaizkiela uste dugu azken bi hamarkadetan garatu diren proposamen teoriko gehienak. Proposamen bertikala denez, saia gaitzen ikasgeletan egiten ari direnari bizkarrik ez ematen.

Uste dugu orain arteko curriculumak izan behar duela abiapuntu, eta horri zehaztapenak gehitu behar zaizkiola, batez ere, planteamendu metodologikoari dagozkion zehaztapenak. Curriculumak irekia behar luke izan,



gaur egungo euskal gizartean bat egin duten kultura anitzekiko errespetuzkoa izan dadin

Curriculumean sartutako zehaztapenetatik abiatuta, irakasle bakoitzari bere ikasgelan sortu zaizkion laneko galderak, berak duen irakasle-zeregina zalantzan jarrita abian jar daitezela nahi dugu; bere buruari galde diezaiola irakasten duenak eta irakasteko moduak zer ondorio izan ditzakeen. Hainbat autorek esaten dutenari jarraiki (Tinning, 1992; Kirk 1990) curriculuma hobetzea ez da konponbide azkarrak topatzea, edo goitik behera ezarritako hezkuntza politikak izatea, baizik eta irakasleak profesionalki garatzea, eta hori loturik dago zuzenean gorputz hezkuntzaren ezkutuko curriculuma argitara ateratzearekin. Ardua gaitzen gehiago gure erabakiek izan ditzaketan ondorio etiko eta moralez, eta gure proposamenen atzean ezkutatuta dagoen curriculuma argitara ateratzeaz, proposamen horiek lehiaz, bazterketaz, xenofobiaz, elitismoz eta sexismoz beterik daude-eta. Ez gaitzen taxonomiei, teknologia didaktikoei eta abarri buruzko termino teknikoek betetako nomenklatura berria ikasteko lanean erre, eta ez dezagun gal hezkuntzaren funtsa: ikasleak hezten laguntzeko zeregina du, jasotako informazioa modu kritikoan egituratzen, ezagutzak antolatzen eta ikasitakoari buruz hausnarketa egiten jakin dezaten.

Aurreko guztia esan ondoren, egitera goazen proposamenak Gorputz Hezkuntzaren arloan LOGSEk egindako proposamena du euskarri eta horri eutsi dio. Lehen esan dugunez, ziur gaude ez dagoela curriculum bakar bat, eta garai eta kultura bakoitzak (gure kasuan euskal kulturak) berea antolatzen duela uste dugu (Tinning, 1992). Curriculum eraikin kultural bat da, eta, beraz, ez du zentzurik curriculum sortzen eta birsortzen duen kulturatik bereizita dagoen curriculum bat antolatzeak.

Euskal Autonomia Erkidegoan, LOGSEren Gorputz Hezkuntzako alorrerako proposamenaren sarreran nabarmendu egin da Gorputz Hezkuntzako curriculumaren eta kulturaren artean dagoen harremana. Sarrera horretan bertan, praxeologiatik hartutako "jokaera eragilea" terminoari ere egiten zaio erreferentzia, Gorputz Hezkuntzaren azterketa-helburua talde-mota bat ez dela kontuan hartzeko, ezta beso-hankak mugitzen dituen makina-objektu kategoriara txikiagotu den pertsona bat ere, baizik eta edozer jardura fisiko egiterakoan hortxe dauden sentimendu eta emozioak dituen subjektu sozial bat dela kontuan hartzeko. Ikasle bakoitza ikaste-unitate bat dela uste dugu. Gorputz hezkuntzako irakasleak badaki, edo jakin behar luke, ikaslea izaki soziala dela, bere historia propioa duena, egiten dituen jardura fisiko guztietan eta horietako bakoitzean presente dauden bizipen eta emozioz betetako izaki afektibo bat dela.

Portaera eragile baten esanahia interpretatzea ere ez da posible, baldin eta portaera eragilea gertatu den testuinguru kulturala kontuan hartu ez badugu. Gorputz hezkuntzako irakasleek ikasleak jardutera mugitu dituen asmoei buruzko hezkuntza-helburu bat izan behar dute. Hori egin ahal izateko, ikasleek hautatutako portaera eragileen asmoa interpretatu ahal izateko, ikasleak sozializatu diren testuinguru sozio-kulturala interpretatzeko gai ere izan behar dira. Testuinguru kulturalik gabe ez dago gorputz hezkuntzako



curriculumik. Ez dago hezkuntzan esku-hartzerik hori gertatzen den testuinguru kulturala kontuan hartu gabe.

Hezkuntza lege berriaren aurrean gaude, eskolari funtzio berriak izatea eskatzen dion gizarte anitzaren aurrean. Zer egin gorputz hezkuntzako gaiek izaera lausoa eta zehaztugabea izan ez dezaten? Nola lehenetsi ikasleek nahitaezko irakaskuntza amaitzerako ikasi behar duten hura? Ikasleekin negozia daitekeen edukirik ba al dago? Derrigorrezko irakaskuntzako curriculum-proposamen honen bidez sortu nahi dugun eztabaidak galdera asko ditu.

Gorputzari eta mugimenduari laguntzeko jarduera fisikoak, gorputz-hobekuntzarako trebetasun zehatzak sustatzeaz gain, pertsonaren heziketa integralerako (fisikoa, kognitiboa eta sozio-afektiboa) oinarritzko instrumentu ere badira. Ezagutza alorra den heinean, lehen eta bigarren hezkuntzako etapetako curriculumetan gorputz hezkuntza sartu dute, eta prozedura-edukietan (trebetasunak) dago oinarritua. Kognitiboki barneratu behar dituzte (kontzeptuak) prozedura horiek, besteekiko harremanaren bidez balioetsi behar dira, eta horrek ikasleek erantzukizun pertsonala eta soziala (jarrerak, baloreak eta arauak) izan behar dutela esan nahi du.

1. 2.- ARLO HONETAKO GAITASUNAK: XXI. MENDEKO IKASLEEN BEHARREI ERANTZUNA EMATEA

Orain arte esandakotik abiatuta, lehen eta bigarren hezkuntzako ikasleek dituzten beharrak honako hauek direla uste dugu: (1) beren gorputzarekin esperimintatzeko beharra dute, bakoitzak dituen mugimendu aukerak eta mugak ezagutzeko, baita gainerakoena ere, bakoitzak dituen desberdintasunak onartuz. Horretaz gain, jarduera fisikoa egiteko ezinbesteko ohiturak hartzeko beharra ere badute, osasun fisiko eta mental ona izan dezaten; (2) norbere gorputzaren bidez norbere buruarekiko sentimenduak eta estimuak adierazteko beharra ere badute, baita gainerako pertsonekin izaten dituzten harremanetan ere. (3) beren denbora librea bideratu eta betetzeko beharra dute, jarduera fisiko eta kirol jarduera desberdinak leku anitzetan (bai ingurune naturalak eta hiritarrak, bai testuinguru kultural eta sozial desberdinak) egiteak ematen dien atseginez ohar daitezten. Horretarako kirola egin eta ikusle gisa kirol bizipenaz gozatzeko nahia sustatu behar da, euskal kulturaren eta gainerako kulturen adierazpen anitzenganako onarpena eta begirunea izan behar dela kontuan hartuta.



1.3.- ALOR HONETAKO EDUKIAK

Alor honetako edukiak hiru bloke handitan biltzea da gure proposamena, eta derrigorrezko eskolatze-aldian hiru bloke horiei eustea:

- a) Ariketa fisikoa eta osasuna.
- b) Gorputz espresioa eta komunikazioa
- c) Kultura eragilea: Denbora librerako aisia eta heziketa.

Edukien blokea /Dimentsioak

1.3. 1. Ariketa Fisikoa eta Osasuna.

Osasun ikuspegia, askotan, oso alde batekoa izan daiteke: zenbait pertsonak jarrera-higienea, gorputz-osaera eta elikadura nagusitzen dituzte, eta, beste batzuk, berriz, gaitasun fisikoa hobetzea eta mugimendu baliabide handiagoz hornitzea.

Horietaz gain, osasuna egokitze-fisikoa hobetzeari lotuta aurkitzea ere ohikoa izaten da. Devís (2002) bezalako egileek diote, baldintza fisikoak hobetzea kirol etekinaren ideologiari eta hizkuntzari loturik dagoela, baina eskola eremuan, ez gaitu horrek arduratu eta okupatu behar. Dena dela, baldintza fisiko terminoari esanahi desberdina ematen dioten egileak ere badaude, hor dugu, adibide gisa, Generelo (2004); honentzat “baldintza fisikoari buruzko definizio klasikoek, bereziki kirol eta bikaintasun eremu espezifikoari begira daudenek, eguneroko jardueratik eta osasun eremutik gertuago dauden formulei eman die bidea”

Devís eta Generelo bat datoz osasunak, eskolan, ongizatea sustatu behar duela eta ikasleen autonomia landu behar duela pentsatzean, ikasleek duten giza indar guztia garatzen eta bizitza duina izan dezaten laguntzeko. Gainera, ongizateari begira jarrita dagoen jarduera fisikoak, pertsonak beste gizarte talde batzuekin, kide den komunitatearekin eta bizi den ingurune naturalarekin jarri behar ditu harremanetan.

Jarduera fisikoa ez da osasun-eremua garatzeko bide bakarra, osasunak diziplina anitzeko esku-hartzeak behar baititu; dena dela, osasuna garatzeko talaia ona da jarduera fisikoa. Arrazoi horregatik, osasuna dimentsio handi gisa erabiltzea erabaki dugu. Alor horretan pertzeptziozko eta koordinaziozko baldintza eta baldintza fisiko desberdinekin zerikusia duten alderdiak lantzen dira. Gorputza ezagutzea eta oinarrizko trebetasunak eta trebetasun espezifikoak gauzatzea posible egiten dute horiek, baita pertsona- eta gizarte-ongizatearekin zerikusia duten jarduera fisikoa egiteko ohiturak hartzea ere.

Jarduera fisiko osasungarria egitearen printzipioak egite beretik bereiz ezin daitezkeenez, Euskal Autonomia Erkidegoan LOGSEren eraginez, zeharkako eduki trataera eskuratu zuen Osasunak. Horren ondorioz, osasuna, xede gisa, curriculum-proposamenetan disolbatuta geratu da, eta, beraz, dimentsio edo edukien bloke handi bezala aurkeztu nahi izan dugu osasuna. Gainera, ezin dugu ahaztu XXI. mendeko gizartean osasunak garrantzia handia



lortu duela; izan ere, gutxi mugitzen gara eta beste bizi-ohitura kaltegarri batzuk ere baditugu.

Devisek (2002) dio nolabaiteko nahasketa dagoela osasun terminoaren asmaketan, herrialde desberdinetako irakasleek esanahi desberdina eman diotelako; batzuentzat, curriculumak baldintza fisikoaren garapenean oinarritutako mugimendua oraindik ere gehiago finkatzeko beharra dagoela justifikatzeko balio izan du; beste egile batzuentzat, berriz, tartean Devís, curriculumean osasuna sartzeak, kirol gehiegi duen curriculumak gaintzeko aukera eskaintzen du, baita ikasleei mugimendu esperientzia esanguratsuen aukera zabalagoa eskaintzeko aukera ere, kirol-trebetasunetik eta etekin fisikoak bilatzetik harago dagoen jardute fisikoak izan dezaten.

LOGSE curriculumean osasuna azaldu denetik, interes desberdinak gurutzatu egin dira, herrialde eta diziplina zientifiko desberdinetan osasuna ulertzeko moduak eraginda. Horren ondorioz, gorputz hezkuntzako eskola-curriculumean korrante profesional desberdinak sortu dira. Erantzuna aurkitu behar diogun galdera handiena hau da, osasunak zer paper jokatu behar duen curriculum honetan. Kontua ez da edukiak berriz antolatzea, irakasleak gonbidatu nahi ditugu pentsamendu eta ekintza modu berrien jabe egin daitezen, profesionalki guztiok aberasteko.

Ariketa fisikoak, eskeleto-muskuluen bidez egiten den eta oinarritzko metabolismoak duen energia baino gastu gehiago dakarren gorputzeko edozer mugimendu izateaz gainera, mugimendu-gaitasunari esker pertsonak bizi duen esperientzia ere bada. Gorputz-izaera ematen dion esperientzia da; pisu eta distantziak ikasteko eta balioesteko aukera ematen dio, sentazio oso desberdinak bizitzeko eta aintzat hartzeko, eta bere gorputza eta ingurua ezagutzeko parada ematen dio. Azalpen horri lotuta, Devisek (2000) jardura fisikoari buruzko definizio zabala eskaini digu, jardute horri loturik dauden onura fisiko, psikiko, sozial eta ingurumenekoak nabarmentzeko. Gainera, pertsona bere osotasunean (fisikoa, mentala eta soziala) hartzen duen osasunaren kontzeptuarekin jarri du harremanetan jardura fisikoari buruzko definizioa, eta osasuna sustatzeko ahalmen handia eskaintzen digu, ariketa fisikoaren esperientzia desberdinak pertsonen bizitza arruntean sartzen dituelako.

Ohituraz egiten dugun ariketa fisiko bati esker egoera fisikoan hobekuntzak badaude, ongietorriak izan daitezela, baina hobekuntza, beti, benetan garrantzitsua den horren ondorio gisa ulertu behar dugu; hau da, ariketa fisikoaren ondorio gisa. Gainera, prozesu honetan ariketa fisikoaren esperientzia pertsonal eta jardute sozial gisa hartzetik eratorritako ongizate indar hori guztia dago.

Egoera fisikoari buruzko bi joera hauei dagokienez (etekinarekin zerikusia duen kirol-joera eta osasunarekin zerikusia duen joera), Devís (2001) eta Generelo (2004) bat etorri dira osasunarekin zerikusia duten egoera fisikoak identifikatzeko garaietan. Honako hauek identifikatu dituzte: erreakzio-denbora (erreakzio-abiadura), erresistentzia kardiorrespiratorioa (aerobikoa), muskulu-indarra (erresistentzia-indarra), gorputz osaera eta malgutasuna. Osasunarekin zerikusia duen egoera fisikoak, Genereloren (2004) arabera, jardute fisiko bat



da, eta horren bidez, ez mugitzetik eta muskulu-atrofiatik eratorritako gaixotasunak garatzeko arrisku gutxiago izaten da.

Ariketa Fisikoa eta Osasuna izena eman diogun bloke handi honetan, LOGSEk Euskal Autonomia Erkidegorako egindako proposamenean lehen hezkuntzarako lehen eta bigarren edukien blokeetan agertzen diren gaiak sartu ditugu: [gorputza, irudia eta pertzepzioa; eta gorputza, ahalmenak eta trebetasunak; azken horrek egoera fisikoa hartu du kontuan] baita bigarren hezkuntzako lehen blokean ere [egoera fisikoa eta osasuna]. Beraz, tratamendu holistiko batetik, bloke honek, Ariketa Fisikoa eta Osasuna blokeak, pertzepzio-trebetasunak, koordinazio-trebetasuna eta trebetasun fisikoak eta horien ondorioz eratorritakoak hartuko lituzke: mugimendu-trebetasunak eta ahalmenak. Baita, ariketa fisikoa egiteko ohitura osasungarriari loturik dauden ohiturak eta teknikak eskuratzea ere.

1.3.2. GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA.

Tradizionalki gorputz afektibo-emozionala zokoratu egin izan du makina-gorputzak. Gorputz objektua ikuspuntu mekanizista batetik landu izan da, emozioetatik aldentuta. Emozioak ez ditugu eduki gisa hartzen, ezta gaitasun gisa ere, eta horregatik curriculum-edukietatik at utzi ditugu. Horixe konpondu nahi dugu Gorputz Espresioa eta Komunikazioa izeneko edukien blokearekin. Gaitzesgarria litzateke emozioak ezagutza-gorputz itxi eta objektibo batera mugatzea; emozioak beti pertsonen bizitzetan daude, eta aldatu egiten dira bizitzan zehar (Camerino2004)

<Tab/>XXI. mendeko gizartean makina-gorputza dugulakoan bizi gara, eta gorputz garela, sozializazio prozesuen emaitza garela ahaztu egiten dugu. Irakasle eta ikasle askok zailtasunak izaten dituzte beren emozioak onartzeko, eta barne-mundua ezagutzeko bide gisa erabiltzeko, eta, are gehiago, jendearen aurrean emozioak adierazteko, baita kanpoko mundua, bestea eta besteak, ezagutzeko tresna gisa erabiltzeko ere.

Guztiok ondo baino hobeto dakigu gaur egun hezkuntza emozionalak zer nolako garrantzia duen. Motrizitatea, gorputzasuna eta emozioa beti hor daudenez, gorputz espresioko moduak bizi osoan zehar lan daitezke. Espresio-trebetasunak ez du iraungitze-datarik. Gorputz eta mugimendu espresioa mundu elkarreragilearen, komunikatiboaren eta sozialaren, hau da, pertsonen emozio-munduaren funtsezko euskarri kontsidera dadin, uste dugu ezinbestekoa dela ez soilik gorputz espresioari buruz irakurtzea eta hitz egitea, baizik eta baita gorputz espresioa bizitzea, eta duen potentzialitate eta plastikotasun handia aplikatzea ere (Camerino :2004).

Gorputz Espresioa eta Komunikazioa izeneko blokeari eustek irakaskuntza-proposamenak egiteak duen garrantzia nabarmentzeko dugun interesari erantzun nahi dio, zeinetan xede nagusia ikasleek emozioak kudeatzen ikas dezaten den, beren barne- eta kanpo-munduaren gain jardun dezaten, gorputzaren hizkuntza jokoan jarrita eta gainerako gorputz-hizkuntzarekin elkarreraginean (komunikazioa).



Pertzepzioa eta espresioa erabat loturik daude gorpuztasun-eremuari dagokionean. Edozer mugimendu edo keinu eginez gero, aldi berean, hauteman egiten dugu. Izan ere, espresio-mugimendua bera sortzea pertzepziozko esperientziaren eta mugimendu-esperientziaren funtsean oinarritzen da, pertsonak zentzumen-, kinestesia-, ikusmen-, entzumen- eta ukimen-aferente eta abar anitzen bidez bizitzeko aukera duen unetik, eta maila filogenetiko batean zaindu egiten dira jaiotzen garen unetik beretik

LOGSEren proposamenean eremu eszenikoarekin (dantza...) zerikusia duten teknikak Gorputz Espresioa bloke honen barnean daude, bai lehen hezkuntzarako, bai bigarren hezkuntzarako. Teknika horiek bloke honetan sartu behar diren edo ez eztabaidatzen aritu ondoren, Aisia blokean sartzea erabaki dugu. Espazio eta denbora egokitzeak eskatzen dituzten adierazpen artistikoek eta koordinazio eskakizun handiak eta teknika zaindua behar dituztenek, ez die erantzuten bloke honi lotutako eskumenei; izan ere, emozioen eta komunikazioaren lana garatzea da bere zeregina.

1.3.3. Kultura eragilea: Denbora librerako aisia eta heziketa.

Tradizionalki, gorputz hezkuntzaren curriculumean testuinguru soziokultural jakin batean, une batean edo bestean, agerpen handiagoa izan duten mugimendu-eremu horiek hartu dira kontuan. Jolasak eta kirolak mugimendu-eremuak dira, eta berezko nortasuna lortu dute LOGSEren curriculumean edukien bloke izateko.

Lege hori sortu zen une sozial eta historikoan, Ariketa Fisikoa eta Osasuna blokean gertatzen den bezala, XXI. mendeak berezkoa duen dimentsio berri batekin egiten dugu topo; hau da, aisiarekin. Aisirako eta denbora librerako hezteka behar bilakatu da.

Gorputz-ekimen anitzek eta positiboek dakartzaten esperientziaz gozatu behar dute ikasleek, ongizatea izango dutelako eta ariketa horiek egingo dien mesedeen gaineko kontzientzia hartuko dutelako, beren bizi ohituretan sar ditzaten. Horrek guztiak pentsarazi behar digu eskola-garairako hautatutako zereginak esanguratsuak izan behar direla ikasleentzat (testuinguru soziokulturala), beren eboluzio-erritmora egokitu behar direla, beren esperientzia pertsonaletatik gertukoak izan behar dutela eta ezin dutela iraungitze-datarik izan; hots, beren bizitza osoan zehar egiteko moduko ariketak izan behar dutela, izaki fisiko, afektibo eta sozial batek bezala eboluzionatzeko gai izanda (paragrafo hau metodologiara eraman)

Errealitate berri horrek, LOGSEn edukien bloke izan diren mugimendu-eremuak, jokoak, kirolak eta naturako jarduerak adibidez, Kultura Eragilea: Aisia eta denbora librerako Hezkuntza izeneko bloke bakar batean biltzeko erabakia hartzera bultzatu gaitu. Gainera, edukien bloke honetan dantza ere sartu dugu, lehen ezarritako irizpideengatik, hau da, garrantzia kulturala duelako eta bizitza osoan zehar egin daitekeen ariketa fisikoa delako.



Aisia: Kultura Eragilea eta denbora librerako Hezkuntza izena eman diogun atal handi horretan Euskal Autonomia Erkidegorako LOGSEren proposamenean lehen hezkuntzako hirugarren blokeko atal batean eta edukien laugarren blokean azaltzen diren edukiak sartu ditugu [Gorputza, Espresioa eta Komunikazioa: Dantza eta Jolasa], baita proposamen hartan bigarren hezkuntzako edukien bigarren, hirugarren eta bosgarren blokean, eta laugarren blokeko atal batean azaltzen diren edukiak ere [ezaugarri eragileak, banakako jolasak eta kirolak; taldeko jolasak eta kirolak; ingurune naturalera egokitzeko jarduerak; eta Gorputz Espresioa blokean sartutako dantzak].



LEHEN HEZKUNTZA



2. 1.- LEHEN HEZKUNTZAREN SARRERA

Alor honetan gorputza hobeto ezagutzeko gaitasunak eskaini nahi zaizkie ikasleei, beren bizi-kalitatea, autoestimua eta autonomia hobe dezaten: horretarako zer gaitasun dituzten ezagutuko dute, eta beren gorputza eta osasuna zaintzen ikasiko dute; baita emozioak zentzuz garatzen (afektibitatea) eta aisia beren onerako erabiltzen ere. Lehen Hezkuntzako garai honetan, gorputz-hezkuntzak sozializazioari laguntzen dio, baita autonomia garatzeari, oinarrizko ikaste-tresneriak garatzeari eta mugimendu-aukerak hobetzeari ere.

Mugimendu-garapenaren eta garapen kognitiboaren arteko loturak du garrantzia berezia garai honetan, inguruak esplorazio aukerak ematen dituelako; baita mugimendu-eredu oinarrizko asko eskuratzeak esan nahi duen gorputza dominatzeko funtzioak hobetzeak ere. Funtzio hobetze horrek parte hartzeko eta gizarteratzeko aukera gehiago eskaintzen ditu.

Kontuan izan behar da gorputza eta mugimendua ezagutzaren oinarrizko ardatzetan eratzen direla. Gorputzari dagokionez, honako hauek nabarmendu behar ditugu: bizipenak emandako gorputz-ezagutza izan behar dugu, autoestimua hobetzeko gorputza onartu egin behar da, eta ohitura osasungarriak lortzeko, berriz, gorputza zaindu egin behar dugu. Mugimendua tresna bihurtzen da, gorputzak bere ezaugarri espresiboak transmiti ditzan, bai banaka jarduten duenean, bai gainerakoekin batera jarduten duenean. Gure curriculum-proposamenari dagokionez, honako funtzio hauek nabarmendu nahi izan dira, bereziki:

- Funtzio higieniko-funtzionala: gorputza ezagutzearekin du zerikusia, gorputzaren dimentsioak ezagutzearekin, espazioan betetzen duen lekuarekin, dituen mugimendu aukera eta zailtasunekin, baita gaitasun fisikoa eta mugimendu-gaitasuna hobetzearekin ere prebentziorako, zaintzeko eta osasuna hobetzeko.

- Komunikazio-espresio funtzioa: mugimendua bizitzeak esanahi bat izango du neska-mutilentzat, eta, era berean, mugimendua emozioak, sentrazioak eta sentimenduak ezagutzeko erabiliko du, baita gainerakoekin harremanetan jartzeko eta komunikatzeko ere.

- Funtzio katartiko/hedonistikoa eta aisia funtzioa: jolasen eta kirolen bidez neska-mutilek tentsioak askatzen dituzte, oreka psikikoa berreskuratzen dute, aisialdiko jarduerak egiten dituzte eta beren gorputz-mugimendu eta aukerekin gozaten ikasten dute. Batzuetan beste kultura batzuekin ere jartzen dira harremanetan, eta hartu-eman horrek aberastu egiten ditu eta gizarteratzen laguntzeko balio du. Jarduerak horiek aisialdia hobe erabiltzen lagun dezakete, eta, era berean, errespetuan, tolerantzian, lankidetzan, baterako hezkuntzan... hezten laguntzeko balio dute.

Irakaskuntza-ikaskuntza prozesua, orokorretik zehatzera doazen sekuentzian antolatzen da, eta aniztasun-irizpideari ematen zaio lehentasuna espezializazio-irizpidearen ondoan. Prozesu honetan sexu, gizarte klase,



arraza, pertsonarteko diferentziagatiko edozer diskriminazio saihestu egin behar da, eta horretarako indarrean dauden gizarte estereotipo eta jarrera xenofoboak apurtu behar dira.

Ikuspuntu metodologikoak ludikotasunari begiratzen dio garai honetan, eta, beraz, jolasak izan behar du berezko ikasketarako eremu. Jarrerazko edukiek eta kultura-edukiek garrantzia handia dute garai honetan, baina ez dugu ahaztu behar prozedura-edukiek duten garrantzia. Garapen eragilearen eta kognitiboaren arteko lotura garrantzitsua da; izan ere, espazio, denbora eta gorputzari buruzko oinarritzko ezagutzak mugimendu-egoera desberdinetan aurkitzen dituzten harreman logikoen bidez ezartzen dira.

Etaparen eboluzio-desberdintasunak izaten dira, garai zabala eta oso anitza delako, eta horregatik garai desberdinak ezarri behar dira; lehenengoa sei eta zortzi urte bitarteko aldia da. Adin horietako neska-mutilak arreta galtzen duten fasera eta "nia"ren baieztapen mailakatuak egitera doaz. Gorputz-hezkuntzak lagundu egin behar die, une luzean arretari eusteko duten gaitasun ezari laguntzeko; horretarako, beren izate orokorra errespetatu behar du eta proposamen ezberdinen bidez beren mugimendu beharrak asetu behar ditu.

Garai horretatik eta hamabi urtera arte, neska-mutilek aurrera egin, eta orokortasunetik aniztasunerako bidea egiten dute. Gorputz-hezkuntzak "nia"ren baieztapen mailakatuari lagundu beharko lioke. Era berean, norberaren ikuspuntua mugitzeko esparru egokia ere eskaini beharko luke, ondokoa eta taldekoak ulertzeko aurrerapausuak egin ditzan, jolasen eta kirolaren bidez.



2.2.- LEHEN HEZKUNTZARAKO GORPUTZ HEZKUNTZA ARLOKO GAITASUNAK: JUSTIFIKAZIOA

Gaitasunak hiru ardatzetan antolatu dira, lehen hezkuntzako ikasleek dituzten beharrak kontuan hartuta. Hiru blokeak elkarri lotuta daude; izan ere, haurra unitate bakar dela uste dugu. Gaitasunak eskuratzeko prozesua, prozesu ziklikoa dela uste dugu; izan ere, ikaste-erritmo desberdinen eraginez, zenbait gaitasun behin eta berriz azalduko ditugu etapa horretako ziklo desberdinetan. Lehen Hezkuntzarako adierazi diren gaitasunak honako hiru ardatz hauetan antolatu ditugu: Ariketa Fisikoa eta Osasuna, Espresioa eta Komunikazioa, Kultura Eragilea: Aisia eta Heziketa denboran.

2.2.1. I. BLOKEKO GAITASUNAK: ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA.

Ariketa fisikoaren bidez bere gorputza ezagututa eta baloratuta, bere beharrak ere ezagutuko ditu, eta higie, postura eta ariketa fisikoa etengabe egiteko ohiturak hartuko ditu, bere gorputzarenganako erantzukizun jarrera oinarri hartuta.

Mugimenduaren bidez bere gaitasun fisikoak, pertzepziozkoak eta koordinaziozkoak garatuko ditu, eta garapen hori orekatua bada, bere gorputza hobeto ezagutzera eta dituen desberdintasunak onartzera iritsiko da, eta, beraz, autoestimua ere hobea izango du.

Gorputza menperatzeko hobekuntza funtzionalak, adin honetan, eredu asko eskuratzea esan nahi du, mugimendu aukera berriak eskuratzeko eta mugimendu-gaitasunak eta oinarriko trebetasunak behar bezala garatzeko. Gorputza menperatzeko hobekuntza funtzional horrek, norbere burua hobeto ezagutzea esan nahi du, norberaren gaitasunekiko segurtasun gehiago izatea eta parte hartzeko eta gizarteratzeko aukera gehiago eskaintzea.

Bloke honen bidez gaitasun kritikoa hartuko du ikasleak, osasunari dagokionez, bizi estilo desberdinek zer ondorio izan ditzaketen pentsatzeko, hori bai, adin bakoitzak dituen ezaugarriak kontuan hartuta.

2.2.2. II. BLOKEKO GAITASUNAK: GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA.

Ikasleak bere autokontzeptua hobetu egingo du, bere sentimenduak, emozioak eta bere gorputzaren adierazkortasuna ulertzen lagunduko dien esperientziak bizita. Bere burua onartzera iritsiko da eta bere gorputz-irudia finkatu egingo du, besteen gorputzen eta bere gorputzaren arteko espazioaren eta berak dituen espresio aukeren bidez.

Besteekin harremanetan jarriko da gorputz-baliabideak erabilia; baliabide horiek lotsa gainditzeko lagunduko diote eta bere mugimendu-aukerak aberasten, eta besteekin batera lan egingo du historiak sortzeko eta taldeen arteko ideiak komunikatzeko.



Gorputzak eta mugimenduak eskaintzen dizkioten baliabide espresiboak erabiliko ditu sentsazioak, ideiak eta gogo-egoerak komunikatzeko, baita gorputz-hizkuntzaren bidez adierazitako mezuak ulertzeko ere.

2.2.3. III. BLOKEKO GAITASUNAK: KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA HEZIKETA DENBORARAKO.

Aisialdia betetzeko jarrera aktiboa garatuko du, bakarka edo taldean egingo dituen dantza, jolas eta kirolen bidez.

Jarduerak gauzatzeko izandako parte-hartzea eta ahalegina balioetsi egingo ditu, eta horretarako bere lorpenak balioetsiko ditu, zeina etekin irizpideen gaineko norbere ahalegina gainditzeko irizpideei loturik dagoen.

Sentitu egingo du, alternatibak proposatuko ditu eta ideia sortzaileak plazaratuko ditu jolasetan izandako arazoei aurre egiteko. Era berean, jolas klase eta mota desberdinak bilatuko ditu, izaera saiatu hori martxan jartzeko.

Ikasleak, jolasen, dantzen eta kirolen bidez ikastetxeko gainerako ikasleekin errespetuzko harremanak eta harreman adeitsuak izango ditu, besteekin batera jardungo du, eta gatazkak kudeatu egingo ditu elkarbitzita sustatzeko. Helburu partekatuak lortzeko, taldeko beste kideekin ahaleginak batzeko gai izango da.

Ikaslea, bere inguru kultureko jolasen, dantzen eta kirolen bidez, bere berezko izaeraz jabetuko da, baita bere kulturak dituen ezaugarri berezietan ere, eta, era berean, gainerako kulturenganako errespetu-jarrerak izango ditu.

2.3. GAITASUNEN TAULA

ARLOKO GAITASUNAK

I. BLOKEA: ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA.

1. GAITASUNA: Gorputzaren pertzepziozko aukerak eta aukera eragileak esploratu eta gauzatu, norberarengan konfiantza izateko eta arreta jartzeko. Hala, ongizate pertsonalak modu positiboan eragiten du osasunean.
2. GAITASUNA: Oinarrizko ahalmen eragileak haurren bilakaera-prozesuarekin bat garatzeko, trebetasun eta gaitasun fisikoak erabili, ekintza-jolasen bidez.
3. GAITASUNA: Ariketa fisikoaren ohiko praktika modu positiboan, erregulatuan eta moderatuan baloratu, segurtasun baldintzetan bizimodu osasuntsua mantentzeko.
4. GAITASUNA: Bizi kalitate ona lortzeko, garbitasun eta elikagai-ohituren inguruan gogoeta egitea.

II. BLOKEA: GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA.

1. GAITASUNA.- Mugimendu aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta norberari egokitzeko.
2. GAITASUNA.- Gorputz hizkuntzaren bidez pertsonen arteko komunikazioa erabili, eskola-komunitatean integrazioa bultzatuko duten gizarte-trebetasunak eskuratzeko. Baliabide nagusien artean musikarekin edota musikarik gabeko laguntza eta lankidetzak daude.
3. GAITASUNA.- Gorputzaren alfabetoa erabili, mugimenduak besteek uler ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igorrita. Baliabide nagusien artean mimika, dantza eta dramatizazioa leudeke.

III. BLOKEA: KULTURA ERAGILEA: DENBORA LIBRERAKO AISIA ETA HEZIKETA.

1. GAITASUNA: Jolas- eta kirol-jardueretan parte hartzea, partekatutako helburuak lortzeko. Horiek aisiko denbora topagune eta beste pertsonetikiko lankidetzagune bilakatuko dute.
2. GAITASUNA.- Jolasak eta kirolak erabiltzen ditu ahalegin-gaitasuna balioesten eta emaitza gainditzen hezteko.
3. GAITASUNA: Jolasean eta kirolean planteatutako arazo estrategikoei irtenbidea bilatzen lagunduko duten erabakiak hartzea, eguneroko arazoak konpontzerakoan ekiteko espiritu hori bizitzara eramateko
4. GAITASUNA: Jolas- eta kirol-jardueretan parte hartzea, eta gatazkak konpontzeko protokoloak erabiltzea, lehiakortasuneko indarkeria-jarrerak sortzen diren egoeretan, besteekiko harreman orekatuak eta eraikitzaileak izateko ekintza-estrategiak eskuratzeko.
5. GAITASUNA Euskal kulturaren eta gainerakoen balioak errespetatzeko eta apreziatzeko jolas- zein kirol-tradizioen eta tradizio fisikoaren izaera soziokulturala apreziatzea, jolasak praktikatuta eta espresio tradizionalen eta herrikoien bidez.
6. GAITASUNA Inguru naturalak eskaintzen duen ariketa fisiko-kirolekoak egiteko aukera aztertzea, eguneroko ohikeria gainditzeko.
7. GAITASUNA Modalitate, jolas-mota, kirol-jarduera zein dantza desberdinak aztertu, irizpide soziokulturalen eta tekniko-estrategikoen arabera, modu autonomoan aukera zabalagoetara sartu ahal izateko, informazio iturrien bilaketan.



2.4. GORPUTZ HEZKUNTZAREN ARLOKO EDUKIAK: HIRU BLOKE. SARRERA ETA JUSTIFIKAZIOA

Jarraian proposatu ditugun edukien blokeek zenbait jarraibide eman nahi dituzte adin honetako haurrek Gorputz-hezkuntzaren alorrari dagokionez izan ohi dituzten ezaugarriei buruz; gerora eduki horien bidez garatuko den tratamendu didaktikoa zehaztuko dugu.

Edukien hiru bloke handiak hauexek dira: Ariketa Fisikoa eta Osasuna, Espresioa eta Komunikazioa, Kultura Eragilea: Aisia eta Heziketa denboran.

2.4.1. I. EDUKIEN BLOKEA: ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA.

Mugimendu-garapenaren eta garapen kognitiboaren arteko loturak ematen dio ariketa fisikoari heziketa-balioa, inguruak eskaintzen dituen esplorazio-aukerengatik. Beraz, etapa honetan kontzeptuzko edukiak eta prozedura-edukiak elkarren arteko harreman estua dutela landuko dira; era berean, gorputza ezagutzeak autonomia eskuratzen lagunduko dio ikasleari, baita sozializatzen ere. Horregatik, ezin ditugu mugimendu-jarduera eta emozioa banatu.

Gorputz eskemaren gaintetik gorputza ezagutzeko eta gorputz-irudia eraikitzeko egingo dugu lan, espazio eta denbora nozioak, koordinazio-gaitasunak eta oinarrizko trebetasunak menperatzen dituela gorputz hori espazioan orientatzeko.

Gorputza ezagututa eta menperatuta ikasleek jarrera- eta elikadura-ohiturak osasungarriak hartu ahal izango dituzte, eta normalean ariketa fisikoa egitearekin izango du zerikusia horrek.

2.4.2. II. EDUKIEN BLOKEA: GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA.

Garapen afektibo-emozionalak oreka emozionala, segurtasuna eta beren buruarenganako konfiantza izatea eskaintzen die neska-mutilei, eta, era berean, besteekiko harremanen kalitatea hobetzen du. Edukien bloke honek bere emozioak eta sentimenduak esploratzeko aukera emango dio ikasleari, baita horiek adierazteko moduak esploratzeko aukera ere. Besteekin modu aberatsago eta sortzaileagoan komunikatzeko baliabideak eskainiko dizkio.

Gorputzak dituen baliabide espresiboak landuko ditugu: keinua, emozioa eta mugimendua, espresiorako eta komunikaziorako tresna gisa. Baliabideak, gorputzaren aukera espresiboak esploratzeko ditugu, baita besteekiko eta inguruarekiko harremanak ere. Kodetutako gorputz erantzunak eta gorputz erantzun sinbolikoak eskatuko ditugu, eta, era berean, ikasleari testuinguru jakin batean dauden istorioak eta ideia laburrak kontatzeko ere eskatuko diogu.



2.4.3. III. EDUKIEN BLOKEA: KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBRERAKO HEZIKETA.

Denbora librea nola bete da gaur egungo gizartearen arduretako bat. Denbora libre hori betetzeko ariketa fisikoa egitea edo horren orde mugimendu gutxiko beste jarduera batzuk egitea, ikastetxetik ariketa fisikoa egiteko sustatzen den nahiaren arabera eta, era berean, ikastetxea bere inguru sozio-kulturalarekin harremanetan dagoen era kontuan izanda erabakiko da.

Jolasak, dantzak eta kirolak landuko ditugu elementu kultural eta sozial diren heinean, eta horien bidez, gizarte arauak, hitzarmenak eta itunak egingo ditugu. Dauden egoeraren eta estrategiaren arabera, mugimendu erantzun desberdinak eskatzen dituzten banako eta taldekako jarduerak egingo ditugu.

Jolasak, dantzak eta kirolak gatazkak konpontzeko euskarri izango dira, gizarte-trebetasunak eta gatazka-erabakiak landuta.

Jarduerak ingurune naturalean landuko ditugu, baita eskola-umeen kultur inguruko jolasak, kirolak eta dantzak ere.

2.5- EDUKIEN TAULA

KONTZEPTUZKOAK	PROZEDURAZKOAK	JARRERAZKOAK
<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (1. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Barne- eta kanpo-estimuluen aurrean izandako pertzepzio-aukerak: <ul style="list-style-type: none"> • Gorputzaren eskema orokorra eta segmentatua. • Espazio eta denbora nozioak eta harremanak. 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (1. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gorputz eskema orokorra eta segmentatua esploratzea eta egituratzea. (gorputz kontzientzia, lateralitatea, nukleo artikulatuak, arnasketa, lasaitzea, muskuluen tonua eta jarrera). - Espazioa esperimintatzea eta egituratzea (nozio topologikoen gaineko esplorazioak egin –gora, behera, hurbil, urrun...– eta proiektzio-nozioei buruzkoak –ren aurrean, -ren atzean, -ren gainean, -ren azpian– planoak, mugimendu-ardatzak, norabideak eta orientazioak) - Denbora esperimintatu eta egituratu (iraupena eta etenaldia, tarteak, mugimendu-sekuentzien ordena, erritmoak...) - Espazio eta denboraren arteko harremanak esploratu eta egituratu. 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (1. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gorputz-irudia balioetsi eta onartu. - Norberaren gorputzarenganako errespetua, dituen mugak eta gaitasunak garatzea.
<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (2. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gaitasun fisiko eta eragileak, mugitze-ekintza osatzen duten oinarrizko osagai gisa. 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (2. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gaitasun fisikoak neurtzea, osasun orokorraren eta ludikoaren ikuspuntutik. 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (2. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Norberarengan segurtasuna eta konfiantza; autonomia - Mugimendu eragilearen hainbat

<ul style="list-style-type: none"> - Ahalmenak eta trebetasunak (mugitzeak, birak, jauziak, jaurtiketak eta hartzeak), eta neska-mutilaren ezaugarrien eboluzioaren eta irits daitekeen ikaste mailaren arteko harremana. -) 	<ul style="list-style-type: none"> - Koordinazio-gaitasuna esploratzea, kategoria eta adierazpen maila desberdinetan. - Egoera estatiko edo dinamikoetan oreka aztertzea, pertzepziozko estimuluen kopurua eta kalitatea aldatuta. - Arazo-eragileak aztertzea, eredu eragile oinarrizkoak eta trebetasunak inguruko beste baldintza anitzago eta konplexuago batzuetara egokitzen saiatuta. - 	<p>aukeren aurrean errespetua, aniztasunaren aberastasuna baloratuta.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mugimendu-jardueretan parte hartzea eta laguntzeko eta lankidetzan aritzeko prest agertzea. - Inguru naturala errespetatzea, trebetasun eta ahalmen eragileak praktikatzeko leku egoki gisa. - Mugimendu jarduerak egiterakoan gozatzea
<p>ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA (3. G ETA 4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ohitura osasungarriak: elikadura-ohiturak, jarrera-ohiturak eta ariketa fisikoa erregulariki egiteko ohiturak (ahalegina neurtu) - 	<p>ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA (3. G ETA 4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ariketa fisikoak erregulariki egitearekin zerikusia duten jarrera- eta elikadura-ohitura osasungarriak eskuratu. 	<p>ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA (3. G ETA 4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Egindako lanaren arabera ahalegina balioestea. - Jarduera bakoitzaren eskakizunen arabera, pertsona bakoitzak dituen aukerak eta mugak errespetatzea. - Ariketa fisikoak egiterakoan erantzukizuna izatea, lesioak saihestuz eta egindako jarduera fisikoak eskatzen duenarekiko elikadura egokia izatea (adib.: gosalduek gabe ez geratu) - Garbitasun, higiene, ordena, instalazio eta materialei buruzko arautegiak onartzea, horiek errespetatzea eta betetzea.

<p>ARIKETA FISIKOA ETA KOMUNIKAZIOA (1. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gorputza, keinua, emozioa eta mugimendua, espresiorako eta komunikaziorako tresnak. - Erritmo pertsonal propioa eta emozioak, dinamika espresibo-komunikatiboko oinarri gisa - Denbora, espazioa eta erritmoa besteekin eta inguruarekin harremanak izateko erabiltzea. 	<p>ARIKETA FISIKOA ETA KOMUNIKAZIOA (1. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gorputzak dituen espresio-baliabideak esploratzea eta erabiltzea. - Barneko eta kanpoko gorputz-erritmoa ikertzea eta horretaz jabetzea. - Keinuen manifestazioa eta sentimenduen zein arima-egoeraren manifestazioa - Mugimenduaren intentsitate desberdinen ikerketa - Pertsonak dituen mugak kontuan izanda, norbere baliabide espresiboak ikertzea eta horietan sakontzea. 	<p>ARIKETA FISIKOA ETA KOMUNIKAZIOA (1. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adierazkortasun eta komunikazio aukera desberdinak errespetatzea, aniztasuna onartuta. - Espresio ariketak egiterakoan gozatzea - Norberarengan segurtasuna eta konfiantza. autonomia - Gorputzak izan ditzakeen espresio-aukerak onartzea.
<p>ARIKETA FISIKOA ETA KOMUNIKAZIOA (2. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Keinu-hizkuntzaren eta mugimenduaren zein beste hizkuntza batzuen arteko harremana. - Gorputz-hizkuntzaren eta mugimenduaren baliabideak eta espresio-, komunikazio- eta sortze-aukerak. - Besteen mezuak entzutea eta haiei arreta jartzea, eta mezu horiei norberak dituenekin erantzutea. - Sormena, emozioak adierazteko. 	<p>ARIKETA FISIKOA ETA KOMUNIKAZIOA (2. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sinbolizazioa eta kodifikazioa, mugimenduaren bidez, planteatutako egoera berriei gorputz-erantzunak emanda eta asmatuta. - Sormen pertsonalaren estimulazioa, norberaren espresioaren eta besteekiko harremanaren bidez. 	<p>ARIKETA FISIKOA ETA KOMUNIKAZIOA (2. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emozio propioekiko eta besteekiko errespetua. - Espresiozko mugimendu-jardueretan parte hartzea, besteei laguntzeko eta besteekin elkarlanean aritzeko jarrena izanda.
<p>ARIKETA FISIKOA ETA KOMUNIKAZIOA (3. G)</p>	<p>ARIKETA FISIKOA ETA KOMUNIKAZIOA (3. G)</p>	<p>ARIKETA FISIKOA ETA KOMUNIKAZIOA (3. G)</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Mezuak eta ideiak besteengana eramateko eta besteekin konbinatzeko errepresentazioa. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dramatizazio eta dantza-baliabideen bidez ideiak igortzea besteei mezuak igortzeko eta besteekin mezuak bateratzeko (emozioak adieraztea, itzalen antzerkia, txotxongiloak, ipuinak, istorioak, txotxongilo biziak, mimoa, bikoizketa lantegiak, dantzak...) 	<ul style="list-style-type: none"> - Inhibiziorik eza, berezkotasuna, plastikotasuna eta sormena. - Pertsona bakoitzaren espresio mugekiko errespetua.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (1. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jolasak, dantzak eta kirolak, kultur zein gizarte elementu gisa. - Arau sozialak, akordioak eta itunak. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (1. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kirol-jarduerak eta aisirako zein birsormenerako jarduerak egitea, bai banaka, bai taldean. - Gizarte arauak eta arau demokratikoak berriz egitea talde-lana errazteko. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (1. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Taldekako parte-hartzea, partekatutako helburuak lortzeko - Jolasetan parte hartzea eta laguntzeko eta lankidetzan aritzeko prest agertzea. - Elkarbizitza hobetzeko araua onartzea.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (2. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arrakasta: Norbera gainditu edota irabazi? - Araudiak: Jolasaren eta kirolaren erregulazioa. - Joko garbia. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (2. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gainditzeko itxaropenarekin, lana egiterakoan izandako inplikazioa. - Taldea, euren buruak gainditzeko interesa izan dezaten eta emaitzari kasurik egin gabe hobetzeko, antolatzea eta horretarako parte-hartzea bultzatzea. - Joko garbia eratzea eta betetzea. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (2. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jolaseko arauak errespetatzea. - Adiskideak, aurkako taldeak edota ekipoak zein arbitroa errespetatzea eta aitortzea, jolaseko oinarrizko osagai gisa, euren gaitasunak albo batera utzita. - Indarra aplikatzerakoan autokontrola, edozer egoeratan edota mugikorrekin.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA</p>	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA</p>	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA</p>

<p>DENBORA LIBREA (3. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oposizio, lankidetza, oposizio-lankidetza egoerak. Zalantzak izanda edo izan gabe, espazio banatuta edo partekatuta, zergatia duela edo ez duela, 	<p>DENBORA LIBREA (3. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jolas edo kirol egoera bakoitzera egokitutako oinarrizko estrategiak erabiltzea. 	<p>DENBORA LIBREA (3. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erantzun eragilearen hainbat aukeren aurrean errespetua, aniztasunaren aberastasuna baloratuta. - Erabaki estrategikoak hartzeko garaian norbere buruaren gaineko segurtasuna eta konfiantza izatea: autonomia
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jarrera-motak: lagunartekoak, lankidetzakoak, tolerantziakoak, agresibitatekoak, enpatiazkoak... - Gatazkak konpontzeko teknikak. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gogoeta-prozesuen garapena eta balio propioak argitzea: Hutsarteak, fitxak, dilemak, idatziak... - Tekniken erabilera: "gogoeta egiteko espazioa", jarduerara sartu eta bertatik atera, ikasleen arteko bitartekaritza... 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enpatia- eta tolerantzia-jarrerak. - Besteen arazoak, zailtasunak eta arrakastak entzutea, horiekin sentzibilizatzea eta elkartasuna adieraztea.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (5. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jolasak, dantzak eta kirolak, kultura eta tradizioak helarazteko bitarteko gisa. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (5. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kirol, dantza edota jolas herrikoiak zein tradizionalak ikertzea eta praktikatztea. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA AISIALDIA (4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kultura zein nortasun propioaren ezaugarriekiko errespetua, eskolako esperientzia baloratuta. - Egiten dituzten mugimendu-jardueretan bereizgarri kulturalak aurkitzeko jarrera izatea.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (6. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inguru naturalak eskaintzen duen aukera dantzak, jolasak eta kirolak praktikatzeko. - Natura zaintzeko oinarrizko 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (6. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ingurune naturalean dantzak, jolasak eta kirolak egitea. - Ingurunean jarduteko oinarrizko printzipioak abian jartzea eta horiei 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (6. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ariketa fisikoa egiten denean ingurune naturala errespetatzea. - Jarduera bakoitzaren segurtasun arauak errespetatzea.

printzipioak (zaborrik ez bota, dena lehen zegoen moduan utzi...)	jarraipena egitea.	
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA AISIALDIA (7. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jolas-moten, kirol-jardueren eta dantzen modalitate desberdinak, irizpide desberdinak kontuan harturik (soziokulturalak eta tekniko-estrategikoak). 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Informazioa bilatzea (familia, Internet, berdinak, material bibliografikoa...) - Jolas-lantegiak (sormen prozesua) egitea, jolasak, dantzak eta kirolak ikasleek beraiek egokitu, asmatu edo sortzeko, irakasleak emadako zenbait premisa kontuan izanda. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modalitate fisiko-kiroletakoak modu autonomoan aurkitzerako garaian, etengabe jarrera irekia agertzea.



2.6. EBALUAZIO IRIZPIDEAK SARRERA

Ebaluazioa curriculum proiektuaren oinarritzko elementua da. Ikaskuntza-irakaskuntza prozesuari buruzko gogoeta da, gertatzen dena ikusita eta aldaketak sartuta. Hori dela eta, ikasleen zein irakasleen heziketa sustatu behar da.

Ikasketa-prozesua modu sistematiko eta orokorrean ezagutu dezan, irakasleari laguntza ematea. Irakasleak ebaluazioa ez du erabiliko ikasleak baldar edo trebe gisa sailkatzeko eta etiketatzeko, baizik eta ikasleek dituzten esperientziek aurrera egiten lagunduko ote dien, eta ikasleek dituzten kontzeptu-, prozedura-, eta jarrera-aukeren barnean garatzeko balioko ote dien jakiteko erabiliko du.

Ikasleari bere gaitasunak onartzen lagunduko dio, baita ikasleak duen errealitate fisiko-gorputzekoaren egoera onartzen ere. Ikaslearen gaitasunetara egokitutako jarduerak hautatzeko laguntza eskainiko dio. Ikasleak dituen zailtasun eta mugak ezagutzen erakutsiko dio eta motibazioa ere piztuko dio, ikasleak izaten dituen aurrerapenak ikustarazten dizkiolako. Era berean, frustrazioa bizitzen erakutsiko dio, behar bezala erabilia heziketa elementu izaten da-eta.

Ebaluazioa ezinbestekoa da taldeko ikasleen aniztasunari modu egokian erantzuteko. Gaur egungo gizartean immigrazioaren eraginez dugun kultura desberdinen arteko elkarbizitzak, ikasleek eboluzio-erritmo desberdinak izan ditzaten eragiten du. Horrek alor kontzeptuarean, prozeduren alorrean eta jarreraren alorrean hasierako ebaluazioa egin behar izatea ezinbesteko bihurtu du.

Ebaluazio irizpideek garatu nahi diren gaitasunak garapen hori posible egiten duten oinarritzko edukiak erlazionatzen dituzte. Edukiak gaitasunak menperatzeko bide dira. Era horretan, ikasleek izan behar lituzketen jokoerak zehazteko pautak ematen dituzte irizpideek, eta proposatu diren gaitasunak noraino garatu dituzten jakiteko seinale bat lor dezakegu. Kontuan izan behar da gaitasunak eta ebaluazio irizpideak aldatu egin daitezkeela, irakasleak ikasleak dituen beharrei buruz egiten duen irakurketaren arabera.

Ebaluazio prozesuaren izaerak jarraitua behar du izan. Hiru fase desberdin ditzakegu:

- Talde-ikasgela balioesteko balioko duen lehenengo bat, baita bakoitzak dituen ezaugarriak eta aukerak ezagutzeko balioko duena ere, bai prozedura eremuari dagokionez, baita jarrera eta kontzeptu eremuari dagokionez ere.
- Prozesuari dagokion bigarren fase bat: modu ziklikoan ezarritako irizpideei jarraiki edukiak balioetsiko ditugu hemen, edukiei eutsi egingo diegun edo aldatu egingo ditugun jakiteko.
- Eta hirugarrenean, berriz, ezarritako gaitasunak lortu diren egiaztatuko dugu.



Gaitasun bakoitzerako ebaluazio irizpide bat edota gehiago ezarri ditugu, prozedurazko, kontzeptuzko edota jarrerazko alderdiak pisu gehiago izanda, edukien edota ardatzen bloke bakoitzaren arabera.

Horrela bada, Ariketa Fisikoa eta Osasuna blokean garrantzia handiena duten eremuak prozedurei eta jarrerei dagozkienak dira.

Prozedurari dagokionez, ikasleak pertzepziozko eta mugimendu aukerak eta koordinazio-aukerak esploratuko eta biziko ditu, baita oinarritzko abildadeak (jauziak, lekualdaketak, jaurtiketak eta hartzeak) menderatzeko aukera ematen dion mugimendu-erantzunaren aukerak ere.

Jarrera eremuari dagokionez, dituen mugak eta gainerakoenak errespetatuko ditu, eta bizi osasungarria izateko ohiturak hartuko ditu. Ariketa fisiko osasungarriak egiteko arauak errespetatuko ditu (higienea, janzkera, hidratazioa, elikadura...).

Gorputz-espresioaren blokeari dagokionez, prozedura eta jarrera ikuspegiak dute garrantzia berezia. Printzipioz, prozedura ikuspuntua balioetsiko dugu, ikaslearen berezko gaitasun espresiboari eusten badio, bere nortasunari eta estilo pertsonalari uko egin gabe. Gainera, bere buruarekin harremanetan jartzea lagunduko dioten emozioak bizitzeko gai ote den ere balioetsiko dugu, baita ea banaka edo taldean sormen espresio modu berriak ikertzen ote dituen ere. Jarrera eremuari dagokionez, bere buruarenganako eta besteenganako errespetua balioetsiko ditugu.

Kultura Eragilearen blokean: Aisialdirako aisia eta heziketaren arloan, ebaluazio irizpideetan jaso diren prozedura eta jarrera eremuak landuko ditugu, batez ere. Jarrera-eremuari dagokionez, ariketa fisikoa egiterakoan ohitura osasungarriak hartzetik hasi, eta arauak errespetatzera arte, sozializazio prozesuetan murgiltzeko eta adierazpen kultural desberdineganako (jolas eta dantza herrikoiak) errespetua erakusteko modu gisa.

Prozedura-eremuari dagokionez, ingurune natural eta hiri-ingurune batean egindako jarduera fisiko-ludikoetan parte hartzea, udalerrri bakoitzean egindako eskaintzak kontuan izanda (kultur taldeak, instituzioek egindako eskaintzak, aldundiek egindakoak...). Baita, testuinguru eta egoera desberdinetan oinarritzko mugimendu-abildadeak praktikan jartzea ere (zalantzazko edo zalantzarik gabeko inguruneak, banakako edo taldekako jarduerak, materialekin edo materialik gabe...).

2.7. EBALUAZIO IRIZPIDEEN TAULA ETA GAITASUNEKIN DUTEN ELKARREKIKOTASUNA

GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
I. BLOKEA: ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA	
<p>1. Gorputzaren pertzepziozko aukerak eta aukera eragileak esploratu eta gauzatu, norberarengan konfiantza izateko eta arreta jartzeko. Hala, ongizate pertsonalak modu positiboan eragiten du osasunean.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ohiko jardueren ezaugarriei egokitutako jarrerak hartzen ditu (zutik, eserita, etzanda...). - Muga pertsonalak errespetatzen ditu eta hartzen dituen gorputz jarrerei buruzko arazoak ematen ditu (hautemateko gai da: gorputz-adarraren eta zatien mugimendu orokorrak, tonu eta arnas egokitzeak erritmoa errespetatuz...). - Gorputz mugimenduak espazio-denbora baldintzetara egokitzen ditu: iraupena, erritmoa, mugimendu-ordena, norabideak, orientazioak...
<p>2. Oinarrizko ahalmen eragileak haurren bilakaera-prozesuarekin bat garatzeko, trebetasun eta gaitasun fisikoak erabili, ekintza-jolasen bidez.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Oinarrizko abildade eta trebetasunak (lekualdaketak, jauziak, jaurtiketak eta hartzeak) erabiltzen dituen jolasak egiten ditu, ikasleak duen eboluzio-prozesuarekin bat datozenak. - Bere gaitasun fisiko nahiz pertzepziozko eta koordinaziozkoek duten maila errespetatzen du.
<p>3. Ariketa fisikoaren ohiko praktika modu positiboan, erregulatuan eta moderatuan baloratu, segurtasun baldintzetan bizimodu osasuntsua mantentzeko.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ariketa fisikoa egin ohi du, modu egokian eta ohikoan, eta egonean egotea saihestu egiten du. - Jarrera kritikoa du, eta horren eraginez, badaki zer nolako lotura duen egunero ariketa fisikoa egiteak eta ongizate eta osasunak.
GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
<p>4. Bizi kalitate ona lortzeko, garbitasun eta elikagai-ohituren</p>	<p>- Ohitura osasungarriak eta osasungarriak ez</p>

inguruan gogoeta egitea.	direnak bereizi egiten ditu (ariketa fisikoarekin zerikusia duen elikadura egokiaren oinarritzko printzipioak zein diren badaki, behar bezala hidratatzen da, jantzi eta oinetako egokiak erabiltzen ditu...) - Gai honetan ikasitakoa erabili egiten du, bere erabakiak arrazoitzeko.
II. BLOKEA: GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA	
1. Mugimendu aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta norberari egokitzeke.	- Bizipena eta identifikatu zure emozioak zein sententzioak, hizkuntzaren edota mugimendu propioen bidez hitzez adierazten du edota adierazten du sentitzen duena.
2. Gorputz hizkuntzaren bidez pertsonen arteko komunikazioa erabili, eskola-komunitatean integrazioa bultzatuko duten gizarte-trebetasunak eskuratzeko. Baliabide nagusien artean musikarekin edota musikaririk gabeko laguntza eta lankidetzajolasak daude.	- Gorputzaren espresio baliabideak erabiltzen ditu ideiak eta sentimenduak komunikatzeko. - Lankidetzaren moduan erlazionatzen da adiskideekin, horien emozio propioak neurtuta. - Ulertzeko moduan komunikatzen da adiskideekin, keinuen eta mugimenduaren bidez, sententzioak, emozioak eta mezuak adierazita. - Emozioak adierazteko beste modu batzuk ikertzen eta sortzen ditu.
GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
3. Gorputzaren alfabetoa erabili, mugimenduak besteek uler	- Ideiak eta pentsamenduak, besteei, testuinguru

<p>ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igorrita. Baliabide nagusien artean mimika, dantza eta dramatizazioa leudeke.</p>	<p>imaginarioan, benetakoan edota sinbolikoan, adierazten dizkie, gorputz alfabetoak eskaintzen dizkion baliabideak erabilia, seriotasun osoarekin eta inhibiziorik gabe.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Benetako edota asmatutako istorio motzak kontatzen ditu, edota pertsonaiak errepresentatzen ditu gorputz espresioaren oinarriko teknikak aplikatuta, eta espazioa, denbora eta indarra bezalako elementuak konbinatuta, ukitu adierazlea emanda
<p>III. BLOKEA: KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBRERAKO HEZIKETA</p>	
<p>1. Jolas- eta kirol-jardueretan parte hartzea, partekatutako helburuak lortzeko. Horiek aisiako denbora topagune eta beste pertsonetikiko lankidetzagune bilakatuko dute.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jokoak, dantzak eta kirolak egiten ditu, eta talde-jarduerak egiteko eta aisialdia betetzeko funtsezko balioak lankidetzeta eta elkarri laguntzea direla badaki.
<p>2. Jokoak, dantzak eta kirolak erabiltzen ditu ahalegin-gaitasuna balioesten eta emaitza gainditzen hezteko.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jolas, dantza eta kirolean parte hartzen du, eta gainditze-ahalmena eta emaitza gainditzeko ahalegina funtsezko balioak direla badaki, eta, horretaz gain, kiroltasunez ere jarduten du.
<p>3. Jolasean eta kirolean azaldutako arazo estrategikoei irtenbidea bilatzen lagunduko dien erabakiak hartzea, eguneroko arazoak konpontzerakoan ekiteko espiritu hori bizitza arruntera eramateko.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jolas- eta kirol-egoeretako arazo estrategikoei (laguntza, babesak, mugikorraren intertzezioa, espazioak okupatzea...). - Bere lagunek izan ditzaketen mugimendu-erantzun desberdinak errespetatu egiten ditu.
<p style="text-align: center;">GAITASUNAK</p>	<p style="text-align: center;">EBALUAZIO IRIZPIDEAK</p>
<p>4. Jolas- eta kirol-jardueretan parte hartzea, eta gatazkak</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gatazkak konpontzeko oinarriko teknikak

<p>konpontzeko protokoloak erabiltzea, lehiakortasuneko indarkeria-jarrerak sortzen diren egoeretan, besteeikiko harreman orekatuak eta eraikitzaileak izateko ekintza-estrategiak eskuratzeko.</p>	<p>erabiltzen ditu (jolasean hasi eta jolasetik atera, pentsatu...).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Norbere balioen inguruan gogoeta egiten du, sentsibiltate eta elkartasun handiarekin, besteen arazoak eta zailtasunak entzunda.
<p>5. Euskal kulturaren eta gainerakoen balioak errespetatzeko eta aintzat hartzeko jolas- zein kirol-tradizioen eta tradizio fisikoen izaera soziokulturala balioestea, dantza, jolas eta kirol tradizionalak eta herrikoiak eginda.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ikaslearen tradizioan sustraitutako jolas, dantza eta kirolak biltzea.
<p>6. Inguru naturalak eskaintzen duen ariketa fisiko-kiroletakoak egiteko aukera aztertzea, eguneroko ohikeria gainditzeko.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ariketa fisikoa egiten ari denean ingurune naturala eta segurtasun arauak errespetatzen ditu.
<p>7. Modalitate, jolas-mota, kirol-jarduera zein dantza desberdinak aztertu, irizpide soziokulturalen eta tekniko-estrategikoen arabera, modu autonomoan aukera zabalagoetara sartu ahal izateko, informazio iturrien bilaketan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zabaltzeko informazioaren, hau da, auzoan gertatuko diren kirol eta kultur jardueri buruzko informazioaren berri izaten du eta informazio hori ekarri egiten du besteen artean zabaltzeko.



DERRIGORREZKO BIGARREN HEZKUNTZA



3.1. DERRIGORREZKO BIGARREN HEZKUNTZA: SARRERA

Garai honetan, irakaste eta ikaste prozesuak ikasleak bere gorputza modu esanguratsuan ulertzea (mugimendu-jarduerak bere buruaren gain izan ditzakeen eraginak kontuan hartuta) eta bere gorputzaren aukerak ezagutzera iristea sustatu eta erraztu behar du; gainera, zenbait kasutan, ariketa fisiko batzuk menperatzea ere lortuko du, eta horrela etorkizunean bere garapen pertsonalari hobekien egokitzen zaion ariketa fisikoa hautatu ahal izango du, eta horrek bere bizi eta osasun baldintzak hobetzen lagunduko dioten ezagutzak, prozedurak, jarrerak eta ohiturak lortzen lagunduko dio, baita, hiritarren heziketari loturik dagoen pertsona aberasteko eta gizarteratzeko bide gisa, mugimendu-aukerez gozaten ere.

Pertsonaren eta gizartearen ongizatearekin zerikusia duen ariketa fisikoa egiteari lotutako ohiturak eskuratzea Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzaren lehentasunetako bat izan beharko litzateke. Hori lortzeko, ez da nahikoa neska-mutilak ariketa fisiko jarraitua egitera ohitzea, eta, beharrezkoa da ariketa fisikoa egite hori jarrera, balore eta arau eskala bati lotzea, ariketa fisikoa egiteak edo ez egiteak organismoaren eta ariketa egiten den inguruaren (hiritarra edo naturala izan) gainean izan ditzakeen eraginak ezagutzeko.

DBHko ikasleek izan ohi duten hazkunde azkarrak, koordinazio eza izatea eta osasunarentzat zein gorputz irudia onartzeko kontrako ondorioak izan ditzakeen jarrera-jokaerak hartzea eragin dezake. Etapa honetako ikasleak gai sentitu behar dira, bere gorputzaren eboluzioan eta aldaketetan eragiteko, baita beren gaitasun fisiko eragileak eta espresiboak gainditzeko ere.

Adin honetako ikasleei ariketa fisikoak ondo pasatzeko balio behar die, baina baita hainbeste aldatzen zaien gorputz-irudia egituratzeko ere; hobe sentitzeko, abilago eta seguruago sentitzeko; beren osasuna zaindu eta hobetzeko, eta lorpenak eskuratzeko; baita taldearen barruan integratzeko eta onartuak izateko ere.

Gorputz-hezkuntzak lagundu egin behar die -irakaste/ikaste prozesutik- izango dituzten gorputz aldaketen jabe egiten, aldaketak, eboluzio guztietan gertatzen den moduan, normal gisa onartzen eta gorputz-irudi aldakor hori onartzeko garaian izan daitezkeen irregulartasunetatik etorritako nortasun-krisiak gainditzeko laguntza ere eskaini behar die. Gorputz-hezkuntzak, ikasleen gaitasunak garatzeko orduan izan diren lorpen eta aurrerapenen bidez, ikaslearen autoestimua indartzen lagundu behar du (eratze afektiboa), baita oreka psikofisikoa garatzen ere, gaitasun fisiko-eragileen eta espresio-komunikaziozko gaitasunen bidez.

Adin honetan aukera kognitibo gehiago ere izaten da, eta horregatik, posible izaten da ikasleari jardueren zergatia eta zertarako zein den erakustea eta horretan hezte; ikasleak bere gaitasunen, interesen eta beharren arabera programatuko ditu jarduerak, eta izandako aurrerapenak balioetsi egingo ditu, hau da, gai izango da bere jarduera fisikoa eta kirol-jarduera modu autonomoan kudeatzeko. Jarduera fisikoak eta kirol-jarduerak fenomeno kultural bailiran



agertuko zaizkie ikasleei, ondorio soziologikoak, estetikoak eta ekonomikoak dituztela, eta kritikoki balioesteko gai izan behar da ikaslea.

Ikasleen interesak definitu egingo dira etapa honetan, horregatik curriculumean zati komun bat egon behar litzateke eta aniztasun handiagoko beste bat, interes maila desberdinei erantzuteko. Zati komunak, pertsona guztien gaineko funtzionaltasuna duten alderdiak hartuko ditu, eta pertsonak gizarte bizitzara egokitzeko balio du nagusiki. Ariketa fisiko osasungarria egiteari begira dauden ohiturak hartzea lortu behar du zati komunak, banako-eta gizarte-izaki diren heinean, ikasleen garapen emozionala lortzea, eta jarduera fisiko eta kirol jarduerak bultzatzea, heziketa-bitarteko gisa gizarteratzea eta hiritarren heziketa sustatzeko; oinarrizko heziketa ere eskaini behar die mugimendu gutxi egiteak dituen arriskuei, eta gure gazteen aisia-giro batzuetan hain ohiko diren alkoholak eta beste substantzia toxiko batzuk dituzten arriskuei aurre egiteko.

Interesen, gaitasunen eta bitartekoen araberako aukerak kontuan hartzen dituen zati espezifikoa, berriz, trebetasun jakinetan izan daitezkeen espezializazioei begira jar daiteke, aisialdia luzatzeko ikuspegia duela. Trebetasun espezifikoa baliatzeko garaian, teknika bera menperatzea baino gehiago, duten balio instrumentala, heziketakoa, jolasekoa eta harremanetakoa nagusitu beharko litzateke. Jarduera hauek garatzerakoan errespetu, tolerantzia, lankidetzatza, baterako hezkuntza eta hiritarrentzako hezkuntza kontuan hartuta hezteari eman behar zaio lehentasuna.



3.2. DERRIGORREZKO BIGARREN HEZKUNTZAKO GORPUTZ HEZKUNTZA ARLOKO GAITASUNAK. JUSTIFIKAIZOA

- **Lehen Hezkuntzatik Bigarren Hezkuntzara datozen gaitasunak justifikatzea. Edukiek tratamendu ziklikoa dute**

Bigarren Hezkuntzarako proposatu diren gaitasunak Lehen Hezkuntzarako aurkeztutakoen jarraipena dira. Puntu eta jarraia jarri eta tratamendu lineala egitea ez da kontua; gaitasunak eskuratzeko prozesua prozesu zikliko gisa ikusi behar da. Ikasle bakoitza ikas-unitate bat da, eta, beraz, Gorputz Hezkuntzan ezin da esan gaitasunek aurreratze lineala izan dutela.

Ikaste-prozesuetan erritmo aldakorrak izaten direnez, Bigarren Hezkuntzan Lehen Hezkuntzan azaldutako gaitasunak errepikatu egin beharko ditugu edo gaitasun horiei eutsi beharrean izango gara, bereziki honako edukien bloke hauetan jasotako gaitasunak: Gorputz Espresioa eta Komunikazioa, eta Kultura Eragilea: Aisia eta Denbora Librerako Heziketa; Jarrian bloke horietarako Lehen Hezkuntzako gaitasunak zergatik hartu ditugun azalduko dugu.

Edukien bloke honetan: Gorputz Espresioa eta Komunikazioa, curriculumean kiroltasun gehiegi sartzeari lotutako hutsunea izan da historikoki. Curriculum nagusian, gehiegizko kiroltasuna sustatzen duen horretan, alde batera utzi da ikaslearen espresio-afektibitate eremua. Eredu hori zuzenean dago lotuta emozioen eta sentimenduen munduarekin, eta elementu horiek erabat loturik dauden autoestimuekin, eta nortasuna egituratzearekin zein baieztatzearekin; inhibizioak gaintitzearekin; sormen adierazpenekin gozatzearekin, giza balioekiko sentsibilitatea izatearekin eta abar.

Era berean, gorputz-hizkuntzaren bidez (soinuak, hitzezkoa ez den hizkuntza, sortze-espresioak, dramatizazioa) sentimenduak, ideiak eta mezuak komunikatzeko instrumentu gisa gorputz-espresioak duen botera ere alde batera utzi da. Horregatik nabarmendu dugu horrek duen garrantzia.

LOGESEren curriculumean, **Joko eta Kirolekin zerikusia duen edukien blokean**, jolasak indarra galtzen du kirolaren mesedetan, eta, era berean, kirola etekinari begira jarri dute eta gozatzera eta aisia eta asialdia betetzeko heziketara orientatutako parte hartzetik urrundu egin dute.

Gainera, gizarteratzeko eremuari lotutako gaitasunak lantzeko eremu pribilegiatu den aldetik, kultura desberdinetatik datozen joko eta kirolen kultur esparrua erabiltzeak ematen duen aberastasun pertsonal eta sozialari ere ez zaio probetxurik ateratzen, eta horrek nortasun desberdinekiko toleratzaile izango diren hiritarrak hezteko ahalbidetzen du.

Lehiakorrak diren jolas eta kirol arautuek gatazka eta portaera disruptiboak konpontzeko eskaintzen dituzten aukerak ere ez dira lantzen; gizarte harremanen eremuan (giza abildadeak) eta taldeetan zein gizartean



barneratzeko eremuan ikasleei gaitasunak emanda gatazkak konpontzeko protokoloak ez dira erabiltzen. .

Gaitasunak, elkarri loturik dauden hiru ardatzen inguruan antolatu dira, eta ikaslearen garapen integralean eta bere bizi kalitatea hobetzen eragin dezakete: Ariketa Fisikoa eta Osasuna, Espresioa eta Komunikazioa; eta Kultura Eragilea: Denbora librerako aisia eta heziketa. Hiru ardatzek unitate bakarra osatzen dute.

3.2.1. I. BLOKEKO GAITASUNAK: ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA:

Ikaslea bere osasunaren erantzule egingo da, eta jokoan sartzen diren alderdi desberdinak ezagutuko eta esperimentatuko ditu:

Bere gaitasun fisikoez eta dituen beharrez jabetuko da, osasuna zaintzeko eta bizi kalitate onari eusteko. Era berean, mugimendu-trebetasunei dagokienez, bere indar guztia garatuko du, eta bere mugimenduak hobeto kontrolatuko ditu eta aldakortasun handiagoa lortuko du, egokitzeko zein bizitza arruntean agertzen zaizkion arazoak modu osasungarrian eta autonomoan konpontzeko.

Bere gaitasun fisikoak kudeatzeko gai da, baita gaitasun fisiko horiek osasunari loturik garatzeko plangintza bat egiteko ere. Horretarako hainbat tresna erabiliko ditu, adibidez, arnasketa-teknikak.

Bizi-ohitura osasungarriak hartuko ditu (elikadura, jarrera, ariketa fisikoa etengabe egitea eta abar), eta lesioak saihesteko prebentzio neurriak hartuko ditu, eta, behar izanez gero, lehen laguntzak emateko protokoloak erabiltzen ere jakingo du.

Gizarteak osasunari buruz duen ikuspuntua aztertuko du modu kritikoan eta autonomoan, mezu maltzurak identifikatu ahal izateko.

3.2.2. II. BLOKEKO GAITASUNAK: GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA:

Gaitasun hauek hiru kategoriatan antolatu ditugu.

Ikasleak bere buruari buruz duen iritzia hobetuko du, eta bere gorputz-irudi berria ulertzeko, autoestimua handitzeko eta nortasun pertsonala eraikitzeke laguntza eskainiko dien esperientziak biziko ditu. Bere gorputz-irudia onartzeko aurrerapausoak egingo ditu, dituen espresio-aukerak eta aukera-afektiboak aztertuta, eta bere gorputzaz eta dituen aukerez gozatu egingo du. Modu horretan, bere buruarenganako autoestimua orekatua lortzeko tresna gisa Gorputz Espresioak duen garrantzia balioetsiko du, eta nerabezaroak berezko dituen inhibizio eta lotsa egoerak gainditu egingo ditu.



Besteekin modu desinhibituan izango ditu harremanak, giza trebetasunak eskuratuko dituelako eta komunikazio testuinguru jakin bati lotutako espresio moduak hautatzen jakingo duelako, eta horrek erraztu egiten du ikaslea komunitatean integratzea.

Espresio teknika desberdinak (dramatizazioa, mimoa, beste baliabide artistiko batzuk...) erabiliko ditu bere gorputz-alfabetoa aberasteko eta sentimenduak, emozioak eta ideiak komunikatzeko; era berean, horiek erabilia gozatu ere egingo du.

3.2.3. III. BLOKEKO GAITASUNAK: KULTURA ERAGILEA: DENBORA LIBRERAKO AISIA ETA HEZIKETA.

Gizarteratze eremuari dagokionez; jarduera ludikoek eta fisiko-kiroletakoek izaera soziokulturala ere badutela antzemango du, eta jarrera irekia izango du horretarako, izan ere, badaki kultura jakin bateko kide sentiaraztea sustatzen duela izaera horrek, eta norberarena ez den beste kultura batzueganako errespetua ere sustatzen duela.

Jolasek eta kirolek eragin ditzaketen egoerei aurre egiteko estrategiak garatuko ditu (barne logika), eta hainbat zailtasun ere gaindituko ditu, ideiak sortuz eta erabakiak hartuz. Estrategiak erabiltzeak, ohiko bizitzara eraman daitezkeen erabakiak hartzeari loturik dagoen gaitasunak izatea esan nahi du.

Jarrera ekintzailea izango du bere denbora libre kudeatzeko, eta horretarako testuinguru kultural eta sozial bati lotuta dauden dantzak, jokoak edota kirolak egingo ditu. Banaka edo taldean egin ahal izango ditu ekintza horiek.

Jolas, dantza eta kirolak egiteari lotutako espezializazio handiagoa duten mugimendu-trebetasunak ikasteko gai sentituko da. Jarrera saiatua izango du eta bere burua gainditu nahi izango du.

Gatazkak konpontzeko protokoloak erabiliko ditu, eta horrek gaitasunak emango dizkio giza harremanen (giza abildadeak) eremuan eta taldeetan eta gizartean barneratzeko garaian. .

..

3.3. GAITASUNEN TAULA

ARLOKO GAITASUNAK

I. BLOKEA: ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA:

5. GAITASUNA: Osasuna erabat ulertu eta zaindu, bere ezaugarri biologiko, bioenergetiko, emozional psikologiko, dietetiko eta higieniko guztiak ezagututa; baita arnasketa zein erlaxazio-teknikak, eta bizi kalitate onaz gozatzeko segurtasun neurriak ere.

6. GAITASUNA: Egin beharreko ariketa fisikoarekin koherentea den ekintza-plana kudeatu, baldintza psikofisikoak eta laneko giroak ariketa fisiko ongarrira eta gustukoa praktikatzeko aukera emateko.

7. GAITASUNA: Oinarrizko ahalmen eragile bereziak gazteen bilakaera-prozesuarekin bat garatzeko, trebetasun eta gaitasun fisikoak erabili, egoera fisiko-kiroletakoak sortuta.

8. GAITASUNA: Kirol ariketak egiteko garaian izan daitezkeen lesioen aurrean esku-hartzeko lehenengo jarduketak ezagutzea eta aplikatzea, lesiotik bizkortzea ekarriko duten prebentzio-erabakiak hartu ahal izateko. Horretarako esku-hartze protokolo espezifikoa aplikatuko ditu.

9. GAITASUNA: Modu kritikoan eta autonomoan osasun gizarteak duen ikuspuntua analizatzea, mezu txarrak identifikatu ahal izateko, ezkutuko curriculumak ikertuta.

II. BLOKEA: GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA

4. GAITASUNA.- Mugimendu aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta norberari egokitzeko.

5. GAITASUNA.- Eguneroko bizitzan gorputz-hizkuntza erabilita, pertsonen arteko komunikazioa erabiltzea, egunerokotasunean komunitate-integrazioa bultzatuko duten giza trebetasunak eskuratzea errazteko. Baliabide nagusien artean laguntza eta lankidetzak-jolasak daude.

6. GAITASUNA.- Gorputzaren alfabetoa erabili, mugimenduak besteek uler ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igorrita: mimika, dantza eta dramatizazioa.

7. GAITASUNA.- Sormena sustatzea, keinu propioen bidez, sormen baliabide propioekin topatzeak sortzen duen ongizatea eta plazerra deskubritzeko. Horretarako, sormen mugimendua garatu behar da, dantzen eta banakako zein taldekako errepresentazioen bidez.

III. BLOKEA: KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBRERAKO HEZIKETA

8. GAITASUNA: Jolas eta kirol jarduerak diseinatzea, antolatzea, kudeatzea eta horietan parte hartzea, partekatutako helburuak lortzeko. Horiek aisiako denbora topagune eta beste pertsonetarako lankidetzaren gune bilakatuko dute.

9. GAITASUNA.- Jolasak eta kirolak erabiltzen dituen ahalegin-gaitasuna balioesten eta emaitza gaitzen hezteko.

10. GAITASUNA: Jolasean eta kirolean planteatutako arazo estrategikoei irtenbidea bilatzen lagunduko duten erabakiak hartzea, eguneroko arazoak konpontzerakoan ekiteko espiritu hori bizitzara eramateko

11. GAITASUNA: Jolas- eta kirol-jardueretan parte hartzea, eta gatazkak konpontzeko protokoloak erabiltzea, lehiakortasuneko indarkeria-jarrerak sortzen diren egoeretan, besteetarako harreman orekatuak eta eraikitzaileak izateko ekintza-estrategiak eskuratzeko.

12. GAITASUNA.- Euskal kulturaren eta gainerakoen balioak errespetatzeko eta aipatzeko jolas- zein kirol-tradizioen eta tradizio fisikoaren izaera soziokulturala aipatzea, jolasak praktikatu eta espresio tradizionalen eta herrikoien bidez.

13. GAITASUNA.- Egunerotasuna gaitzeko inguru naturalak eskaintzen dituen ariketa fisikoak eta kirol jarduerak esploratzea, diseinatzea, antolatzea eta horietan parte hartzea.

14. GAITASUNA.- Modalitate, jolas-mota, kirol-jarduera zein dantza desberdinak aztertu, irizpide soziokulturalen eta tekniko-estrategikoen arabera, modu autonomoan aukera zabalagoetara sartu ahal izateko, informazio iturrien bilaketan.

15. GAITASUNA.- Banakako zein taldekako lanetan parte hartzeko, modu autonomoan, aisialdi denbora kudeatzea.



3.4. GORPUTZ HEZKUNTZA ARLOKO EDUKIAK. SARRERA ETA JUSTIFIKAZIOA

Bigarren Hezkuntzarako proposatu diren edukiak Lehen Hezkuntzarako aurkeztutakoen jarraipena dira. Gaitasunekin gertatzen den bezala, kontua ez da puntu eta jarraia ipini eta aurrera egitea, edukien irakaste-ikaste prozesua prozesu zikliko gisa ikustea baizik.

Proposatu ditugun edukiak hiru ardatzen inguruan antolatu ditugu. Hiru ardatz horiek, hiru edukien bloke handiak osatu dituzte. Lehen Hezkuntzako edukien jarraipena errespetatu egin dugu, baina bigarren hezkuntzako ikasleek dituzten ezaugarri eta beharretara egokitu ditugu, eta horien arteko koherentziari eutsi diogu.

3.4.1. I. EDUKIEN BLOKEA: ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA.

Bloke honi dagozkion edukiak modu orokorrean landu ditugu, eta gainerako blokeetan ere hartu ditugu aintzat. Kontzeptuzko, prozedurazko eta jarrerazko edukiak batu dira hemen. Ezinbestekoa da hiru eduki-motak modu berean eta elkarri loturik daudela lantzea, bestela, ezinezkoa litzateke bloke honi atxiki zaizkion gaitasunak lortzea.

Erresistentzia aerobikoa, malgutasuna eta erresistentzia-indarra eta mugimendu-trebetasun zein abildadeak landuko ditugu osasunari lotuta, eta ikasle bakoitzak duen erritmora egokituko ditugu. Lesioei aurre egiteko jarduketa-protokoloak eta bizimodu osasungarria izateko ohituren protokoloak ere landuko ditugu.

Bloke honetako edukiek bere osasuna hobetzeko nola jardun behar duen erakutsiko dio ikasleari, ariketa fisikoa modu autonomoan, arduratsuan eta kritikoa planifikatuz eta eginez.

3.4.2. II. EDUKIEN BLOKEA: GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA.

Bloke honetako edukien oinarria gorputzaren elementu adierazgarriek, keinuek eta mugimenduek osatzen dute, baita horien arteko harremanak eta mugimendu-adierazpenek sortzen dituzten adierazpen eta komunikazio aukerek ere. Hau da, gorputza, keinua eta mugimendua hizkuntza iturri bilakatzen dituzten edukiak hartu ditu blokeak.

Emozioak bloke honetako edukien funtsezko zati dira. Emozioak bizi egin behar dira, eta jarrera irekia izan behar da emozioekin lan egiteko. Arrazoiaren mundutik ezin da emoziora iritsi. Emozioaren eremua ez da baliabide jakin batzuk teknikoki ikastea, askoz ere harago doa. Aipatu behar da edukien bloke honek eduki kontzeptualen gaineko jarrera eta prozedurak (bizipenak, esperimentazioa) eskatzen dituela lehentasunez.

Baliabideak eta denbora zein espazio jakin batean, gorputz-hizkuntzaren eta mugimenduaren espresio-, komunikazio-aukerak eta aukera sortzaileak



aztertuta, ikasleek beren sormena lantzen dute. Adierazpen eta komunikazio aukerak ikertzeak, gorputzaren, keinuen eta mugimenduaren ezaugarri desberdinetan arakatzeko aukera ematen dio ikasleari.

3.4.3. III. EDUKIEN BLOKEA: KULTURA ERAGILEA: DENBORA LIBRERAKO AISIA ETA HEZIKETA.

Bertako kulturari lotutako dantzak, jolasak eta kirolak biltzen ditu, norberaren nortasuna eratzeko funtsezko faktore gisa, baita aisialdian egin daitezkeen beste jarduera batzuk ere.

Jolasek eta kirolek duten berezitasuna araututako praktika, taldean egiten dela da. Horixe eskatzen du elkarbizitzako arauak irakaste-ikasteak, baita gatazkak konpontzeko protokoloak ezagutzeak eta erabiltzeak ere.

Garai honetan, ikaslea garatuago dituen gaitasun kognitibo eta fisiko-eragileen jabe da, eta trebetasun espezifikoak esploratzea eta egokitzea eskatzen duten prozedura-edukiak lantzea ahalbidetzen dio horrek, zalantzazko edo zalantzazko ez diren inguruneetan gauzatze fisiko-eragile gehiago eskatzen dituzten egoerei erantzuna emateko.

Garai honetan, ikasleek dituzten gaitasun kognitiboek ingurune naturalak eta instituzionalak eskaintzen dituen baliabideak ezagutzeari lotutako irakaste-ikaste prozesuak izatea ahalbidetzen dute.

3.5. EDUKIEN TAULA

KONTZEPTUZKOAK	PROZEDURAZKOAK	JARRERAZKOAK
<p>ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA (5. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Egoera fisikoa (erresistentzia aerobikoa, malgutasuna, indar-erresistentzia, indar bizigarria-jarrerazkoa, abiadura, arintasuna) osasunari loturik - Jarrera zaintzea - Ariketa fisikoak eta kirola egiterakoan erabilitako janzkera eta oinetakoak - Elikadura: substantzia toxikoek organismoan izan ditzaketen eragin kaltegarriak - Arnasketa, lasaitzeko bitarteko gisa. - Ingurunea zaintzea eta egoki erabiltzea 	<p>ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA (5. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fisikoa orokorrean egokitzea, oinarrizko ezaugarri fisikoak garatuta. - Arnasketa eta erlaxazio teknikak ikastea, autokontrola handitzeko eta tentsioak gainditzeko. - Jarrera ohitura txarrak aztertu eta zuzentzea, jarrera egokiak eta ohiko bizimoduko jarrerak zein diren jakinda (eserita egon, zamak jaso, bizkar-zorroak gainean eraman...). - Ingurune natural desberdinetara egokitzea errazten duten mugimendu-jarduerak egitea. - Ariketa fisikoak egiterakoan ohiturak hartzea, adibidez, jantzi egokiak erabiltzea, behar bezala hidratatzea edo jarduera egin ondoren norberaren higiena zaintzea. 	<p>ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA (5. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ariketa fisikoa eta kirola modu arruntean egitea - Norberaren egoera fisikoaren gaineko jarrera kritikoa izatea, eta hobetzeko ardura izatea. - Gorputz-irudia balioestea eta onartzea, eta norberaren gorputza, dituen aukerak eta mugak errespetatzea. - Norberarengan segurtasuna eta konfiantza; autonomia - Osasuna zaintzea, osasunaren prebentzioa egitea eta osasunari eustea. - Garbitasun, higiene, ordena, instalazio eta materialei buruzko arautegiak onartzea, horiek errespetatzea eta betetzea. -
<p>ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA (6. G)</p>	<p>ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA (6. G)</p>	<p>ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA (6. G)</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Egokitze fisikorako oinarrizko lan-plangintza egitea 	<ul style="list-style-type: none"> - Oinarrizko ezaugarri fisikoak eskuratzeko egokitze fisikoko funtsezko plangintza egitea. - Osasunaren ikuspuntutik egokitze fisikoa egitea, modu ludikoan eta norberaren plangintza baten barnean. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ahalegina eta eskakizuna balioestea. - Mugimendu-jardueretan parte hartzea eta haiekin gozatzea, eta egokitze-plangintza bakoitza aurrera eramateko garaian laguntzeko eta lankidetzarako prest egotea.
<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (7. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gaitasun fisikoa eta eragilea izatea, mugitzeko ekintzaren oinarrizko osagai diren heinean. - Abildadeak eta trebetasunak. Nerabearen eboluzio-ezaugarrien eta irits daitezkeen ikaste-mailaren arteko harremana. 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (7. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ereduak eta oinarrizko trebetasunak erabiltzea, egoera eta gauzatzeko modu desberdinetan. - Askotariko egoeren eta egoera konplexuen aurrean, mugimendu-baliabideen alde egingo duten egokitze mekanismoak esploratzea. 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (7. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mugimendua egiteko dauden aukera desberdinak errespetatzea, eta aniztasuna barneratzeak dakarren aberastasuna balioestea. - Inguru naturala errespetatzea, trebetasun eta ahalmen eragileak praktikatzeko leku egoki gisa.
<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (8. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eguneroko ariketa fisikoak egiterakoan segurtasuna eta prebentzioa izatea, lesioak saihesteko. - Lesioak izaten badira behar bezala jardutea. 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (8. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beharrezko segurtasun neurriak hartzea arriskuak saihesteko, eta jarduera egiten den ingurua eta erabili behar diren materialak kontuan izatea (eskalada egiterakoan kaskoa erabiltzea...) - Lehenengo laguntzetarako jarduera-protokoloak erabiltzea (zauria garbitu, muskulu-eskeletoko traumatismoa gertatu bada hotza jartzea, masaje teknikak erabiltzea...). 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (8. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lesioak gertatzen direnean jarduera-protokoloak izatea komeni den balioztatzea. - Lesioak izaten badira jarduteko eta besteei laguntzeko prest egotea.

<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (9. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Osasunarekin eta ariketa fisikoarekin zerikusia duten gizarte estereotipoenganako jarrerak izatea. - Osasuna versus edertasuna. - Agresibitatea eta ariketa fisikorik ez egitea. 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (9. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Edertasun, gorputz-irudi, bizi-estilo eta portaeren gaineko gizarte-ereduei buruzko hausnarketa kritikoa egitea. - Ariketa fisikorik ez egitetik datozen portaera agresiboak aztertzea, agresibitate hori bideratzeko bide gisa. 	<p>ARIKETA FISIkoa ETA OSASUNA (9. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Edertasun-ereduak balioestea, eta ezarritako ereduetatik eratorritako gaixotasunen azterketa kritikoa egitea. - Gazteek izaten dituzten portaera agresibo batzuekiko sentsible izatea
<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adierazpena, gorputzaren eta jarreraren bidez. Gorputzaren baliabide adierazgarriak. - Keinu-hizkuntzaren eta mugimendu eta beste hizkuntza batzuen arteko harremana. - Denbora, espazioa eta erritmoa besteekin eta inguruarekin harremanak izateko erabiltzea. 	<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pertsonak dituen mugak kontuan izanda norbere baliabide espresiboak ikertzea eta horietan sakontzea. - Arnasketarekin eta erlaxazioarekin saiakuntzak egitea: barne-espazioa. - Espazioa espresio elementu gisa esploratzea eta erabiltzea: ibilbideak, norabideak, zabaltasuna, barnera biltzea, lekualdaketa linealak... - Mugimenduaren intentsitate desberdinen ikerketa - Gorputzaren barne erritmoa aurkitzea eta horretaz jabetzea, eta barne erritmo hori kanpo estimuluetara egokitzea. 	<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Norberaren irudia onartzea - Gorputzak izan ditzakeen espresio-aukerak ezagutzea. - Espresio ariketak egiterakoan gozatzea - Inhibiziorik eza, berezkotasuna, plastikotasuna eta sormena. - Norberarengan segurtasuna eta konfiantza. autonomia

<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (5. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erritmo pertsonal propioa eta emozioak, dinamika espresibokomunikatiboko oinarri gisa - Mugimendua: espresiorako eta komunikaziorako tresna. - Gorputz-hizkuntzaren eta mugimenduaren baliabideak eta espresio-, komunikazio- eta sortze-aukerak. 	<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (5. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Keinuen manifestazioa eta sentimenduen zein arima-egoeraren manifestazioa - Sinbolizazioa eta kodifikazioa, mugimenduaren bidez, planteatutako egoera berriei gorputz-erantzunak emanda eta asmatuta. 	<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (5. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emozio propioekiko eta besteenekiko errespetua. - Pertsona bakoitzak izan ditzakeen espresio-mugak errespetatzea.
<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (6. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mezuak eta ideiak besteengana eramateko eta besteenekin konbinatzeko errepresentazioa. 	<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (6. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dramatizazio eta dantza-baliabideen bidez ideiak igortzea besteei mezuak igortzeko eta bestekin mezuak bateratzeko (emozioak adieraztea, itzalen antzerkia, txotxongiloak, ipuinak, istorioak, txotxongilo biziak, mimoa, bikoizketa lanegiak, dantzak...) 	<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (6. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inhibiziorik eza, berezkotasuna, plastikotasuna eta sormena. - Pertsona bakoitzaren espresio mugekiko errespetua.
<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (7. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Norberaren eta taldearen sormena: mimoa, dramatizazioa eta dantza 	<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (7. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sormen pertsonalaren estimulazioa, norberaren espresioaren eta besteei harremanaren bidez. 	<p>GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA (7. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Norberak dituen desberdintasunak onartzea eta gainerakoen adierazpen espresiboak errespetatzea. - Espresiozko mugimendu-jardueretan parte hartzea, besteei laguntzeko eta

		bestekin elkarlanean aritzeko prest izanda.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA (8. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jolasak, dantzak eta kirolak, kultur zein gizarte elementu gisa. - Arau sozialak, akordioak eta itunak. 	<p>AISIA (8. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bakarkako nahiz taldekako dantzak, jolasak eta kirolak egitea. - Gizarte arauak eta arau demokratikoak berriz egitea talde-lana errazteko. 	<p>AISIA (8. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Taldekako parte-hartzea, partekatutako helburuak lortzeko - Laguntzeko eta lankidetzan aritzeko jarrera izanik jolas, dantza eta kirolean parte hartzea. - Elkarbizitza hobetzeko araua onartzea.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (9. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arrakasta: Norbera gainditu edota irabazi? - Araudiak: Jolasaren eta kirolaren erregulazioa. - Joko-garbia (ezbaiak). 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (9. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gainditzeko itxaropenarekin, lana egiterakoan izandako inplikazioa. - Taldea, norbere burua gainditzeko interesa izan dezan eta emaitzari kasurik egin gabe hobetzeko, antolatzea eta horretarako parte hartzea bultzatzea. - Joko garbiari buruzko ideiak eratzea eta betetzea. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (9. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Joko- eta kirol-arauak errespetatzea. - Adiskideak, aurkako taldeak edota ekipoak zein arbitroa errespetatzea eta aitortzea, jolaseko oinarrizko osagai gisa, euren gaitasunak albo batera utzita. - Indarra aplikatzerakoan autokontrola, edozer egoeratan edota mugikorrekin,
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (10. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oposizio, lankidetzaren oposizio-lankidetzaren egoerak. Zalantzak izanda edo izan gabe, espazio banatuta edo 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (10. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jolas-egoerekin eta faseekin bat datozen eta geroz eta konplexuagoak diren estrategia bereziak egitea 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (10. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erantzun eragilearen hainbat aukeren aurrean errespetua, aniztasunaren aberastasuna baloratuta.

<p>partekatutan, zergatia duela edo ez duela,</p>	<p>(erasoa eta defentsa...).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Norberarengan segurtasuna eta konfiantza izatea. Erabakiak hartzeko garaian autonomia eta ekimena izatea.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (11. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jarrera-motak: lagunartekoak, lankidetzakoak, tolerantziazkoak, agresibitatezkoak... - Giza trebetasunak: Hizkuntza egokia (ahots tonua, entzutea, eskatu ezarri orde, jarrerak, keinuak) enpatia, adierazpenak, lankidetzak eta laguntza, taldean lan egitea. - Gatazkak konpontzeko protokoloak. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (11. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gogoeta-prozesuen garapena eta balio propioak argitzea: Hutsarteak, fitxak, dilemak, idatziak... - Tekniken erabilera: "gogoeta egiteko espazioa", jarduerara sartu eta bertatik atera, ikasleen arteko bitartekaritza... - Gatazkak konpontzeko protokoloak ezartzea: Arazoaren jatorria aztertzea, aldeei entzutea, irtenbide desberdin eta anitzak bilatzea, horiek egiaztatzea eta kontrako ondorio txikiak izan dezakeena hautatzea. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (11. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enpatia eta tolerantzia. - Besteen arazoak, zailtasunak eta arrakastak entzutea, horiekin sentsibilizatzea eta elkartasuna adieraztea. - Gatazkak autokudetzerakoan erantzukizuna izatea. - Berehalako erantzuna kontrolatzea eta geroratzea.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (12. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dantzak, jolasak eta kirolak kultura eta tradizioak helarazteko elementu gisa. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (12. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kirol, dantza edota jolas herrikoiak zein tradizionalak ikertzea eta praktikatzeko. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (4. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kultura zein nortasun propioaren ezaugarriekiko errespetua, eskolako esperientzia baloratuta. - Kultura desberdinak elkarrekin biziko diren gizarte anitza eraikitzeko konpromisoa hartzea.

<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (13. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inguru naturalak eskaintzen duen aukera dantzak, jolasak eta kirolak praktikatzeko. - Segurtasuneko oinarrizko printzipioak izatea, jarduera bakoitza inguru naturalean antolatzea eskatzen duelako. - Ingurune naturalean egindako jarduerari lotutako teknikak (eskalada, sakanak jaistea, puentinga...). 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (13. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ingurune naturalean joko eta ariketa fisiko arautuak edo ez arautuak egitea. - Segurtasun neurriei lotutako oinarrizko teknikak eskuratzea eta erabiltzea. - Egin behar diren jardueretarako egoki diren teknikak erabiltzea. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (13. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ingurune naturala errespetatzea eta ingurune naturalari eusteko eta hori hobetzeko konpromisoa hartzea. - Jarduera bakoitzaren segurtasun arauak errespetatzea. - Gertuko inguruneak eskaintzen dizkigun gozatzeko aukerak balioestea.
<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (14. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jolas-mota, kirol-jarduera eta dantza modalitate desberdinak, irizpide desberdinak kontuan harturik (soziokulturalak eta tekniko-estrategikoak). 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (14. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Informazioa bilatzea (familia, Internet, berdinak, material bibliografikoa...) - Jolas-, dantza- eta kirol-lantegiak egitea (sormen prozesua) ikasleek beraiek jolas eta dantzak egokitu, asmatu edo sor ditzaten, irakasleak emadako zenbait premisa kontuan izanda. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (14. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modalitate fisiko-kiroletakoak modu autonomoan aurkitzerako garaian, etengabe jarrera irekia agertzea.

<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (15. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modalitate fisiko-kiroletakoak ezagutzea, instalazioak ezagutzea eta bere herriko eskaintza soziokultural eta kirol eskaintzen berri izatea. - Modu autonomoan eta indibidualizatuan ariketa fisikoko programak egiteko irizpideak izatea. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (15. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ariketa fisikoa denbora librearen arabera programatzea. 	<p>KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBREA (15. G)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ariketa fisikoa ondo edo gaizki egiten duten balioestea, ikaslearen behar eta aukeretara egokituz. - Jardueren eskaintza publiko edo pribatuarekiko jarrera kritikoa izatea.
---	---	---



3.6. EBALUAZIO IRIZPIDEAK SARRERA.

Ebaluazioa curriculum proiektuaren oinarritzko elementua da. Ikaskuntza-irakaskuntza prozesuari buruzko gogoeta da, gertatzen dena ikusita eta aldaketak sartuta. Hori dela eta, ikasleen zein irakasleen heziketa sustatu behar da.

Irakasleari laguntza eman behar dio, ikasketa-prozesua modu sistematiko eta orokorrean ezagutu dezan. Gorputz-hezkuntzan, ikasleak sailkatzea edo hautatzea ez da ebaluazioaren helburua, baizik eta egindako aurrerapenak eta izandako zailtasunak diagnostikatzea; izan ere, ikasleei, beren kontzeptu, prozedura eta jarrera aukeren barnean aurrera egiteko eta garatzeko esperientziak eskaini zaizkien azalduko baitu ebaluazioak.

Ebaluazioa ezinbestekoa da taldeko ikasleen aniztasunari modu egokian erantzuteko. Aldi honetan adin kronologiko eta eboluzio-adinen artean dagoen desfaseak, kontzeptuaren, prozeduraren eta jarrera eremuko hasierako ebaluazioa egitea nahitaezko bihurtzen du.

Ebaluazio irizpideek garatu nahi diren gaitasunak garapen hori posible egiten duten oinarritzko edukiarekin erlazionatzen dituzte. Edukiak gaitasunak menperatzeko bide dira. Era horretan, ikasleek izan behar lituzketen jokaerak zehazteko pautak batzuk ematen dituzte irizpideek, eta proposatu diren gaitasunak noraino garatu dituzten jakiteko seinale bat lor dezakegu.

Bigarren Hezkuntzako ebaluazio-irizpideak ezartzeko garaian, ikasle batek gaur egungo gizartearen jarrera kritikoa duela sartzeko zer menperatu behar duen hausnartu behar dugu.

Ikaslea hazi eta garatu den testuinguru kultural desberdinen eraginez, eboluzio eta heltze erritmoetan aniztasun handia izaten denez, ez dugu pentsatu behar Bigarren Hezkuntza hasten denean Lehen Hezkuntzako eboluzio-irizpideak gainditu direnik. Norbanakoaren erritmoak kontuan hartzea beharrezkoa da, baita ikaste eta ekintza horretan parte hartzen duten elementuen zailtasun maila zein den ezagutzea ere. Ikasle guztiak berdinean ebaluatu behar al ditugu? Arau eta irizpide berei jarraiki?...

Ikasleei ebaluaziotik eratorritako balioztatzeen eta iruzkinen berri ematea komeni da, ikaste berrietarako motibazioa pizteko eta beren aukerak eta beharrak ezagutu ditzaten laguntzeko. Frustrazioa, ondo erabilia, hezkuntzaren zerbitzura dagoen instrumentua dela ere izan behar dugu kontuan.

Gaitasun bakoitzerako ebaluazio irizpide bat edota gehiago ezarri ditugu, prozedurazko, kontzeptuzko edota jarrerazko alderdiak pisu gehiago izanda, edukien edota ardatzen bloke bakoitzaren arabera.



Horrela bada, Ariketa Fisikoa eta Osasuna blokean hiru planoen balioespena orekatua da. Kontzeptu-planoari dagokionez, ikaslea osasunarekin zerikusia duten bere gaitasunen garapenari buruzko teknika eta sistema desberdinak ulertzeko gai da (lesioak izaten badira zein protokolo erabili ere badaki). Teknika eta sistema horiek aplikatu, egin eta erabili egingo ditu prozeduraren eremuan, eta jarrera eremuari dagokionez, ariketa fisikoa egiterakoan iristen zaion informazio desitxuratua modu kritikoan hartuko du.

Gorputz espresioaren blokeari dagokionez, prozedura eta jarrera esparruek garrantzia handia dute. Hasiera batean, espresio forma berriak aurkitzeko ikasleak duen jarrera irekia balioetsiko dugu. Prozedura planoari dagokionez, bere emozioak bere buruarekin, gainontzekoekin eta inguruarekin harremanetan jartzeko moduan bizi ote dituen balioetsiko dugu. Era beran, beste espresio modu sortzaile batzuk aztertuko ditugu eta horiek praktikara eramango eta abar.

Kultura Eragilearen blokean: Aisialdirako aisia eta heziketa. Ebaluazio irizpideetan jaso ditugun hiru gaitasun-eremuak modu orekatuan landuko ditugu. Jarrera-eremuari dagokionez, aisialdian ariketa fisikoa egiteko ohitura osasungarriak hartzea, gatazkak konpontzeko garaian bitarteko izatea eta kultur adierazpen anitzak onartzea eta errespetatzea hartuko dira kontuan.

Prozedura-eremuari dagokionez, ingurune natural eta hiri-ingurune batean egindako jarduera fisiko-kiroletakoetan parte hartzea aisialdia kudeatzeko, ikasle bakoitzaren udalerrian egindako eskaintzak kontuan izanda (kultur taldeak, instituzioek egindako eskaintzak, aldundiek egindakoak...). Baita gatazkei aurrea hartzeko eta gatazkak konpontzeko jarduera-protokoloak abian jartzea ere. Bestalde, ikaslearen eboluzio erritmoak ahalbidetzen duen neurrian, trebetasun espezifiko geroz eta konplexuagoak ere jarri beharko lirateke abian.

Kontzeptuzko eremuari dagokionez, ikasleak duen gaitasun kognitiboagatik, prozedura-edukiei loturik dauden ebaluazio irizpideak praktikan jartzeko behar duen informazioa aurkitu eta hautatuko du.

3.7. EBALUAZIO IRIZPIDEEN TAULA ETA GAITASUNEKIN DUTEN ELKARREKIKOTASUNA

GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
I. BLOKEA: ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA	
<p>5. Osasuna erabat ulertu eta zaindu, bere ezaugarri biologiko, bioenergetiko, emozional psikologiko, dietetiko eta higieniko guztiak ezagututa; baita arnasketa zein erlaxazio-teknikak, eta bizi kalitate onaz gozatzeko segurtasun neurriak ere.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Banakako eta taldeko jardueretan, tentsioak gutxitzeko eta autokontrola izateko arnasketa eta erlaxazio ariketak eta teknikak erabiliko ditu. - Badaki egunero ariketa fisikorik ez egiteak zer arrisku dakarren osasunerako eta eguneroko kalitaterako. - Erresistentzia aerobikoa, malgutasuna eta indarra-erresistentzia landuta osasunean eragin iraunkor eta onuragarria izaten dela aztertzen du. - Ohitura osasuntsuak eta osasuntsu ez direnak bereizi egiten ditu (ariketa fisikoarekin zerikusia duen elikadura egokiaren oinarrizko printzipioak zein diren badaki, jantzi eta oinetako egokiak erabiltzen ditu...)
<p>6. Egin beharreko ariketa fisikoarekin koherentea den ekintza-plana kudeatu, baldintza psikofisikoak eta laneko giroak ariketa fisiko ongarria eta gustukoa praktikatzeko aukera emateko.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Erresistentzia aerobikoa, malgutasuna eta indarra-erresistentzia hobetzeko entrenamendu sistemak eta metodoak ezagutzen eta erabiltzen ditu. - Ikasleak berak dituen gaitasun eta beharrei egokituta, egoera fisikoa hobetzeko lan-plangintza egingo du inoren laguntzarik behar izan gabe.

GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
<p>7. Oinarrizko ahalmen eragile bereziak gazteen bilakaera-prozesuarekin bat garatzeko, trebetasun eta gaitasun fisikoak erabili, egoera fisiko-kiroletakoak sortuta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Egoera konplexuetan oinarrizko abildade eta trebetasunak erabiliko ditu, ahaleginaren intentsitatea erregulatu egingo du eta espazio-denbora baldintzetara egokituko da. - Jarduera fisiko-kiroletakoak egiten diren benetako egoeretan, trebetasun espezifikoak aplikatuko ditu, eta pertzepzio eta gauzatze elementuei arreta berezia jarriko die.
<p>8. Kirol ariketak egiteko garaian izan daitezkeen lesioen aurrean esku-hartzeko lehenengo jarduketak ezagutzea eta aplikatzea, lesiotik bizkortzea ekarriko duten prebentzio-erabakiak hartu ahal izateko. Horretarako esku-hartze protokolo espezifikoak aplikatuko ditu.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ariketa egiterakoan izan daitezkeen lesioen kasuan badaki nola jardun behar den, eta oinarrizko printzipio horiek erabili egingo ditu. - Eguneroko bizitzan, ariketa fisikoa egiterakoan eta kirola egiterakoan gerta daitezkeen lesioei buruzko suposizio praktikoak konpontzen badaki, eta lehenengo laguntzak aplikatuko ditu (zauriak garbitzen ikasiko du edo traumatismo bat izanez gero hotza aplikatuko du edo masajeak emateko oinarrizko teknikak ezagutuko ditu...)

GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
<p>9. Modu kritikoan eta autonomoan osasun gizarteak duen ikuspuntua analizatzea, mezu txarrak identifikatu ahal izateko, ezkutuko curriculuma ikertuta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ariketa fisikoa praktikatzeari eta osasunari lotutako informazioen aurrean (prentsakoak, nerabeei zuzendutako aldizkarietakoak, Internetekoak, telebistakoak...) jarrera pertsonal propioa izan, gai horiei buruzko sinesmenak eta iritziak adierazita. - Osasungarriak diren ariketa fisikoak eta ez direnak bereizi, eta adierazi arrazoiak jarrera kritikoa agertuta. - Ariketa fisikoa praktikatzeari eta osasunari lotutako informazioen aurrean (prentsakoak, nerabeei zuzendutako aldizkarietakoak, Internetekoak, telebistakoak...) jarrera pertsonal propioa izan, gai horiei buruzko sinesmenak eta iritziak adierazita. <p>Osasungarriak diren ariketa fisikoak eta ez direnak bereizi, eta adierazi arrazoiak jarrera kritikoa agertuta.</p>

GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
II. BLOKEA: GORPUTZ ESPRESIOA ETA KOMUNIKAZIOA	
4. Mugimendu aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta norberari egokitzeke.	<ul style="list-style-type: none"> - Bizipena eta identifikatu zure emozioak zein sententzioak, hizkuntzaren edota mugimendu propioen bidez hitzez adierazten du edota adierazten du sentitzen duena.
5. Eguneroko bizitzan gorputz-hizkuntza erabilia pertsona arteko komunikazioa erabiltzea, egunerokotasunean komunitate-integrazioa bultzatuko duten giza trebetasunak eskuratzea errazteko. Baliabide nagusien artean laguntza eta lankidetzajolasak daude.	<ul style="list-style-type: none"> - Gorputzaren espresio baliabideak erabiltzen ditu ideiak eta sentimenduak komunikatzeko. - Lankidetzaren moduan erlazionatzen da adiskideekin, horien emozio propioak neurtuta. - Ulertzeko moduan komunikatzen da adiskideekin, keinuen eta mugimenduaren bidez, sententzioak, emozioak eta mezuak adierazita. - Emozioak adierazteko beste modu batzuk ikertzen eta sortzen ditu.
6. Gorputzaren alfabetoa erabili, mugimenduak besteek ulertzen eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igorrita. mimika, dantza eta dramatizazioa.	<ul style="list-style-type: none"> - Ideiak eta pentsamenduak, besteek, testuinguru imaginarioan, benetakoan edota sinbolikoan, adierazten dizkie, gorputz alfabetoak eskaintzen dizkion baliabideak erabilia, seriotasun osoarekin eta inhibizio gabe. - Benetako edota asmatutako istorio motzak kontatzen ditu, edota pertsonaiak errepresentatzen ditu gorputz espresioaren oinarriko teknikak aplikatuta, eta espazioa, denbora eta indarra bezalako elementuak konbinatuta, ukitu adierazlea emanda

GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
<p>7. Sormena sustatzea, keinu propioen bidez, sormen baliabide propioekin topatzeak sortzen duen ongizatea eta plazerra deskubritzeko. Horretarako, sormen mugimendua garatu behar da, dantzen eta banakako zein taldekako errepresentazioen bidez.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Baliabide sortzaile berriak esploratzeak eta aurkitzeak ematen dion atsegina adierazten du. - Ikaslearen nortasunarekin bat egiten duten adierazpen forma berriak aurkitzeko jarrera irekia izatea.
<p>III. BLOKEA: KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBRERAKO HEZIKETA</p>	
<p>8. Jolas eta kirol jarduerak diseinatzea, antolatzea, kudeatzea eta horietan parte hartzea, partekatutako helburuak lortzeko. Horiek aisiko denbora topagune eta beste pertsonetikiko lankidetzaren gune bilakatuko dute.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aisialdia betetzeko jolasak, dantzak eta kirolak diseinatuko, antolatuko eta kudeatuko ditu. Antolaketan adostasunik ez badago, ekimena, aurreikuspena eta aurrea hartzea balioetsiko da; parte-hartzean, berriz: inplikazioa, talde bereko kideen arteko lankidetzaren eta arauetiko eta aurkarietiko erakusten duten errespetua.
<p>9. Jolasak eta kirolak erabiltzen ditu ahalegin-gaitasuna balioesten eta emaitza gaintitzen hezteko.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jolas, dantza eta kirolean parte hartzen du, eta poza, gaintitze-ahalmena eta emaitza gaintitzeko ahalegina funtsezko balioztat jotzen ditu, eta, horretaz gain, kiroltasunez ere jarduten du.
<p>10. Jolasean eta kirolean planteatutako arazo estrategikoei irtenbidea bilatzen lagunduko duten erabakiak hartzea, eguneroko arazoak konpontzerakoan ekiteko espiritu hori bizitzara eramateko</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jolas- eta kirol-egoeretako arazo estrategikoei (laguntza, babesak, mugikorraren intertzezioa, espazioak okupatzea...). - Geroz eta konplexuagoak diren jolas-egoerekin bat datozen estrategia espezifikoak eratuko ditu, eta gainerako erabakiak ere errespetatuko ditu.

GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
III. BLOKEA: KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBRERAKO HEZIKETA	
<p>11. Jolas- eta kirol-jardueretan parte hartzea, eta gatazkak konpontzeko protokoloak erabiltzea, lehiakortasuneko indarkeria-jarrerak sortzen diren egoeretan, besteekiko harreman orekatuak eta eraikitzaileak izateko ekintza-estrategiak eskuratzeko.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Norbere balioen inguruan gogoeta egiten du, sentsibiltate eta elkartasun handiarekin, besteen arazoak eta zailtasunak entzunda. - Portaera bortitzak saihestu egingo ditu. - Gatazkak konpontzeko protokoloak erabiliko ditu. - Lagunen arteko bitartekotza egingo du.
<p>12. Euskal kulturaren eta gainerakoen balioak errespetatzeko eta apreziatzeko jolas- zein kirol-tradizioen eta tradizio fisikoaren izaera soziokulturala aintzat hartzea, jolasak eginda eta espresio tradizionalen eta herrikoen bidez.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ikaslearen tradizioan sustraituta dauden jokoak, dantzak eta kirolak biltzea, eta gainerakoei horien jatorria zein den erakustea, zeregin horretan sakontzeko jarrera duela. - Euskal jolas-kirol tradizioak eta beste herrialde batzuetakoak gauzatuko ditu, eta gizarte bakoitzeko alderdi soziokulturalekin jarriko ditu harremanetan. - Dantza, jolas eta kirolean parte hartzen du, gizarteratzeko eta komunitatera integratzeko modu gisa.

GAITASUNAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
III. BLOKEA: KULTURA ERAGILEA: AISIA ETA DENBORA LIBRERAKO HEZIKETA	
13. Egunerotasuna gainditzeko inguru naturalak eskaintzen dituen ariketa fisikoak eta kirol jarduerak esploratzea, diseinatzea, antolatzea eta horietan parte hartzea.	<ul style="list-style-type: none"> - Ingurune naturalean egiteko jolas-kirol jarduerak diseinatuko, antolatuko eta horietan parte hartuko du, inguruneak dituen ezaugarriei atxikitako moduan eta ingurune horretako baliabide fisiko-eragileak kontuan izanik. - Ingurune naturalean egiten diren jardueren oinarritzko teknikak erabiliko ditu. Jarduera horiek segurtasun arauak errespetatuta egiten dira eta ingurunea zainduta. - Ingurune naturalean parte hartzeko jarduera fisiko eta kirol jarduera modu berriak bilatuko ditu.
14. Modalitate, jolas-mota, kirol-jarduera zein dantza desberdinak aztertu, irizpide soziokulturalen eta tekniko-estrategikoen arabera, modu autonomoan aukera zabalagoetara sartu ahal izateko, informazio iturrien bilaketan.	<ul style="list-style-type: none"> - Kirol eta kultur gertakizun eta modalitate desberdinak egiteko informazioa etengabe bilatzeko jarrera izango du.
15. Banakako zein taldekako lanetan parte hartzeko, modu autonomoan, aisialdiko denbora kudeatzea.	<ul style="list-style-type: none"> - Ariketa-fisikoari dagokionez, jarrera kritikoa izango du. - Bere kasa ariketa fisikoa egiteko bere programa egingo du.