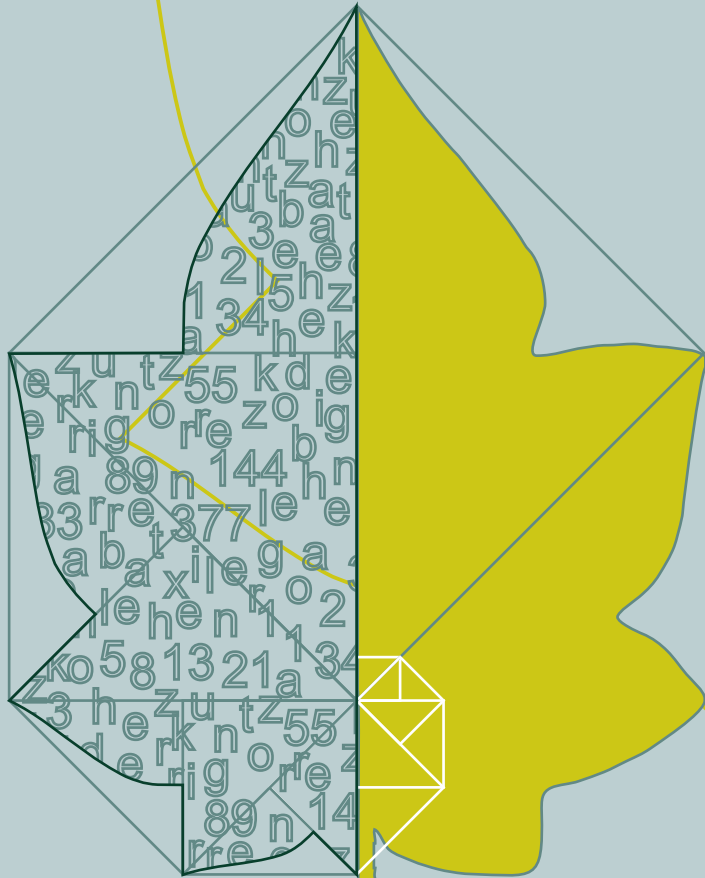


Gorputz Hezkuntza



Orientabide
didaktikoak

Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza

EUSKO JAURLARITZA

HEZKUNTZA, UNIBERTSITATE
ETA IKERKETA SAILA



GOBIERNO VASCO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN

AURKIBIDEA

1. Dokumentuaren xedea
2. Ikasgaiaren ezaugarriak
3. Ikasgaiak gaitasunak garatzeari egiten dion ekarpena
4. Curriculumeko elementuen eta oinarrizko gaitasunen arteko harremana
5. Orientabide didaktikoak
 - 5.1 Ikasgaiaren berezko metodologia
 - 5.2 Irakasleen eta ikasleen egitekoa
 - 5.3. Ikasgelaren kudeaketa
 - 5.4. Espazioa eta denbora
 - 5.5 Baliabideak eta materialak
 - 5.6 Jardueren antolamendua
 - 5.7 Aukeraketarako irizpideak eta edukiak lehenestea
 - 5.8 Ebaluatzeko orientabideak
6. Materialen eta sekuentzia didaktikoen ereduak
7. Erreferentzia bibliografikoak

1. DOKUMENTUAREN XEDEA

Curriculumean oinarrizko gaitasunak txertatu izanak hezkuntza berriro planteatzeko bidea ireki digu; horri esker, ikasleak jardunbideak garatzera bideratu ahal izango ditu ikasketak, eta egoera berriei aurre egiteko gaitasunak eskuratuko ditu.

Hezkuntzak eman beharko lituzkeen emaitzak hezkuntza-aldiaren barruan irakasten diren ikasgaiekin zuzenean loturiko jakintza-sorta lortzea baino gehiago da. Baina ikasgaiak ez dira oinarrizko gaitasunak garatzeko eta lortzeko bide bakarra. Helburu bera lortzeko beste faktore batzuek ere parte hartuko dute; esaterako, ikastetxea antolatzeke moduak, jarduera osagarriek eta abar. Oinarrizko gaitasunak garatzeko lanean zeresana dute beste eragile batzuek ere; hala nola, familiak edo gizarteak berak, pertsonak ezin baitira oso-osorik garatu eskola-giroan bakarrik.

Ikaskuntzaren eraikuntza kudeatu eta ikasketa-prozesuen gainean hausnartu behar duen ikasleak bete beharreko funtzioa modu adierazgarrian aldatu behar da baterako ekintza hori eraginkorra izan dadin, baita testuinguru irekiagoetan mugitu behar duen eta ikasketa funtzionalagoak eskaini behar dituen irakaslearen funtzioa ere.

Prozesu horretan, erabakigarria izango da ikasleei curriculumaren bitartez oinarrizko gaitasunak garatzen laguntzeko abian jarritako orientazio didaktikoa. Hortaz, curriculumen gaineko dekretuetan islatu den ikuspegiarekin koherente izaten saiatuz, hezkuntza-praktikari hurbiltzea dugu helburu orain. Horretarako, curriculuma oinarrizko gaitasunak barnean hartuko dituen ikuspegia aintzat hartuta garatzeko esparrua ezartzen saiatuko gara dokumentu honetan, irakasteko eta ikasteko prozesuaren hainbat alderdi jorratzen saiatuta.

Hori dela-eta, ezinbestekoa da irakasteko eta ikasteko prozesuari buruz garapen koherentea egiten lagunduko duten zenbait orientabide metodologiko eta didaktiko eskaintzea; orientabide horiek, aldi berean, gaitasunetan oinarrituriko ikuspegia bermatu beharko dute.

Ikasgelako eguneroko jardunean oinarrizko gaitasunen ikuspegia txertatzeko nahiarekin aurkeztu ditugu orientabide tekniko hauek. Orientabideok gorputz-hezkuntzako ikasgaiari daude lotuta, baita haren metodologiei eta ikuspegi honetarako beharrezko ebaluazio-prozesuei ere.

Orientabideon asmoa irakasleak ikaste-prozesua antolatzeke laguntza ematea da, betiere Euskal Autonomia Erkidegoko gorputz-hezkuntzarako curriculumean jasotako printzipioak errespetatuta. Beraz, ikasgaiaren helburu orokorrak eta oinarrizko gaitasunak lortzera bideratuta daude.

Orientabideen abiapuntua ikaskuntza-aktiboaren printzipioak onartzea da; printzipio horiek irakasteko eta ikasteko prozesuaosatzen duten aldagai metodologikoen inguruko ataletan garatzen dira.

2. IRAKASGAIAREN EZAUGARRIAK

Zer ekarpen egiten dio gorputz-hezkuntzak hezkuntza-prozesuari?

Derrigorrezko hezkuntzaren xedea ikaslearen garapen erabatekoa eta harmoniatsua lortzea da, alderdi intelektualei, afektiboari, sozialei edota gorputzarekin lotutakoei dagokienez. Gorputz-hezkuntza, **jarduera motorren pedagogia** gisa ulertuta, garapen honen osagai funtsezkoa da. Hala, garapen horrek eskatzen duen pedagogiaren helburuak ezin du mugimenduaren instrukzio huts izan, zentzuz jositako gorputz-ekintza ez bada, afektibotasunez blaitua, bai alderdi kognitiboari dagokienez, bai alderdi sozialei dagokienez. Gorputz-hezkuntzaren ardatza jarduera fisikoa plazer gisa ulertzea da, eduki guztietan. Jarduera fisikoa gozamendu gisa hartuta, herritar larriak aisia modu osasungarrian ulertzeko erroak izango ditu.

Jarduera fisikoaren plazera «jardunaren jardunez» lortzen da; hau da, ekintza motorrekin. Hori dela eta, **edukien antolaketan ardatza prozedurak** izan beharko lirarteke. Alor honetako egitekoek portaera motorrak izan beharko lituzkete ardatz, pertsonari harremanak eta eskakizun afektiboak, kognitiboak, sozialak, espresiboak edota biologikoak eskatzen dizkietenak (besteak beste, korrika egitea, salto egitea, jauzi egitea, jolastea, etab.).

Gorputz-hezkuntzaren funtzionaltasuna begi bistakoa da, hiru alor berezitan gutxienez:

Eskolan jarduera fisiko jakin bat egiten ikasita, ikasleak **aukera handiagoak izango ditu eskolatik kanpora eta heldutan egiteko ere**. Hori dela eta, jarduerak behar bezala aukeratzeak garrantzi handia du; izan ere, herritarren etorkizuneko jarduera fisikoa orientatuko dute.

Bestalde, kirol-joko bat ikasteak ikastetxean aurretik praktikatu gabeko **beste kirol-joko bat ikasteko modua ere sor dezake**: pilotan ikasteak tenisean edota boleibolean ikasten lagun dezake; batean eta bestean sortzen diren kooperazio-oposiziotik sortutako gaitasun motorrak transferitu egiten baitira. Transferentzia maila horretan bertan, gorputz-hezkuntzari esker antzeko gaitasun motorrak eskatzen dituzten lanbideak edota egitekoak errazago ikas daitezke; bide-zirkulazioarekin eta ibilgailuak gidatzearekin lotutako jarrera motorrak, konparazio batera.

Gorputz-hezkuntzaren beste erabilgarritasun maila bat, hirugarrena, **eskolan egunero egiten denaren eta eguneroko bizitzaren arteko harremana** da. Praktika fisikoak bere-berea duen diskriminazio-eza, kohesioa edota kooperazioa egunero-egunero aplikatzen ditugu bizitzan; baina, era berean, lehiakortasuna, oposizioa eta enfrentamendua ere bai. Batzuk ala besteak aplikatzea gorputz-hezkuntzan aurrez aurre dugun auzi ideologiko funtsezkoa da.

Horrez gain, kontuan hartu behar da gorputz-hezkuntzako ikasgelan egiten diren praktikak **praktika sozialak** izaten direla. Jokoak, kirola, ariketak edota naturan egindako jarduerak kultur sorkuntza dira; hau da, **ondare kulturala**, gure kultura ludiko-motorraren zati.

Beste ikuspuntu batetik, kohezkuntza, osasuna, kontsumoa, aniztasuna eta bestelako **eduki transbertsalak** gorputz-hezkuntzako saioetan irakasten diren eduki guzti-guztietan mamitzen dira.

3. IKASGAIAK GAITASUNAK GARATZEARI EGITEN DIZKION EKARPENAK.

Gorputz-hezkuntzak oinarrizko gaitasunak lortzen laguntzen du, **gaitasun motor** bezala izenda genezakeen gaitasunaren bitartez.

Oinarrizko gaitasunen eta gaitasun motorren arteko harremana argitzeko, lotura horren adibideak aztertuko ditugu.

Zientzia, teknologia eta osasun kulturarako gaitasuna.

Gorputz-hezkuntzak gorputz-teknikak baliatzen ditu; hau da, egiteko moduak, kirol-teknologiak, zientzia, teknologia eta osasun-kulturarako gaitasuna garatzeko: salto egiteko, harrapatzeko, ezkutatzeko, ihes egiteko, erlaxatzeko, eta abarretarako moduak. Motrizitatea patroi soziokulturalei jarraituta erabiltzen ikasten da.

Osasunari dagozkion gaitasunen garapena batez ere motrizitatea garatzeko **teknika osasungarriak** ikasita lotzen da. Ikasleak ariketa motorrak behar bezala egiten ikasi beharko du, gomendatutako posturetan egon edota gorputz-ekintza arriskutsuak ez egin; dela epe luzera, dela epe laburrera. Horri guztiari esker, ohitura osasungarriak hartuko ditu. Bizitzan **ariketa fisikoa egiteko ohitura sustatuko bada**, gorputz-hezkuntzako eskoletan gozarazi egin behar da. Horretarako, gorputz-teknikak ikasteko prozesuak atsegina izan behar du ikasleentzat.

Bestalde, osagarri gisa, jarduera fisikoak bizi izanda ikasleek beste ikasgai batzuetako kontzeptu zientifiko abstraktuak modu praktikoan aplikatu ahal izango dituzte; hala nola, jaurtiketa parabolikoa kontzeptua, pilota jaurtiketen bitartez.

Gaitasun hori praktika motorren bitartez gara daiteke; hala nola, esku-jokoak, lasterketak, jauziak, igeriketa, erlaxazioa, ziba, etab. Era berean, aerobika, dantza, brillea, judoa, harrapaketa, katea eta lagunekin jokaturako bestelako praktiken bidez ere ikas liteke. Halaber, naturan egindako praktika motorretan ere bai; esaterako, mendi-martxak, ezkutaketan aritzea, botea, orientazioa, eskia, eta abar.

Gizarterako eta herritartasunerako gaitasuna.

Gorputz-hezkuntzako ikasgela, hainbat arrazoi direla-eta, harreman sozialen laborategi moduko bat da; hari esker, ikasleen errealitate sozioafektiboa ulertzeko aukera edukiko dugu, bai eta hartan esku hartzeko ere.

Lehenik eta behin, kirol, joko edota ariketa bakoitzak **harreman sozialen sarea sortzen du**, arauak onartze hutsarekin. Arau bakoitzak, halaber, unibertso sozial desberdina eraikitzen du: saskibaloiak eta dantzak ez dituzte harreman berberak sortzen, eta dantzan edota harrapaketan aritzea ere ez da gauza bera. Horrelaxe lantzen dugu gizarterako eta herritartasunerako gaitasuna gorputz-hezkuntzaren bidez.

Bestalde, praktika motorrak **testuinguru sozial jakinetan** egituratzen dira; hori dela eta, ikasleek parte hartzen dutenean koheziketarekin eta gizarteratzearekin lotutako balioak barneratzen ditu. Hainbat joko tradizioz neskenak izan dira; hala nola, sokasaltoa. Beste batzuk, berriz, mutilenak; futbola, mendiko praktikak eta tankerako jarduera mistoak. Neska-mutilek jarduera horiek guztiak elkarrekin eginda, koheziketa lortzen lagunduko dugu.

Parte-hartzaile guztien inklusioa oinarri duen ikuspegia ezinbestekoa da gaitasuna lantzeko; guztia ere, nor bere mugak eta aukerak errespetatuta eta onartuta, baita gainerako ikaskideenak ere, noski.

Horrez gain, praktika motorrek **hainbat egitura** eduki ditzakete: bakarka (esku-jokoak, igeriketa...), lehiaketa kolektiboak (saskibaloia, brillea...), lehiaketa indibidualak (judoa, badmintona...), kooperatiboak (dantzak, koreografiak...), eta abar. Gorputz-hezkuntzako saioetan egitura horien alternantzia lortuta, gaitasuna garatzeko egindako ekarpena aberastuko da.

Azkenik, gizarterako eta herritartasunerako gaitasuna ere lantzen da; esate baterako, ikasleekin arauak adostuta. Berdin da arauok irakasleak edota ikasleek eurek proposatzen dituzten.

Kultura humanistiko eta artistikorako gaitasuna.

Kultura humanistikorako eta artistikorako gaitasuna gorputz-hezkuntzaren bidez lantzeko, jokoak, kirolak, dantzak eta ariketak kultur eraikuntza inmaterial gisa ulertzen ditugu, pertsona talde batek praktikatzea erabakitzen duen bakoitzean lantzen direnak. Jokatzen ari garenean bakarrik existitzen dira, eta ondare kultural hori gozatu ahal izatea da gorputz-hezkuntzak kultura humanistikoari eta artistikoari egiten dion ekarpena.

Hala, **kultur ondare ludikoa eta motorra** euskal tradizioko jokoan eta kirolen bidez lan daiteke (herri-kirolak, euskal pilota, lau kantoiak), baita bestelako joko eta kirol ezagunagoekin (atletismoa, boleibola, igeriketa...) eta beste kultura batzuetako joko eta kirolen bidez ere (tuaregen, azteken edota inuiten jokoan bidez, esaterako).

Alde horretatik, garai bateko herri-joko eta -dantzak berreskuratzeko praktika motorrak gaitasun hori garatzen laguntzeko modu interesgarri izan litezke.

Norberaren autonomiarako eta ekimenerako gaitasuna.

Norberaren autonomiarako eta ekimenerako gaitasuna ikasleek zeregin motorretan **hartu behar izaten dituzten erabakietatik** garatzen da.

Erabaki motorrak **harreman-egiturei lotuta daude**; kooperazioko jardunbide motorrek eskatzen dute ikasleek erabaki kooperatiboak hartzea (esate baterako, koreografia batean nolabaiteko sinkronizazioa lortzea); oposiziokoetan aurkariaren aurrean aurre hartzeko erabakiak hartu behar izaten dira (badmintonean bolantea espazio libreetara bidaltzea); kooperazio-oposizio jardueretan ikasleak hartu beharreko erabakiek batzuetan kolaboratzeko eskatuko dute, beste batzuetan, aldiz, aurka egiteko (hiru baten aurka dauden egoeretan zer egin patinetako hockeyan jokatzean).

Beste ikuspegi batetik, norberaren autonomia eta ekimena ikasleek **espazio naturalaren** inguruan erabakiak hartzean garatuko da; esate baterako, mendi-ibilaldi batean parte-hartzaileek ibilbidearen orografiara egokitu beharko dute erritmoa, etengabe erabakiak hartu behar izanda.

Ikasten ikasteko gaitasuna

Ikasten ikasteak ikaskuntza prozesuari ekiteko trebetasunak edukitzea esan nahi du, gero eta modu eraginkorragoan eta autonomoagoan ikasten jarraitzeko gauza izatea, norbere helburuei eta beharrezan jarraiki; hori horrela izanik, ezinbestekoa da

transferentziaz hitz egitea, hau da, gorputz-teknika bat ikasteak egoera motor jakin batean (katea-jokoa, igeriketa, koreografia bat edota beisbola) beste jarduera motor bat ikasten laguntzen duela.

Jarduera fisikoen bidez garatzen dituzten esparru motorrak sailkatzeko garaian, begi-bistakoa da esparru jakin bateko jarduera fisiko bat ikasteak beste esparru bateko ikaskuntzari lagunduko diola: luzera-jauziak pisua jaurtitzen ikasten lagun dezake. Gauza bera gertatuko litzateke beste esparru batzuekin ere: saskibaloian jokatzeko ikasita, futboleko errazago ikasiko genuke; mendian zehar oinez txangoak egiten ohituz gero, bizikletaz ere errazago hasiko ginatke; eta balsean ikasita fandagoa dantzatzeko ere errazago ikasiko genuke.

Informazioa tratatzeko eta teknologia digitala erabiltzeko gaitasuna.

Informazioa tratatzeko eta teknologia digitala erabiltzeko gaitasuna gaitasun motorren bidez garatzen da, gutxi bada ere. Ikastetxean GPSak, pultsometroak eta tankerako **material teknologiko sofistikatu** baldin badaude, interesgarria izan liteke erabiltzen ikastea. Ildo beretik, ohiko bitartekoak erabiltzea posible da (Internet, prentsa, etab.) gaitasun motorren inguruko **informazioa eskuratzeko**. Adibidez: luzera-jauziko teknikak ikustea, mendi-martxa batean altimetriak eta distantziak hautematea, edota diseinatu nahi diren koreografiatan adibideak topatzea.

Hizkuntza-komunikaziorako gaitasuna

Hizkuntza-komunikaziorako gaitasuna gorputz-hezkuntzarekin modu kolateralean garatzen da, irakasleak eta ikasleek izaten duten **ahozko komunikazioaren** bitartez; komunikazio horrek, batez ere, praktika motorren arauak, segurtasun arauak, praktikaren inguruko hausnarketak eta aginduei dagozkien kontsignak izaten ditu ardatz. Horrez gain, ezinbestekoa da hizkuntza-komunikazioa menderatzea sentimenduak azalertzeko, gatazkak konpontzeko eta iradokizunak proposatzeko.

Ikasle atzerritarrak edukiz gero, arreta berezia ipini beharra dago gaitasun honi. Gorputz-hezkuntzan, araua ulertu ostean, **komunikazio motorra** abiarazten da hizkuntza-komunikazioaren tokian, eta, hala, ahoz komunikatzeko zailtasunak dituzten ikasleek integrazioa lortzen da. Gizarterako eta herritartasunerako gaitasunak motrizitatearen esparruan zer-nolako garrantzia duen ikus dezakegu adibide honen bidez.

Matematikarako gaitasuna

Matematikarako gaitasuna ere jorratzen da pixkatxo bat, osagarri gisa. Praktika fisikoen bidez, ikasleek prozedura matematikoak aplikatzen dituzte; esate baterako, batuketak, kenketak, zatiketak edota biderketak. Guztia ere, zeregin motorren arabera: txango bateko ibilbideko distantziak kalkulatzeko, orientazio angeluak kalkulatzeko, abiadura, etab.

4. CURRICULUMEN ELEMENTUEN ETA OINARRIZKO GAITASUNEN ARTEKO HARREMANA

Curriculumek elkarren artean lotutako paragrafoak izaten dituzte, eta ikasgai bakoitzaren curriculumak bateratzen eta esanahiz betetzen dute.

Egun erabiltzen dugun curriculumak oinarrizko zortzi gaitasun garatzeko beharra du abiapuntu, ez eskola arrakasta izateko soilik, baita heldutasunean txertatzeko ere (batez ere horretarako). Premisa horretatik abiatuta, curriculum osoko ezinbesteko atalak, helburuak, edukiak eta ebaluazio-irizpideak elkarrekin lotuta garatzeko dira, gaitasun horiei erantzuteko. Proposamen didaktiko hori zehazteak oinarrizko gaitasunak helburuen eta edukien bitartez lortzea du helburu; dena dela, nolabaiteko nahasmena sor dezake, eta, hori galarazteko, honako adibide hau emango dugu.

Abia gaitzen gorputz-hezkuntzako eskoletan asko erabiltzen den eduki batetik: harrapaketa aritzea, derrigorrezko hezkuntzan hainbat helbururekin erabiltzen den joko.

Irakaslearen lehendabiziko lana ikasleei zer egingo den azaltzea da; kasu honetan, harrapaketa nola jokatzen den azaltzea. Ikasleak zer egin behar duen ulertu beharko du, ulertzen ez duena galdetuko du eta aldaketak proposatuko ditu. Berbaz nola jokatzen den barneratu beharko du (**hizkuntza-komunikaziorako gaitasuna**).

Lehendabiziko urrats honen bitartez, jokatze moduak sakondu ahal izango dira, baita beharrezkoak dituen eskakizun motorrak ere: korrika egiteko moduak, ihes egitekoak edota harrapatzeak. Ikasleek zeregin bakoitzean beharrezkoak diren teknika motorrak lantzen eta garatzen ditu (**teknologiarako gaitasuna**), eta modu seguruan eta osasungarrian egin behar du, gainera (**osasunerako gaitasuna**). Azken gaitasun hori are gehiago landuko da ikasleak ariketa fisikoa gogoz egiten badu, jarduera fisikoa ondo baloratuko baitu. Harrapaketa arituta, ikasleek erabakiak hartu behar izaten dituzte: nor harrapatu, nondik egin ihes edota lasterketako abiadurari lotutako estrategiak hartzea; nor bere autonomia lantzen du horrela (**norberaren autonomiarako eta ekimenerako gaitasuna**).

Era berean, ikasleek gainerako ikaskideak errespetatzeko eta onartzeko irizpide sozialei jarraitu behar diete (**herritartasunerako gaitasuna**), curriculumean sustatuta bezala: jokalariek elkarrekin eta harrapaketa aritzeko jokoaren rolak eta aldaketak onartuko dituzte, eta herritartasun eredu bati jarraituko diete beti. Eredu horren premisa nagusiak inklusioa eta tolerantzia izango dira.

Beste ikuspegi batetik, harrapaketa aritzea sorkuntza kulturala da, ondare ludikoa eta motorra. Horretan ikastean, gure aiton-amonen kultura ikasten dute, Europako eta Euskal Herriko kultura tradizionala (**kultura humanistiko eta artistikorako gaitasuna**). Ikasgai honetarako altxor kulturala da, Atxagaren testuak literaturarekin loturiko irakasgaietarako altxor diren bezalaxe. Hala, eskolan harrapaketa ikastean, ikasleek kanpoan jokatze aukera gehiago izango dituzte, eta arauok beste joko batzuetan ere aplikatuko dituzte; esaterako, armiarma-jokoan (**ikasten ikasteko gaitasuna**).

Korrespondentzia maila txikiagoa dute beste gaitasun batzuk, irakasleari lan osagarria eskatzen diete eta gaitasun motorretik aldendu egiten dira. Irakasleak harrapaketa ateratako izerdia azaltzeko gorputzaren termorregulazio printzipioa balia

dezake (**zientzia-gaitasuna**), pultsometroa erabiltzea bihotzaren maiztasun bariazioa neurtzeko partidetan edota garai bateko komunikabideetako harrapaketa-irudiak lortzea (**informazioa tratatzeko eta teknologia digitala erabiltzeko gaitasuna**), baita jokalaria zenbat aldiz harrapatu dituzten batez bestekoa, moda eta mediana kalkulatzeko (**matematikarako gaitasuna**).

Hori guztia dela eta, irakasleak edukiak aukeratzeak zer-nolako garrantzia duen jakin behar du –kirola, jokia edota ariketa– gaitasun bakoitza jorratzeko garaian.

Honako taula honetan, oinarrizko gaitasunen korrespondentzia-maila daukazue, **gorputz-hezkuntzako ikasgaiaren helburuekin**:

	Kultura eta zientzia gaitasuna	Matematikarako gaitasuna	Hizkuntza komunikaziorako gaitasuna	eta teknologia digitaletarako gaitasuna	Kulturarako eta arteetarako gaitasuna	eta herritartasunera	ikasten ikastea	Autonomia
Gorputz-hezkuntzaren helburuak	X	O	O	O	X	X	X	X
<ul style="list-style-type: none"> • Korrespondentzia maila handia X • Korrespondentzia maila txikia O 								

Hezkuntzako ebaluazioaren oinarria jarrerak heztea da, baina portaerak ebaluatzea ere bai; hau da, pertsonak hezten dira, baina **behatutakoa ebaluatzen da**. Printzipio hori harrapaketan aritzeari aplikatzen badiogu, behatu eta aztertu beharko da zer-nola jokutzen den harrapaketan –korrika egiteko modua, ihes egitekoa, harrapatzekoa–, ikasleak zenbateraino gozaten duen jokutzen, erabakiak hartzeko unea: nor harrapatzen duen, nondik egiten duen ihes, zer estrategia hartzen dituen. Era berean, ebaluatu beharko da parte-hartzaileek gainerako ikasleen errespetua eta onarpena baliatzen ote dituzten irizpide sozial gisa, curriculumean sustatuta bezala. Ebaluazioaren zailtasunak irakasleari eskatzen dio ikasgelan gertatzen dena **modu sistematikoan behatzea**. Gutxien lotutako gaitasunak jorratuta kalifikazioa erraztuko dugu, baina gaitasun motorra alde batera uzteko arriskua izango genuke, bai eta beste gai eta diziplina batzuetan sakonago landutako hobekuntzak gehiago lantzekoa ere.

Hurrengo taulan **ebaluazio-irizpide baten eta bere adierazleen arteko harremana islatuko dugu**, baita **erreferentzia egiten dion helburua eta helburu hori garatzeko bidean lantzen diren oinarrizko gaitasunak** ere.

Bigarren hezkuntzako hirugarren ikasturteko adibidea.

Ebaluatzeko irizpideak	HELBURUAK	GAITASUNA
<p>6. Dantzak egitea bikoteka edota taldeka, edozer taldekiderekin, errespetua eta autonomia erakutsita.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 6.1. Ikaskideekin elkarreraginean jarduten du, eta haietako bakoitza errespetatzen du. Bakoitzaren ezaugarrietara egokitzen da. ▪ 6.2. Dantza errazak egiten ditu talde txikietan, kutsu adierazkorra ematen dio dantzari eta gainerako kideetara egokitzen du saioa. 	<p>3. Errendimendu motorraren aukerak ugaritzera bideratutako ekintzak, baita osasunerako baldintza fisikoak hobetzera bideratutakoak edota gorputza egokitzeko, menderatzeko eta kontrolatzekoak ere; guztia ere, autoexijentzia jarrera izanik.</p> <p>10. Jarduera adierazkorrak musikarekin edo gabe praktikatzea edota diseinatzea, gorputza sormenezko komunikazio eta adierazpide gisa erabilia, sormenezko mugimendua garatuta dantzen eta errepresentazio indibidual eta taldekoen bidez.</p> <p>12. Beste kultura batzuetako tradizioen balio soziokulturalaz jabetzea, euskal kulturaren eta gainerako balioak errespetatzeko eta baloratzeko; horretarako, dantzak, jokoak eta adierazpide tradizionalak erabiliko ditugu, herri-kutsua dutenak.</p> <p>13. Joko mota, kirol-jarduera eta dantza desberdinak ikertzea, modu autonomoan aukera gehiago izateko hainbat informazio-iturri baliatuta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Zientzia, teknologia eta osasun kulturarako gaitasuna. ▪ Gizarterako eta herritartasunerako gaitasuna. ▪ Kultura humanistiko eta artistikorako gaitasuna. ▪ Norberaren autonomiarako eta ekimenerako gaitasuna. ▪ Ikasten ikasteko gaitasuna.

5. ORIENTABIDE DIDAKTIKOAK

Gaitasunak oinarri dituen irakaskuntza kontzeptuak **metodologia aldaketak** eskatzen ditu. **Bizitza errealetik gertu dauden egoerei eta arazoei** erantzutea lortuko duten irakasbideak baliatzea esan nahi du; horrek esan nahi du eduki eta metodo tradizionalak berrikusi beharra dagoela, batzuetan ikasleen errealitateak aldentzen badira ere.

Gaitasunetan oinarritutako ikuspegiak ikasketa-prozesuaren **planteamendu globalizatzailea** eskatzen du, nahiz eta errealitateak erakusten duen gorputz-hezkuntzak beste ikasgai batzuetatik isolatuta lantzen dituela gaitasunok, oro har. Alde horretatik, interesgarria da gainerako ikasgaiekin koordinatuta lan egitea, gaitasun orokorrak garatzeko. Esate baterako, ikastetxeak kontsumo jasangarriaren inguruko jardunaldia antolatzen badu, objekturik erabiltzen ez duten jarduera motorrak balia daitezke, edota berriro erabilitako objektuak baliatzen dituen. Ingurumenari eskainitako astean, ostera, naturarekin harreman orekatua izateko moduko egoera motorrak antola daitezke.

Irakasleek sustatuko dituzten jakintzen, ohituren eta jarreraren bidez, ikasleak gaitasun handiagoak izango dituzte inguru sozial jakin baten barruan. Horretarako, irakasteko eta ikasteko estrategiak diseinatu beharko dituzte, **gaitasunak garatzen eta egoera errealetara transferitzen lagunduko dutenak**.

5.1. METODOLOGIA

Gaitasunak garatzeko **metodologia globala** behar da batez ere, egoerei konponbideak topatzea, aurkikuntza eta edukien arteko harremanen ezarpena oinarri izango dituen, beste hainbaten artean.

Gorputz-hezkuntzan tradizio handia dago **irakaskuntza metodo eta estrategiak aplikatzeko**, gaitasunak garatzeko egokiak eta ezinbestekoak.

Gaitasunak lantzeko **metodo bakarra ez badago ere**, atal honetan esanguratsuenak eta nabarmenenak azalduko ditugu.

Problemetan oinarritutako ikaskuntza

Aurkikuntza gidatua oinarri duen metodologia didaktikoa da; ikasleak ezagutza poliki-poliki eraikiko du, irakasleak planteatu dion problema oinarri hartuta. Irakasleak prozesu osoan lagundu beharko dio ikasleari.

Oro har, **konponbideak bilatu** beharko dituzte. Konponbiderik egokiena lortu ostean, gainerako ikaskideei azalduko zaie, simulazio edota erakusketa baten bidez.

Amaitzeko, emaitza eta prozesu osoa **ebaluatuko** dira. Fase honetan modu aktiboan parte hartzen dute ikasleek eta irakasleek; ikasleek, halaber, beren prozesua ere ebaluatuko dute, baita ikaskideena eta irakaslearena ere.

Gorputz-hezkuntzan, metodologia hori modu inplizituan behin baino gehiagotan ageri da; izan ere, joko edota jarduera askok eta askok gainditu beharreko egoerak izaten ditu: mendian egindako txango bat, pilota-partida bat, esku-joko ariketa edota koreografia bat.

Proiektuen metodoa

Ikasleei **produktio bat eginaraztea da**, helburu funtzionala izango duena. Ikasleek ikusi behar dute egiten ari direna ez dela ikaskuntza abstraktua eta errealitatearekin loturarik gabea; aitzitik, helburu edo xede garbia duela.

Ikasleek **proiektua aukeratzen laguntzea komenigarria da**; alegia, euren delaren pentsaraztea.

Proiektu batek diseinua eta plangintza kontuan hartu behar ditu, baita emaitza edota produktua aurkezteko proposatutako lanak betetzea ere. Azkenik, prozesu osoa eta emaitzak ebaluatu behar dituzte, bai ikasleek, bai irakasleak.

Proiektua egiteak, horrez gain, ikasleen beharra nabarmentzen du proposatutako helburua lortzeko estrategiak ikas ditzan, eta horrek motibazioa eskatzen du modu inplizituan.

Proiektuen metodologia hainbat esparrutan aplikatu daiteke. Barneko proiektuak egin ditzakegu, eta esparrua irakasgai bera izango da. Era berean, ikasgai eta irakasle gehiago inplikaturiko dituzten proiektuak ere planteatu ditzakegu. Beste aukera bat udalerrira edota auzoa inplikaturiko dituen proiektu bat planteatzea da, baita ikastetxe bat baino gehiago inplikaturiko dituen ere.

Esate baterako: ikuskizun koreografiko, dramatiko edota zirku bat antolatzea, beste ikastetxe batzuetako ikasleekin batera interpretatzeko, edota kontsumo murrizteko proiektuetan parte hartzea, objekturik erabiltzen ez duen edota birziklatutako objektuak bakarrik erabiltzen dituen zereginak antolatuta.

Ikasketa kooperatiboa

Ikasketa kooperatiboaren bitartez, ikasleak elkarrekin lankidetzan arituko dira, eta beren ikasketaren ardura ez ezik, ikaskideena ere edukiko dute.

Lehiaketak baino kolaborazioak du lehentasuna; norberaren arrakasta taldearen arrakastaren mende egongo da, eta, taldeak arrakasta lortuko badu, taldekide bakoitzak lan egin behar du.

Oro har, talde txikietan egiten da lan, eta ikasgelaren heterogeneotasunaren arabera antolatzen dira taldeok; (errendimendua, sexua, talde sozialak, etab.) hartzen dira kontuan.

Hainbat egoera planteatu daitezke: ikasleei elkarrekin lankidetzan aritzeko egoerak proposatzea, edota ikasleek ikasten elkarri laguntzeko jarduerak egitea.

Ikasketa-kontratua

Edozer jokotan zein kiroletan arauak ezartzeak eta onartzeak nolabaiteko kontratua esan nahi du.

Hori horrela izanik, ikasketa-kontratua **ikasleen eta irakaslearen arteko hitzarmen formal** gisa ulertzen da; bertan, zer eta nola ikasi erabakitzen da, eta prozesuaren baldintzak eta ebaluatzeko irizpideak ere ezartzen dira.

Kontratuek ikasleen lan autonomia eta arduratsua sustatzen dute, eta, horrez gain, ikasleen eta irakaslearen arteko harremana ere ahalbidetzen dute.

Kontratu batean honako elementu hauek agertuko zaizkigu:

- Helburuak.
- Erabili beharreko estrategiak.
- Erabili beharreko bitartekoak.
- Lanen kronograma.
- Kontratua ebaluatzeko irizpideak.

Proposamen horiek ez dira baztertzaileak euren artean, osagarriak baizik. Esate baterako, ikasketa-kontratu bat sinatuko dugu proiektu baten helburuek eta edukiek lankidetzaren sustatzen badute, ikasleentzako interesgarri diren problemak edo egoerak oinarri hartuta.

5.2 IRAKASLEEN ETA IKASLEEN EGITEKOA

Zer aldaketa proposatzen ditu gaitasunetan oinarrituriko ikuspegiak, irakaslearen eta ikasleen egitekoari dagokionez?

Gaitasunetan oinarritutako ikuspegiak **ikasleen partaidetza** sustatzen duen irakaskuntza-eredua bilatzen du. Eredu-aldaketa honen bitartez, transmisio-ikasketatik (ikasleak amaitutako ikaskuntza jasotzen du) ikaskuntza aktibora igaroko gara (ikasleak ikasitakoa eraiki egiten du).

Irakaskuntzaren ikuspegi eraikitzailea du oinarri, eta irakasleak zuzendari lanak gutxiago egitea inplikatzeko du. **Irakaslea** ez da izango prestatutako jakintzen igorle, baizik eta **gidari** lanak egingo ditu, ikasleak motibatuko ditu eta ikaskuntza-prozesuan ikasleei lagunduko die.

Hori horrela izanik, ikasgaiaren ezaugarriak aintzat hartuta, gorputz-hezkuntzako irakasleak posizio ezin hobea edukiko du; izan ere, egoera motorren ezaugarriak direla eta, irakaslea izango da jarduerak proposatzen dituen gida, eta ikasleek, berriz, modu aktiboan parte hartuko dute jarduerotan, eta beren bitartekoak kudeatu beharko dituzte.

Ikasleak lan bat egiteko modurik onena zein den barneratuko du, eta ikasleak berak aztertu, antolatu, probatu eta balioetsi beharko ditu jarduera hori egiteko modurik onenak.

«Zerbait esanez gero, ahaztu egingo dut; irakatsi zerbait, eta gogoratuko naiz. Baina egin nazazu zerbaiten partaide, eta ikasi egingo dut.»

Confucio.

Zein da irakaslearen egitekoa?

- **Jardunari buruz hausnartzea eta gorputz-hezkuntzako gainerako irakasleek egiten dituzten jardunbide egokiak identifikatzea.**

Irakasleek beren jarduna aztertu behar dute, hausnarketak egin, eta beste irakasle batzuen jardunarekin alderatu; horrez gain, adituen proposamenak ere aintzat hartu beharko dituzte, eta, horretarako, ikuspegi edota planteamendu berritzaileak ezagutzeko bideak baliatuko dituzte.

- **Gainerako irakasleekin koordinatzea.**

Garrantzitsua da gaitasunak garatzea oinarri duen ikuspegian ikasgai guztietako irakasleak koordinatuta aritzea, gaitasunok elkarrekin lantzeko.

Ildo beretik, ikastetxe bereko gorputz-hezkuntzako irakasle guztiak koordinatuta aritzea ere garrantzitsua da, ikastetxe horretan ikasleek jasoko duten hezkuntza-ibilbideari nolabaiteko koherentzia emateko.

- **Irakaskuntza eta ikaskuntza prozesua antolatzea, ikaslearentzako moduko ikasketak-egoerak edota -erronkak planteatuta.**

Ikastetxearen eta ikasleen aldez aurreko azterketa egin ostean, irakasleak ikasleetatik gertuen dauden interesak eta motibazioak zein diren planteatu beharko du, gaitasunak ahalik eta ondoen garatzeko. Komenigarria da ikasleek jarduerok aukeratzen parte hartzea.

- **Ikasleei prozesu osoan laguntzea.**

Irakasleak ezagutzaren eta ikasleen arteko bitartekari izango dira aurrerantzean, eta prozesua proposatu, gidatu eta orientatuko du. Hala, prozesu horren dinamizatzailerola izango du irakasleak; hau da, ikasleek garatu beharko duten prozesuaren kontrola izango du.

- **Ikasleen desberdintasunak aintzakotzat hartzea.**

Ikasleen heterogeneotasunak eta aniztasunak beharrei eta ezinegonei erantzuna ematea eskatzen du, eta erantzun hori eguneroko jardunean nabaritu behar da. Jardun horrek, halaber, ikasle guztien gaitasunak gararazi behar ditu.

- **Ikasleak motibatzea eta gorputz-hezkuntzaren aldeko jarrera positiboak sustatzea.**

Nerabetan, ikasleek jakin-mina eta mundua deskubritzeko gogoia izaten dute, eta jakin-min natural hori indartu egin behar da aldaketa metodologiko baten bidez; aldaketa horrek, halaber, modu positiboan eragin behar du ikasleen motibazioan, bai jardueraren hasieran, bai jarduera egin bitartean. Irakasleak motibazioa indartzen egingo du etengabe lan, batez ere moteldu egiten direla ikusten duenean; hala, motibazio falta zerk eragin duen aztertuko du (aukeratutako edukiek, metodologiak, lanen zailtasunak, lanen aniztasunak, etab.).

Ariketa fisikoa da gure jardunaren ardatza, eta, hori horrela den aldetik, ariketa fisikoaren aldeko jarrera sustatu behar dugu ikasleen artean. Horretarako, ikasleei egindako proposamenek, funtzionalak izateaz gain, plazera eta atsegina eragin behar diete.

- **Harreman sozialak erraztea.**

Afektibotasuna, elkarbizitza eta errespetua sustatu behar dira, taldeko harremanak erraztuko dituen eta kolaborazio-giroa sustatuko duena. Horrek eragin positiboa izango du ikaskuntza-prozesuan.

- **Norberaren autonomia eta erregulazioa sustatzea.**

Irakasleek etengabe sustatu behar dute ikasleen autonomia, eta beharrezko bitartekoak eta orientabideak eman behar dizkiete.

- **Irakaslea ikasleentzako erreferente izango da.**

Jakin badakigu jarrera positiboa eta motibazioa izanda jarrera hobe lortzen dela ikasleen aldetik. Hori dela eta, irakasleak jarrera dinamikoa eta parte-hartzailea izan behar du, eta, horri esker, ikasleek erantzun positiboagoa izango dute.

- **Ikasleei egitekoen helburua adieraztea.**

Ikasleen beti jakin behar dute ariketa bakoitza zertarako egiten den; horri esker, beren egitekoaren funtzionaltasuna ulertuko dute.

Era berean, ikasleek uneoro jakin behar dute zer espero dugun haiengandik planteatutako ariketak egitean. Horretarako, helburuak proposatu behar dira, eta **zer**, **nola** eta **zertarako** ikasiko duten zehaztu behar da. Horrez gain, ikasleek ebaluazio-irizpideak eta -adierazleak zein izango diren jakin behar dute, ikaskuntza-prozesua barnera dezaten.

Eta ikasleek?

- **Prozesuarekin konprometitzea.**

Ikasleek prozesuan inplikatu eta konprometitu behar dute, jarrera positiboarekin. Irakaslearekin adostutako kontratu didaktikoak erabiltzeak konpromiso horri lagun diezaioke.

- **Erantzukizun eta autonomia handiagoa lortzea.**

Ikasleak erantzukizun handiagoa hartu behar du prozesu osoan, prozesuaren subjektu aktibo diren aldetik. Prozesua planifikatzen, antolatzen eta kudeatzen jakin behar dute, proposatutako helburuak lortzeko.

Horretarako, modu aktiboan parte hartu beharko dute prozesua eta beren burua erregulatzeko egitekoetan; esate baterako, autoebaluazioaren edota koebaluazioaren bitartez.

- **Elkarri laguntzea.**

Talde-lanaz gain, berdinen arteko tutoretzak ere sustatu behar ditugu. Ikasleen heterogeneotasuna aintzakotzat hartu behar da, eta interes zein gaitasun desberdinak dituzten ikasleen arteko kolaborazioa posible egin behar dugu, elkar laguntzeko eta errespetatzeko.

5.3. IKASGELAREN KUDEAKETA

Nola kudeatu behar da ikasgela?

Gorputz-hezkuntzaren ezaugarriak direla-eta, ikasgela lanak kirolegiek, mendiak, itsasoak, ibaiek edota parke bateko arbolek egin ditzakete; hau da, saioak egiteko moduko ikastetxe barruko edo kanpoko edozer espaziok. Gorputz-hezkuntzako eskoletan esku hartzen duen taldeak sistema sozial murriztua baina konplexua osatzen du, elkarren artean eragiten duten banakoz osatua. Sistema horrek ondo funtziona dezan, honako puntuak jarrai ditzakegu:

- **Eskolak parte hartzeko espazio demokratiko bilakatzea.**

Instalazioek banako guztien parte-hartzea bermatu behar dute, eta aniztasuna errespetatu ere bai. Hala, kide guztien iritzia elkarrekin bizitzeko moduko espazio demokratiko bilakatuko dira.

Ikasleek taldea antolatzen eta funtzionatzen parte hartu behar dute; funtzionamendu-arauak negoziatuko eta erabakiko dituzte, eta betetzen direla egiaztatuko dute. Alde horretatik, adostutako arauak erabiltzeak eta kontratu didaktikoak bitarteko interesgarria dira.

Helburu bera lortzeko bide asko dagoenean, ikasleek edukiak aukeratzeko prozesuan parte hartu ahal izatea garrantzitsua da; edukiok, hartara, taldearen errealitatetik gertuago egongo dira, eta prozesuan gehiago konprometituko dira ikasleak.

- **Klima afektibo positiboa lortzea.**

Klima afektibo positiboa faktore garrantzitsua da irakaskuntza eta ikaskuntza prozesuetan. Hori dela eta, irakaslea ikaskide guztien artean giro atsegina lortzeko saiatuko da; horretarako, ikasleen beharrak, zaletasunak eta abilezia-mailak aintzakotzat hartuko ditu, eta bakoitzaren zailtasunak ere errespetatuko ditu. Era berean, guztien partaidetza sustatuko du, iritzi-trukea, etab.

- **Motibazioa etengabe bilatzea.**

Irakaskuntzan ikuspegi irekia erabiltzea da ikasleen motibazioari gehien laguntzen dioten alderdietako bat; hau da, ikaskuntza kudeatzeko prozesuan ikasleari autonomia handiagoa ematen diona. Autonomia sustatzen duten ikaskuntza-estiloak egiten diegu erreferentzia, egoerei konponbide topatzea ardatz duten irakaskuntza-estrategiak, sormena inplikatzeko duten egitekoak txertatzea, etab.

Askotariko lanak egitea eta egoera desberdinak bilatzea da klima positiboa sortzen laguntzen duen beste elementu motibatzaile bat. Aniztasun hori lanak edota saioak diseinatzean bilatuko dugu, baita unitate didaktikoak prestatzean ere.

Azkenik, egiteko ludikoak ere motibatzaile onak dira, eta, gorputz-hezkuntzak era honetako ariketa ugari eskaintzen duenez, aprobeixatu egin behar dira.

- **Ikasleen desberdintasunak aintzakotzat hartzea.**

Pertsona bakoitzaren berezitasuna aintzat hartu behar da, baita bere aukerak eta mugak ere; hori dela eta, desberdintasun fisikoak, motibazio-aniztasuna eta sentsibilitateak kontuan hartuko ditu, baita osasun-arazoak, desberdintasun sozialak, taldean integratzeko zailtasunak, eta abar ere.

- **Genero kontuengatik sortutako diskriminazioa deuseztatzea.**

Hainbatetan, gorputz-hezkuntzak eta eskolek, oro har, gizarteko rol sexistak sustatzen dituzte, batzuetan modu esplizituan, beste batzuetan ezkutuan. Irakasleak esku hartu behar du hegemonia maskulinoaren alderdi kulturalak murrizteko, eta proposatutako jardueretan eta jarduerokin lotutako portaera sozialetan generoa aintzat hartu behar du.

Horrekin loturik, edukietan paritatea eta tankerako kontzeptuak kontuan hartu behar dira. Horretarako, curriculumak aberastu egin behar da tradizionalki neskentzat ezarri ohi diren jarduerak txertatuta; bestalde, generoa zehaztu gabe duten edukiak aukeratuko ditugu eta mutilentzat diren edo hartu izan diren jarduerak gehiegi agertzea ere saihestu egin behar da.

Esate baterako, kooperazioa eta oposizioa lantzeko egoera motorrak proposatzeko garaian tradizioz mutilek praktikatu ohi dituzten kirolak aukeratzeko badira, ziur aski neska-mutileen artean jakintza eta praktika mailetan tarte handia sortuko dugu, gainditzen zaila izango dena. Kasu horietan, generoa hain definituta izan ez duten edukiak erabiltzea komenigarria da, hasierako maila antzekoagoa izan dadin. Esate baterako, futbola proposatu ordez, brilea proposa daiteke. Biek ere kooperazio eta oposizio egoerei egiten diete aurre, baina futbolak kutsu maskulinoa du; brileak, berriz, mistoa.

- **Kooperazio-lana erabiltzea/sustatzea.**

Gurearen tankerako gizarte indibidualistan lan kooperatiboa sustatzeak duen garrantzia begi bistakoa da.

Lan kooperatiboak helburu bera duten jarduerak sustatzen ditu talde barruan; jarduera horietan ez dago gainditu beharreko lehiakiderik, eta kide guztiek elkarrekin lan egiten dute helburu bera lortzeko. Koreografiak, akrosport, naturan egindako jarduerak, gorputz-adierazpen jarduerak, eta abar egokiak dira lankidetzajardunerako.

5.4. ESPAZIOA ETA DENBORA.

Nola banatuko ditugu saioak astean zehar?

Ikastetxearen errealitateak bide ematen duen heinean, aste barruko gorputz-hezkuntzako saioak hainbat unetan egingo dira, eta ordutegi osoa astean saio bakarrean ez egituratzen ahaleginduko gara. Era berean, jatorduen ostean ariketa-saioak egitea saihestu behar da, oinarrizko osasun-ohiturak errespetatze aldera.

Zertan eman behar da denbora?

Ikasgaiaren ardatza **prozedura motorrak** dira; hori dela eta, arriskuak saihesteko arauen azalpenek eta segurtasun-jarraibideek laburrak behar dute izan, argiak, eta saioaren hasieran eman behar dira, ahal dela.

Ikasgaiak ordu gutxi dituela kontuan izanda, **beste ikasgai batzuekin koordinatzea** komeni da, eta haien esku uztea gorputz-hezkuntzarekin lotutako hainbat kontzeptuzko eduki; hala nola, ezagutza fisiologikoak eta anatomikoak, kalkulu matematikoak, irakurketak, eraikuntza teknologikoak, eta abar.

Zer aukera daude espazioarekin?

Saioak bi espazio-motatan antola ditzakegu. Alde batetik, espazio egonkor bat; hau da, gimnasioa, patioa, kiroldegia... Gorputz-hezkuntzan presentzia handiena horrek du. Bestetik, espazio ezegonkorra, etengabe ikasleari egokitu beharrekoa; inguru naturala izango litzateke. Espazio mota hori batzuetan ahaztu egiten dugu, baina afektibotasuna lantzeko eta erabakiak hartzeko aberastasun handia dauka.

Parkeak eta lorategiak baliatuta, natur ingurunean ordeztu ahal izango ditugu, eta, hala, joan-etorriek eragiten dituzten zailtasunak saihestu. Hiriguneek, berdeak izan ez arren, egoera egokiak planteak ditzakete egokitzeko gaitasuna lantzeko.

Era berean, ikastetxeak ez diren beste instalazio batzuetan saioak egiteko aukera ere aztertu beharra dago; esate baterako, igerilekuetan, skate pistetan, eskalada-murruetan, eta abarretan. Horietan guztietan, eskola-jarduna aberasteaz gain, ikasleei aisialdirako alternatibak eskainiko dizkiegu.

Hainbatetan, espazioak beste talde batzuekin partekatzeko beharrak espaziook egokitu beharra ekarriko du, propio diseinatutako jardueretarako erabiltzen ez direnean, batik bat. Horrenbestez, ikastetxeak patioa frontoi bilaka dezakegu, eta ikastetxeak eskaileretan rapelatzen ikasiko dugu.

Nola antolatu ikasgela?

Irizpide orokor gisa, taldeak egiteko garaian ikasleen **heterogeneotasuna** errespetatu behar dugu. Dena den, hainbatetan ikasgela exekuzio edota abilezia mailaren arabera ere antolatuko dugu, baita interesen, eta abarren arabera ere.

Espazioa eta denbora antolatzeko modu ugari daude helburuaren arabera, eta, hala eginez gero, bitartekoak optimizatuko ditugu ikasle guztiei erantzuteko.

Ikasleek modu indibidualean lan egiten dutenean, antolaketa modu tradizionalen planteatu ahal izango dugu, baldin eta guztiek jarduera aldi berean

egiten badute, edota egoera indibidualizatuak planteatuko ditugu baldin eta taldeko kide bakoitzak bere beharretara egokitutako ariketa egiten badu.

Ikasleak gainerakoekin harremanetan dauden egoeretan, talde murrizetan lan egiteak ikasleen arteko elkarreragin maila handiagoa emango du, proposatutako helburua lortzeko. Aukera horren bidez, erritmo, maila eta bestelako hainbat faktoreetara egokituko gara.

Beste lan mota bat estazioen edota espazio berezituaren arabera egindako lanak dira; horietan, gizabanako edota talde txiki bakoitzak lan bat edukitzen du, eta denbora-tarte baten ostean ikasleak txandakatu egiten dira, harik eta egiteko guztiak egin arte.

Nola egituratzen da saioa?

Oro har, saioak hainbat zati edo unetan antolatu izan ohi dira; hasierako aktibazio eta motibazio zatia, erdigunea edo zati nagusia, eta azken zatia.

Hasierako zatiak hainbat xede ditu:

- Ikasleei landu beharreko saioaren helburuak eta dinamika jakinaraztea, asmoak argi zehaztuta. Fase honetan, gainera, ikasleen motibazioa ere bilatzen da saioari begira.
- Era berean, une honetan ikasleak poliki-poliki fisikoki aktibatzea lortu nahi da; oro har, intentsitate apaleko ariketekin hasten da, eta pixkanaka handitzen joaten da.

Saioaren zati nagusia izaten da zabalena, eta garatu beharreko helburuen eta edukien mende egongo da.

Programatzeko garaian, maiz arreta txikiagoa eskaintzen zaio saioaren amaierako zatiari. Fase honetan, helburuak saioan sortutako tentsioa murriztea izan liteke; bai maila fisikoan, bai psikikoan. Halaber, helburua saioaren egitura orokorraren eta egindako lan motaren arabera izango da.

Azken zati horri dagokionez, hauek dira jarduerarik ohikoenak:

- Intentsitate apaleko ariketak, gastu energetiko handia eskatzen ez dutenak eta batez ere ludikoak direnak, baita erlaxazio, masaje, arnasketa-kontrol eta tankerakoak ere.
- Hausnarketa, iritziak partekatzea edota trukatzeko; talde handietan edota txikietan egitura liteke. Iritziak partekatzeak hainbat helburu izan ditzake: saioan izandako ikasketak sendotzea, esperientziak trukatzeko, hainbat prozeduraren bidez egindako lanak ebaluatzea (koebaluazioa, autoebaluazioa...).
- Hurrengo saioa aurkeztea eta onartzea.

5.5 BALIABIDEAK ETA MATERIALAK.

Gorputz-hezkuntza irakasteko, hainbat praktika motorrek ez dute materialik edota objekturik eskatzen; beste batzuek, aldiz, bai. Ikaskuntza-prozesuaren momentu bakoitzean esleitutako funtzioak eta planteatutako helburuek baldintzatuko dute baliabideen eta materialen erabilera. Esate baterako, helburua kontsumo iraunkorraren gainean hausnarketa sustatzea bada, saio honetan materialik ez erabiltzea baino hoberik ez dago; bestalde, helburua kultura tradizionalaren berri ematea bada, kultura horretakoak diren objektuak baliatzea egokia litzateke.

Teknologia berriek zer aukera ematen dute ikasgai honetan?

Teknologia etengabe aplikatzen zaie ariketa fisikoko eta kirol jardueretako objektuei. Teknologia berriak erabiltzen dira; esaterako, etengabe planeatzen duten disko hegalaria arinak erabiltzean, azken belaunaldi digitaleko GPSak baliatzean, karbonoz sortutako eskietan, koreografiatarako mp3ak edota iPodak erabiltzean, edota aerobic saioetarako *step*ak erabiltzen direnean.

Osagarri gisa, material teknologikoa balia daiteke praktika motorretarako beharrezkoak diren kontzeptuak **azaltzen laguntzeko**; esaterako, jokoaren arauak edota segurtasun neurriak. Lan horietarako, arbel digitalek edota kanoiek lagun dezakete.

- Arbel digitala aurkezpenen bidez gaiak aurkezteko eta garatzeko erabil liteke (PowerPoint tankerakoak), irudiekin eta bideoekin lagunduta.
- Jokoak eta ariketak garai batean arbel tradizionaletan azaltzen ziren moduan azal daitezke.
- Aurretik egindako ariketen edo lanen irudiak proiektu litezke, aztertzeko edota ebaluatzeko.

Ikasgelan egindako ariketak, koreografiak eta tankerakoak grabatzeko bideokamera digitala erabiltzeak, erreminta motibatzailea izateaz gain, ikasleak ebaluatzeko lana errazten du.

Gorputz-hezkuntzako eskoletarako daukagun ordutegi murrizta osatzeko, Internetek hainbat bitarteko eskaintzen dizkigu eskola orduetatik kanpo baliatzeko. Horrekin loturik, Webquest, altxorraren bila eta tankerako online aplikazioak erabil ditzakegu kontzeptuzko edukiak lantzeko.

Bestalde, interesgarria da gorputz-hezkuntzarekin lotutako blog bat sortzea ikastetxean, eta bertan argazkiak, bideoak, oharrak, eta abar argitaratzea. Edonola ere, kontuan hartu behar dugu ikasleen irudiak Interneten zintzilikatzea oso gai sentikorra dela, eta ikasleen, irakaslearen eta gurasoen adostasuna eduki behar dela.

Halaber, posta elektronikoa ere gaur egun ohiko komunikazio-erreminta da, eta ikasleekin erabil dezakegu.

Nola egin aurre material urritasunari?

Oinarrizko materiala ez edukitzeak, ariketen aukeraketa murrizten badu ere, **ez litzateke aitzakia izan behar** esperimentazio praktikoa bideratzeko. Ariketa fisikoen aberastasuna eta ugaritasuna kontuan hartuta, joko askok eta askok ez dute inolako objekturik edota materialik behar.

Beste ikuspegi batetik, hainbat eratako materialak birziklatzeak eta berrerabiltzeak lan-aukera handiak ematen ditu gorputz-hezkuntzako ikasgelan. Ikasleak era honetako materialak sortzen inplikatzeari aukera interesgarria da: erratz bat *stick* bihur genezake; eskoba-kirtena, berriz, pika edota jabalina, etab.

Kirola praktikatzeko material tekniko eta espezifikoko ugari dagoen arren merkatuan, aukeran hobe da erabilera anitzeko materiala aukeratzeari, jarduera aukeratzeko baldintza gutxiago ipintzen baitute.

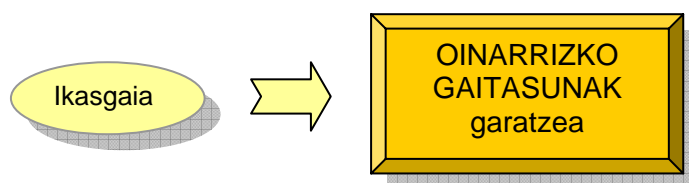
Materialak aukeratzeko garaian, itxura eta funtzio aniztasuna hartuko dira kontuan. Erabilera jakin baterako diseinatuak izangatik ere, beste ariketa batzuetarako ere erabil daitezkeen materialak hobetsiko ditugu. Tennis-pilota batek beste joko edota kirol batzuetarako ere balio du (esku-pilota, pala, beisbola, etab.), baita masajeak emateko, petankan aritzeko edota espazio jakin bat mugatzeko ere.

5.6 JARDUEREN ANTOLAMENDUA

Nola planteatu ikasgai honetako ariketak gaitasunak kontuan hartuta?

Ariketak planteatzeko, gorputz-hezkuntzaren ikuspegi eksklusiboa balia dezakegu, baina baita diziplina-arteko ikuspegia ere.

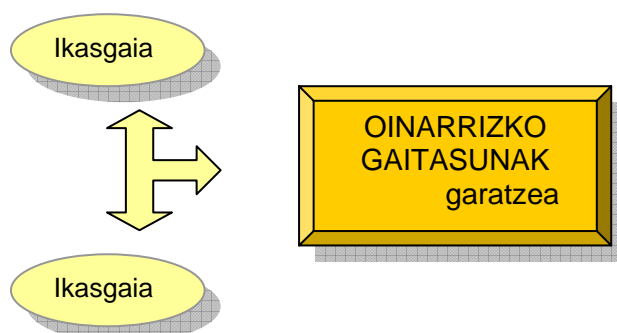
Lehendabiziko ikuspegian, ikasgaia bilakatzen da **ardatz** oinarrizko gaitasunak garatzeko. Gorputz-hezkuntzatik abiatuta ikaskuntza testuinguruak edota egoerak nola sortu planteatzea da, guztia ere oinarrizko gaitasunak garatzen laguntzeko ideia horren inguruan programazioa egituratuta.



Baina, era berean, diziplina-arteko ikuspegia ere eman diezaiokegu gorputz-hezkuntzari, beste ikasgai batzuetako irakasleekin batera, eduki jakin batzuk ardatz hartuta. Gorputz-hezkuntzan, beste ikasgai batzuetan landu ahal eta ohi diren edukiak lantzeko ardura hartu dugu geure gain, jarduera motorrari eskainitako denbora kenduta.

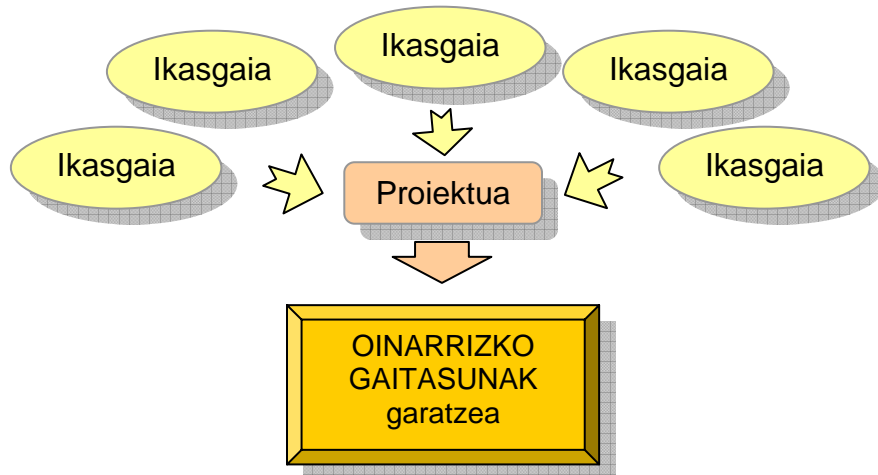
Irakasleen arteko koordinazioa lortuta, ikasgai guztietako ikaskuntza hobetuko genuke; esate baterako, natur zientzietan zirkulazio-sistemeekin eta sistema energetikoekin lotutako edukiak lantzen badira, gorputz-hezkuntzan jakintza horiek energia erretzen duten ariketak baliatuko ditugu (adibidez, harrapaketa aritzea, esku-jokoak, pultsazioen bidez erritmoa kontrolatzea...). Hala, ikasgai guztietarako lortuko dute onura irakasleek.

Kolaborazio-proiektua egiteko aukera ikasgai guztietara hedatzen da; gizarte zientziak, matematika, etab.



Beste aukera bat hainbat ikasgairekin batera kolaborazio-lana egitea da, eta **proiektutako lanaren** ideari loturik legoke. Kasu honetan, maila edota ikasturte bereko irakasleak koordinatu beharra dago, eta helburua proiektu orokorrak edota

diziplina-arteak antolatzea izango litzateke; horietan, ikasgaiak koordinatuta landuko dira, eta interesgune jakin bat hartuta antolatuko dituzte. Ikasgai bakoitzeko irakasleek gaia beren ikusmoldetik jorratuko dute, eta diziplina anitzeko hurbilketa egingo dute, bizitzan gertatzen den moduan. Horren guztiaren ondorioz, ikaskuntza askoz ere aberasgarriagoa izango da. Proiektua benetan eraginkorra izan dadin, komenigarria da ikasgai bakoitzeko ikaskuntzak teilkatuta ematea; hala, ez dugu huts egingo irakasgaietako unitate didaktiko desberdinak aurkeztuta, gai berberaren inguruan.



5.7 AUKERAKETARAKO IRIZPIDEAK ETA EDUKIAK LEHENESTEA.

Nolakoak izan beharko lukete gure ikasleei planteatutako ikaskuntza-egoerek edota ariketek?

Proposatutako ariketek **ikasleetatik gertu dauden egoerak** izan behar dituzte abiapuntu, eta **beren interesei erantzun behar diete**. Ikasleek sentitu behar dute baliagarriak direla; funtzionaltasuna eta aplikagarritasuna ikusi behar diete eskoletatik kanpo ere, eta, halaber, erakargarri eta motibatzaile direla iruditu behar zaie.

Adin bakoitzaren interesguneak kontuan izan behar ditugu. Horretarako, ikasleek eguneroko bizimoduan egiten dituzten ariketak kontuan izan behar ditugu, sarean zer toki bisitatzen dituzten, irakurtzen dituzten aldizkariak ikusi, telebista-saio berberak ikusi, etab. Baina, batez ere, ezinbestekoa da haiekin hitz egitea, beren zaletasunez, aspirazioez eta motibazioez arduratzea. Horri guztiari esker, ikasleen interesguneetatik gertu dauden unitate didaktikoak diseinatuko ditugu, gustuko dituzten egoera eta jardueretatik abiatuta.

Nola uztartu hezkuntza-praktika eta gizarte-errealitatea?

Ikasleei aurkeztutako proposamenek ikaslearen ingurune sozialarekin lotura eduki behar dute; izan ere, **eguneroko bizimoduan aplikatu eta erreproduzitu ditzakeen praktikak eta ariketa fisikoak eskaini behar zaizkio**.

Bestalde, ikasleek ezagutzen ez dituzten proposamen berriak ere txerta ditzakegu, ondoren beren jarduera sozialean modu autonomoan aprobetxa ditzaten, aisialdian, hain justu.

Zer hartu behar dugu kontuan programatzeko garaian?

Programatzeko garaian, hainbat alderdi hartu behar ditugu kontuan:

- Unitate didaktikoak sortzeko garaian gorputz-hezkuntzak eskaintzen dituen **aukera ugariak** aprobetxatzea, ikasleen interesetara hurbiltzen diren gaiak eta egoerak topatuta, motibazioa indartze aldera.
- **Programazioa aldi-aldian egokitzea**, aurreko ikasturteetan landutakoaren balorazioa aintzat hartuta eta inguruan sortzen diren proposamen berriekin osatuta; irakaslearen iritzia ez ezik, ikasleena ere hartuko dugu kontuan.
- Gaitasun guztiak lantzeko moduko **programazio orekatua** egingo dugu, ikasgaiaren helburu guztiei erantzunez eta hainbat esparru motor garatuta.
- **Ikuspegi ez-sexista** erabiliko dugu programatzeko garaian, eta tradizioz mutilek egin ohi dituzten jarduerak gehiegi txertatzea saihestu egingo ditugu programazioan, baita nesken jarduera minorizatzen dutenak ere (eta alderantziz, behar izanez gero).
- Ikasleek prozesuari **funtzionaltasuna** topatu behar diote, aldiro jakin behar dute zergatik eta zertarako egiten dituzten proposatutako ariketak.

- Unitate didaktikoak prestatzerakoan, **eduki ugari txertatuko ditugu unitate bakoitzean**, aberatsagoa izan dadin. Esate baterako, akrobaziekin lotuta unitate didaktiko batean segurtasun-neurriekin eta lehen sorospeneekin lotutako alderdiak ere jorra ditzakegu.
- Unitate didaktikoek bi atal izan behar dituzte: **ikaskuntza bere egiteko atala**, eta **ikasitakoa aplikatzeko atala**.

5.9. EBALUAZIO-IRIZPIDEAK

Ikaskuntza aktiboaren arabera, ebaluazioa ikaskuntza-prozesuaren beste urrats bat da; hausnarketarako eta autorregulaziorako erreminta, hain zuzen.

Nola hartu behar dute parte ikasleek ebaluazio-prozesuan?

Ikasleek poliki-poliki irakaskuntza eta ikaskuntza prozesuaren kontrola eta ardua hartu behar dute beren gain, eta **bete-betean parte hartu behar dute ebaluazio-prozesuetan**; hala, ikaskuntza-prozesuaren egoera identifikatu dute, eta, hari esker, prozesua autorregulatu ahal izango dute, baita ikasteko helburu gehiago finkatu ere, besteak beste. Ikasleek beren burua ebaluatzeko gauza izan behar dute, baita beren ikaskuntza erregulatzeko ere.

Horretarako, badaude nork bere burua ebaluatzeko erreminta egokiak, eta koebaluazioa edota ikaskideen arteko ebaluazioa ere egokiak dira eskatutako egitekoen eta gaitasun motorren inguruko kontzientzia hartzeko.

Nolakoa izan behar du prozesu honek?

Ebaluazioak prozesu irekia izan behar du. Hasiera-hasieratik, **ikasleek jakin behar dute zer eta nola ebaluatuko den**, baita zein izango diren kalifikazio-irizpideak ere; horretarako, helburu didaktikoek eta ebaluazio-irizpideek ondo definituta egon behar dute.

Ikaskuntza eta irakaskuntza prozesuak ikasleen aldez aurreko ezagutzak izan behar ditu abiapuntu; horiek zehazteko, denbora jakin bat eskaini behar zaio hasierako ebaluazioari, betiere ikaskuntza-irakaskuntza prozesuaren barruan txertaturik.

Irakasleek kontuan izan behar dute **ebaluazioa eta kalifikazioa ez direla gauza bera**. Ebaluazioak irakaskuntza eta ikaskuntza prozesu osoa balioesten du, hobetzeko helburuz. Adierazpide kualitatiboa izan ohi du. Ebaluazioak ikaskuntza eta irakaskuntza prozesua orientatzen du. Kalifikazioak, berriz, adierazpide kuantitatiboa izaten du, eta ebaluazio-prozesuaren une jakin batean erabiltzen da. Helburua ikasleen gaitasunak neurtzea da emaitza baten bidez.

Zertarako ebaluatu?

Helburuaren arabera, ebaluazioa hasierakoa, trebakuntzakoa edota batutzailea izan liteke. Hasierako ebaluazioaren bidez, ikasleek hasieran zer egoera duten ikusiko dugu, horretara egokitzeko. Trebakuntza-ebaluazioaren helburua irakasteko eta ikasteko prozesua hobetzea da, baita prozesu horretan inplikaturik dauden egoera ere. Ebaluazio batutzaileak, berriz, zenbat dakigun, zenbat egin dugun aurrera, edota prozesurako planteatutako gaitasun motorrak bete ote diren berrikusten eta balioesten du.

Hiru ebaluazio mota hauek **bateragarriak eta osagarriak** dira; kontuan hartu behar dugu ebaluazio batutzailea ez dagoela azken kalifikaziora bakarrik bideratuta, baizik eta emaitza neurgarriak, kuantitatiboak eta helburuka antolatuzeko modukoak ebaluatzen ditu. Ebaluazioa ez da ikasgaiaren amaiera, ikaskuntza-prozesuaren etorkizunaren proposamena ez bada.

Ikasleek ez dute ahaztu behar ebaluazioak potentzial didaktiko handia duela; izan ere, ondo orientatuz gero, lortu nahi ditugun ikaskuntzak **nabarmen hobetuko ditugu**.

Zer ebaluatu?

Ebaluazioa hezkuntza formalaren ardatza da, eta batez ere jarduera mota bakoitzean ikasleek dituzten **gaitasun motorrak** balioetsi beharko lituzke. Egiteko bakoitzaren berezitasunek/ezaugarriek ebaluazio-irizpideak definitzen dituzte:

- Ariketa fisiko eta artistiko indibidualak egiten direnean, ikasleak gai ote diren ebaluatu behar dugu, eta, horretarako, bakarka erabiltzen dituen teknika espezifikoak aztertu behar ditugu ariketetan.
- Taldeko kirolei dagokienez, testuinguruan ipinitako joko-egoeretan diziplina bakoitzeko jarrera motor estrategikoak balioetsi behar ditugu, kideekin eta kontrakoekin duen elkarreragina, baloidun eta baloi gabeko taldearen rola bere egitea, eta abar.
- Naturan praktikaturako kirolei dagokienez, berriz, banakoek zer jarrera motor dituzten ebaluatu behar dugu, elkarreragiten duen ingurunean ziurgabetasuna nola deskodetzen duen begiratuta.
- Kooperazio-jardueretan, ikaskideen arteko koordinazioa ebaluatu behar da, diziplinaren teknika espezifikoak egiteko rol kooperatiboak banatzeko garaian.
- Aurkakoak dauden kirolean, diziplina bakoitzeko jarrera motor estrategikoak balioetsiko ditugu, betiere bata bestearen aurkako egoeretan bideratutako jokoetan.

Ikaslearen jarduera motorra ebaluatzeko, portaera motorrak hartuko ditugu kontuan. Jarrera motorrak ebaluatzeak esan nahi du osatzen duten dimentsio guztiak balioestea: kognitiboa, afektiboa, soziala eta biologikoa.

Helburu instrumentalak, besteak beste, naturan egindako jardueretako segurtasuna, materiala ezagutzea eta mantentzea, giza anatomiaren berri izatea, praktikaturako jardueraren historia, ariketa fisikoaren eragin fisiologikoak dira. Horiek guztiak irakaskuntza prozesuaren helburu nagusiak lortzen lagunduko digute. Balioetsiko ditugun alderdien **osagarri** izan behar dute aipaturako horiek. Esate baterako, patinatzen ikasteko programa batean ebaluatzeak ez dauka halako garrantzirik, baldin eta ikasleek segurtasun-printzipioak ezagutzen badituzte, baina bai ikasleek patinatzen ez baldin badakite. Kasu horretan, taldean patinatzeako segurtasun neurriak azaltzea helburu nagusia lortzeko bitarteko bat izango litzateke; hau da, taldean patinatzen ikasteko.

Noiz ebaluatu?

Ebaluazioa unearen arabera egin liteke, hezkuntza prozesua edota programaren lehen fasea hasi baino lehen (hasierakoa), prozesu garaian (jarraitua) edota denbora-tarte bat amaitu ostean (azkena) egin genezake. Era berean, ebaluazioa aldian aldikoa izan liteke, ebaluazio erreminta eta prozesua aplikatzen den une jakinekoa; edota integratua ere bai, ebaluazio-erremintak sarritan erabiltzen ditugunean, irakaskuntza-ikaskuntza prozesuaren barruan eta prozesu hori eten gabe.

Nahiz eta ebaluazio-modu guztiek duten toki gorputz-hezkuntzaren programen barruan, ez da komeni azken ebaluazioetan edota aldian aldikoetan zentratzea; izan ere, ikasteko eta irakasteko prozesuaren ohiko dinamika eteten dute.

Ebaluazio jarraituak, ikaskuntza eta irakaskuntza prozesuan integratuak, ikasleei eta irakasleei informazioa modu eraginkorrean ematen die, eta irakaskuntza prozesua berriro planteatzeko, egokitzeko eta optimizatzeko aukera ematen du, baita inplikaturako eragileak ere.

Nola ebaluatu?

Ikasleen mailarako egokiak diren egitekoak aukeratzea, jarduera motorra kontuan hartuta, ezinbestekoa da gaitasun motorrak modu eraginkorrean ebaluatzeko.

Ondorioz, **jarduera bakoitzean garatu nahi dugun gaitasun motorra identifikatu behar dugu**, eta, ondoren, ebaluazio-erreminten artetik gaitasunari eta aurreikusitako ebaluazio motari ondoen egokitzen zaizkionak aukeratu behar ditugu.

Esate baterako, euskal pilotaren barruan gaitasun motorra ebaluatzeko, ikasleei benetako joko edota partida batean aritzeko esango diegu (batak bestearengan eragina izateko moduko egoeran), eta testuingurutik kanpo ateratako egoera analitiko hutsetan ez gara mugatuko (banaka, aurkaririk gabe pilotan aritzea, esaterako).

Batzuetan, ikasleen edota espazioaren mugek ez dute benetako joko-egoerak antolatzen uzten. Horrelako kasuetan, joko-arau batzuk egokitu beharra egoten da, ikasleek egoera horretan jarduten jarrai dezaten. Esate baterako, ikasle bat ez bada gauza pilotari emateko benetako joko-egoeran, pilota hartzen utz diezaiokegu, baita lurraren kontra bote ematen eta paretara bidaltzen ere, tantoa lortzeko. Hartara, ebaluatuko dugu euskal pilota partida bat jokatzeko ba ote dakien, baina indibidualizatutako egokitzapen txiki batzuk egingo ditugu.

Taldeko kirolei dagokienez, ikasleen gaitasun motorrak eskubaloi partida batean ebaluatzeko ez genituzke aurkari gabeko paseak eginez ebaluatu behar ikasleak, edota atezainik gabeko zazpi metroko jaurtiketen bidez ere ez. Alde bakoitzeko jokalarik gutxiagok parte hartzen duten egoera edo ariketa planteatu genezake (esate baterako, atezaina eta zelaiko hiruzpalau jokalarik), eta bederatzi metrotik kanpora defenda ezin dezaketena (taldekideen arteko paseak errazteko). Hartara, ikasleak testuinguru baten barruan ebaluatuko ditugu, talde batek bestearen kontra jokatuko du eta errealitate gertu dagoen egoera batean parte-hartzaileek nola jokatzen duten ikusiko dugu.

Ebaluazioa, oro har, irakasleek aukeratzen dituzten ebaluazio-erremintei eta teknikei loturik egoten da. **Erreminta anitzak eta teknika desberdinak** erabilia, ebaluazio-prozesua aberastuko dugu. Nolanahi ere, ebaluazio-erremintek ikasleen gaitasun motorra balioetsi behar dute, eta, ondorioz, testuingurudun egoeretan egin behar dira, egiten ari diren ariketa motaren arabera; horretarako, behaketa erremintak eta datuak biltzekoak oso tresna eraginkorrak dira.

Ebaluazio-prozeduren objektibotasunak edota subjektibotasunak ez ditu zorrotasun-irizpideak baldintzatu behar, ezta zientifikotasuna eta sinesgarritasuna ere. Esandako irizpideok erreminta subjektiboetarako ez ezik (irakasleek ikasgelan gertatzen diren anekdotak erregistratzen dituzten) objektiboetarako ere (denbora neurtzeko *course navette* proba batean) errespetatu behar dira.

Ebaluazioa kualitatiboko erreminta batzuen ardatza behaketa eta datu-bilketa prozedurak eta teknikak izaten dira. Esate baterako:

- Anekdoten erregistroa edota ikasgelako egunkaria. Ikaskuntza prozesuan garrantzitsuak izan daitezkeen portaeren deskribapen laburra. Esate baterako, ikasle batek akrosport saio batean izan duen kooperazio mota erregistratzea, eta lankidetzaren horren inguruko irakaslearen interpretazioa.
- Kontrol zerrendak. Ebaluazio-irizpideak zer-nola betetzen diren biltzen duen fitxa bat egitea da. Sistematizatu gabeko behaketa erabiltzen da ebaluazio-teknika gisa. Esate baterako, ikasleak joko tradizional bateko roletan parte hartu ote duen; esperoan dagoen jokalaria, jokalaria erasotzailea edota jokalaria erasoia.
- Irakaslearen koadernoak. Ebaluazio erreminta honen bidez, ikasleak saioen nondik norakoaren datuak jasoko ditu, eta ikaskuntza prozesuan txertatutako eta prozesuarekin lotutako ebaluazio trebatzailea egingo du. Ikasleak saioen garapena, unitate didaktikoak, irakasgaia oro har, irakaslearen lana, eta abar ebaluatzen ditu.
- Irakaslearen koadernoak. Ebaluazio erreminta honen bidez, irakasleak saioen nondik norakoaren datuak jasoko ditu, eta ikaskuntza prozesuan txertatutako eta prozesuarekin lotutako ebaluazio trebatzailea egingo du. Ikasleekin datuak zer-nola partekatzen diren ebaluatzen du, eta saioaren nondik norakoaren inguruko eguneroko fitxa betetzen du.
- Luze-zabal egindako elkarrizketak eta taldeko eztabaidak. Elkarrizketa irekiak izaten dira, eta elkarrizketatuen subjektibotasuna ebaluatzen da. Esate baterako, irakasleak hainbat galdera egiten dizkio ikasle talde bati, boleibol diziplinan ageri diren jokoaren alderdien inguruan zer iritzi duten jakiteko. Ikasleek galderari erantzuten diete edota gai horrekin lotutako bestelako informazioa ematen dute.

Ebaluazio kuantitatiboko erreminta batzuek behaketa-prozedurak eta datu bilketa prozedura esperimentalekin uztartzen dituzte. Hauek dira batzuk:

- Proba praktikokoak. Ikasleak planteatutako exekuzio-proba edota egiteko motorra gaingitzen ote duen neurtzea da. Test fisikoak eta motorrak erreminta mota honen barruan sartzen dira. Esate baterako, ikasleek distantzia bat denbora jakin batean igarotzeko duten gaitasuna ebalua daiteke (Cooper testa), edota zenbat denbora behar duten trebezia-zirkuitu bat egiteko.
- Behaketa orriak. Analisi deskriptibo bat egiten da, eta ikaslearen jarrera motorren maitasunak zenbatzen dira. Balio-handitze eskalak behaketa-orriekin lotuta daude. Esate baterako, esku-jokoetan, behaketa orri bat diseinatu ahal izango da ariketa egin bitartean figura bakoitza zenbat aldiz egiten den aztertzeko. Ikasleek ikaskideak ebaluatuko lituzkete, eta erregistro-orrian pase-mota bakoitzaren maiztasunak apuntatuko lituzkete.
- Eskala deskriptiboak eta balio-handitzeekin lotutakoak. Kategoria-sistema bat da, eta ikasleak hainbat alderdi sakon biltzen dituen eskala batean ebaluatzen ditu; alderdi horiek, era berean, baztertzailerak izaten dira elkarren artean. Ikasleak lortutako emaitza eskala bat

oinarri hartuta neurtzen eta alderatzen da. Esate baterako, irakasle batek ikasleak ebaluatzen ditu eskubaloi-joko erreal batean, eta eskala baten arabera sailkatutako ditu, nola jokatzeko duen eta zer joko maila duen kontuan hartuta. Aurretik, irakasleak eskala bakoitza definituko du, maila bakoitzeko ikasleak dituen jarrera motorrak deskribatuko ditu, eta bakoitzari balio numeriko bat emango dio.

Nork ebaluatzen du?

Ikaskuntza eta irakaskuntza prozesua eta prozesuan inplikaturako pertsonak ebaluatzen modurik eraginkorrena **ebaluazio partekatua** da; ikasleek eta irakasleak hartzen dute parte, elkarrizketaren bidez adostutako kooperazio-dinamikak baliatuta.

Ikasleak ebaluazio-prozesuan bilduta, helduaroko eta emantzipazioko alderdiak garatu ahal izango ditugu, eta beren gaitasun kritikoa aberastuko dugu; ebaluazioa, ordea, ikaskuntza-prozesuaren erregulazio gisa ulertu behar dugu, eta ez ikasleak zigortzeko edota kalifikatzeko prozesu gisa.

Alde horretatik, gorputz-hezkuntzako eskoletan presente egon behar duten ebaluatzeneko lau modu bereizten dira batez ere:

- Heteroebaluazioa. Egoera berezitan dagoen pertsona bat ebaluatzea da. Irakasleak ebaluatzen ditu ikasleak, edota ikasleek irakaslea.
- Koebaluazioa. Berdinen arteko ebaluazioa da. Oro har, ikasle batek beste ikasle batek ebaluatzen du irakaslearen argibideei jarraituta.
- Autoebaluazioa. Pertsona batek bere burua ebaluatzea, bere ikasketa-prozesua, hain justu. Modu indibidualean edota taldean egin liteke.
- Ebaluazioa partekatua. Ikasleak bere burua ebaluatu ostean egindako ebaluazioa da; irakasleak ikaslearekin autoebaluazioaz eta ikasketako prozesuaz hitz egiten du, eta hartu beharreko neurrien inguruko erabakiak hartzen dituzte.

6. MATERIALEN ETA SEKUENTZIA DIDAKTIKOEN EREDUAK

Gorputz-hezkuntzarekin lotutako bitarteko asko topa daitezke sarean. Hona hemen interesgarriak izan litezkeen hainbat adibide.

- **Gorputzheziketa.net.** Euskal Autonomia Erkidegoko gorputz-hezkuntzako aholkularitzaren webgune ofiziala da. Bertan, gorputz-hezkuntzako irakasleentzako bitarteko oso erabilgarriak aurki daitezke. Euskaraz eta gaztelaniaz. <http://www.gorputzheziketa.net/>
- **Gorputz-hezkuntzako bloga.** Blog oso dinamikoa da, eta gorputz-hezkuntzarekin lotutako alderdiak jorratzen ditu. <http://www.educacion-fisica.org/category/actividad-fisica/>
- **Maixua.com.** Edukiz betetako atari interesgarria. Bitarteko kopuru handia partekatzeko aukera. Artikuluak, agendak, foroak, etab. Euskaraz eta gaztelaniaz eginda daude ekarpenak. <http://www.maixua.com/>
- **Ull Esportiu.** Gorputz-hezkuntzaren esparruko hezkuntza-bideoen kanala. <http://ullesportiu.blogspot.com/>
- **Webquest gorputz-hezkuntza.** Orri honetan, Webquestak eta altxor-bilaketak zer diren azaltzen da, baita aplikazioak, argibideak eta nork bereak sortzeko ereduak ere. Era berean, gorputz-hezkuntzarekin lotutako Webquest katalogo interesgarri bat ere badu. <http://www.xtec.cat/~jdiaz124/castella/wq/wq-ef-cas.htm>
- **Unitate didaktikoa: «Orientazio Kirola: Mapa eta iparrorratzarekin jolasean».** Gorputz-hezkuntzako unitate didaktiko honek hainbat orientabide eta material ematen du, hezkuntza berrikuntzako derrigorrezko bigarren hezkuntzako gaitasunen araberako lanari laguntzeko. http://www.hezkuntza.ejgv.euskadi.net/r43-2459/es/contenidos/informacion/dif10_curriculum_berria/es_5495/adjuntos/orientaciones_mat_ayuda/MDBH02.pdf
- **efdeportes.com aldizkari digitala.** <http://www.efdeportes.com/> Gorputz-hezkuntzari eta kirolei buruzko hileroko aldizkari digitala.
- **Aintzinako Jolasak.** <http://aintzinakojolasak.blogspot.com/> Blog honek garai bateko jokoak jorratzen ditu, baita hezkuntza komunitateak jokook berreskuratzeko egindako lana ere.
- **Accio i cooperació.** <http://www.josepinverno.com/> Blog hau kooperazio-paradigmaren barruko esperientzia pedagogikoak kontsultatzeko interesa duten pertsonei dago zuzenduta.

7. ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOAK:

Gorputz-hezkuntzaren inguruko bibliografia zabala da. Hona hemen gorputz-hezkuntzako irakaslearentzat interesgarriak izan litezkeen hainbat adibide.

- DOROTEA AGUDO eta beste hainbat. (2006) **Juegos de todas las culturas**. Bartzelona. INDE argitaletxea. Bilduma bikain honek mundu osoko jokoak biltzen ditu, eta kultur arteko ikuspegia emateko aukera eskaintzen du.
- JAVIER ROMERO. (2006) **Didáctica de la Percusión Corporal** (bideoak). www.percusion-corporal.com. Gorputz perkusioa erritmoa eta motrizitatea lantzeko erreminta gisa aurkezten du.
- M^a PAZ BROZAS POLO eta MIGUEL VICENTE PEDRAZ **Actividades acrobáticas grupales y creatividad**. (1999) Madril. Gymnos argitaletxea. Liburu honek ariketa akrobatikoen aukerak aurkezten ditu, sormena modu kooperatiboan lantzeko elementu gisa.
- MARTA CASTAÑER BALCELLS Y EUGENIA TRIGO AZA **La interdisciplinariedad en la Educación Secundaria Obligatoria** (1998) INDE argitaletxea. Liburu honek tratamendu teorikoa eta praktikoa ematen die curriculumeko diziplina anitzeko proiektuei.
- CARLOS VELÁZQUEZ **Aprendizaje cooperativo en Educación Física**. (2010). INDE argitaletxea. Liburu honek gorputz-hezkuntzak ikaskuntza kooperatiboaren inguruan eskaintzen dituen aukera ugariak erakusten ditu, ikuspegi praktikoarekin erakutsi ere.
- NURIA MENDOZA LAIZ **Propuestas prácticas de educación física inclusiva para la etapa de Secundaria** (2009). INDE argitaletxea. Erreminta honek hezkuntza-behar bereziak dituzten ikasleei erantzuteko helburua du, baita egokitutako jarduerak gainerako ikaskideei gerturatzeko ere.
- EDUARDO GENERELO, JOSÉ ANTONIO JULIÁN Y JAVIER ZARAGOZA **Tres vueltas al patio. La Carrera de Larga Duración en la escuela**. (2009). INDE argitaletxea. Gorputz-hezkuntzaren eduki zaharrak lantzeko proposamen berritzailea.
- VICTOR MANUEL LÓPEZ PASTOR (2006) **La evaluación en educación física**. Miño eta Dávila. Modu praktikoan ikuspegi modernoa eta berritzailea proposatzen du, gorputz-hezkuntzako ebaluazioaren inguruan.
- PERE LAVEGA BURGUÉS, FRANCISCO LARGARDERA OTERO. **Introducción a la praxeología motriz**. (2003). Paidotribo. Praxiologia motorraren oinarritzko kontzeptuak eta postulatuak aurkezten ditu labor eta zehatz.
- BLAZQUEZ, D. eta SEBASTINI E. (2009) **Enseñar por competencias en Educación Física**. Bartzelona. INDE argitaletxea. Oraingo, gorputz-hezkuntzako gaitasunak jorratzen dituen liburu bakarra da.
- ANTONIO FRAILE. **La resolución de los conflictos en y a través de la educación física** (2008) GRAO argitaletxea. Biblioteca Tándem. Estrategia eta proposamen desberdinak aurkezten ditu gorputz-hezkuntzako eskoletan gatazkak konpontzeko.