

EUSKAL HERRIKO UNIBERTSITATEA
LEHEN HEZKUNTZAKO GRADUA

Hezkuntza eta kirol fakultatea

2021-2022 ikasturtea

eman ta zabal zazu



Universidad
del País Vasco

Euskal Herriko
Unibertsitatea

Gradu Amaierako Lana

**GORPUTZ PERKUSIO ETA BAPNE METODOA GORPUTZ
HEZKUNTZAKO IKASGAIAN.**

Irakaslea: Rosa Arcediano.

Ikaslea: Odei Martinez Varela.

AURKIBIDEA

1. LABURPENA	3
2. JUSTIFIKAZIOA	4
3. MARKO TEORIKOA	6
3.1 MUSIKA ETA GORPUTZ HEZKUNTZA.....	6
3.2 GAITASUN MOTORRAK.....	7
3.3 GORPUTZ PERKUSIOA.....	9
3.4 GORPUTZ PERKUSIOA HEZKUNTZAN.....	9
3.5 BAPNE METODOA.....	11
3.5.1 ADIMEN ANITZAK ETA BAPNE METODOA	11
4. METODOLOGIA	16
5. PROPOSAMEN DIDAKTIKOA	20
5.1 TESTUINGURUA:	20
5.2 KONPETENTZIAK:	20
5.3 SAIO-SEKUENTZIAKO ARIKETAK:	25
5.4 SAIOEN EBALUAZIO IRIZPIDEAK:.....	34
6. ONDORIOAK	35
7. BIBLIOGRAFIA	37
8. ERASKINAK:	42

1. LABURPENA

GrAL honen helburua Bapne metodoa gorputz-hezkuntzako ikasgaien txertatzea da. Metodo horren ezaugarria gorputz-perkusioa lantzea da, trebetasun fisikoak eta arreta eta memoria lantzeko. Lanaren hasieran atal teoriko bat dago, metodologian landuko diren atalak azaltzen dituena. Behin zati teorikoa eginda, alde praktikoa aurkitzen da. Atal horren helburua, ikasleari gorputz-hezkuntzako eskoletan ekintzak ondo gauzatzea eragiten dioten trebetasun fisikoak hurrekin lantzea da. Bestetik, haurrek ikastetxeko ikasgelan behar duten arreta lantzea da, hau ezin bestekoa delako geletan lan egiteko. Lanaren amaieran, saioen sekuentzia aurkitzen da.

Hitz-gakoak: BAPNE metodoa, koordinazioa, lateraltasuna, gorputz-perkusioa, arreta.

RESUMEN

El propósito de este GrAL, es insertar el método Bapne en las clases de educación física, el cual se caracteriza por trabajar la percusión corporal para trabajar las habilidades físicas y la atención y la memoria. Al principio del trabajo se encuentra un apartado teórico donde se explican los apartados que se trabajaran en la metodología. Una vez hecha la parte teórica, se encuentra la parte práctica, por la que el propósito es trabajar con los niños las habilidades físicas que son las que hacen al alumno ejecutar bien las acciones en las clases de educación física, por otro lado se va a buscar trabajar la atención, que es la característica que los niños necesitan para atender y trabajar en clase. Al final del trabajo se encuentran la secuencia de las sesiones que se llevarán a cabo.

Palabras claves: método BAPNE, coordinación, lateralidad, percusión corporal, atención.

ABSTRACT

The purpose of this GRAL is to insert the Bapne method in physical education lessons, which is characterized by working on body percussion to work on physical skills, attention and memory. At the beginning of the work, there is a theoretical part in which the sections that are worked on in the methodology are explained. Once the theoretical part is explained, there is the practical part, in which the purpose is to work with the children on the physical skills that are those that make the student perform well the actions in the physical education lessons. On the other hand, it is going to seek to work the attention that children need to attend and work in class.

Key words: BAPNE method, coordination, laterality, body percussion, attention.

SARRERA

Nire izena Odei Martinez Varela da eta lau urte daramatzat Gasteizko kirol eta hezkuntza fakultatean magisteritza ikasten. Hezkuntza eta umeen mundua gustuko dut, eta aurtan, Gorputz Hezkuntzako minorrean espezializatu naiz. Lan honetan, nire helburua, Musika eta Gorputz Hezkuntza ikasgaiak bateratzea izango da, biak amankomunean ezaugarri bat dutelako: mugimendua, hain zuzen ere. Horretarako, BAPNE metodoaren erabilpena proposatuko dut.

Lan honen xedea Gorputz Hezkuntzako saioetan gorputz-perkusioa izeneko disziplina musiko-artistikoa planteatzea da; nolabait, ikasleek alderdi psikomotorrean dituzten arazoak hobetzeko tresna gisa. Bertan, koordinazioa, lateraltasuna, oreka eta espazio eta denboraren egiturak lantzen dira. Bestalde, talde-lana sustatzeko eta arreta zein konzentrazioa areagotzeko tresna moduan ere erabiliko da.

Gorputz-perkusiozko metodo anitz daude gaur egun, baina GrAL honetan BAPNE metodoa erabiliko da. Azken urteetan adimen anizkoitzen teoriari izugarritzko garrantzia ematen ari zaie hezkuntza munduan eta metodo hau, preseski, adimen anizkoitzen munduan murgilduta dago. Beraz, ezaugarri hori aprobetxatuz, gaitasun motorrak landu ez ezik, beste hainbat gaitasun (soziala, pertsonala, artistikoa eta matematikoa) jorratuko dira. Hala ere, alderdi psikomotorrean zentratuko da lana bereziki. Horrez gain, metodoak arreta eta konzentrazioa lantzea bilatzen du, eta bi ezaugarri horiek oso garrantzitsuak direnez, lan honen oinarri diren klaseetan zehar tratatu dira.

Azkenik, metodoaren proposamen didaktiko bat plazaratuko da, zeinak gaitasun eta alderdi ezberdinak modu praktikoa batean lantzen dituen. Saio-sekuentzia didaktikoaren bitartez galdera eragileari erantzungo zaio. BAPNE metodoa trebetasun motorrak eta arreta lantzeko baliabidea izan daiteke Gorputz Hezkuntzako klaseetan?

2. JUSTIFIKAZIOA

Gaur egun, lehen hezkuntzako haurren jarduera fisiko eza da osasun arloan agertzen den arazo nagusia. OMEren arabera (2022), jarduera fisikoaren gabezia da mundu osoko laugarren arrisku-faktore garrantzitsuena hilkortasunari dagokionez, eta gero eta arazo zabaldagoa da. Arazo hori, batez ere, teknologiak behar ez bezala gehiegi erabiltzeagatik gertatzen da; hurrek

txikitatik garatzen dute bideo-jokoekiko eta telefono mugikorrekiko zaletasuna, eta haienganako atxikimenduak aipatutako jarduera fisikorik eza eragiten du, adingabeek nahiago baitute beren gailuekin jolastu beste edozein jarduera aktibo praktikatzea baino.

Arazo hau Lehen Hezkuntzako Gorputz Hezkuntzako irakasgaira bideratzen badugu, profesionalak azpimarratu dute ikasleek askotan koordinazio-zailtasunak izaten dituztela zenbait zereginetan; beraz, jolasak zein jarduera fisiko ezberdinak egiteko zailtasunak izan ditzakete. Honen arrazoia nerabeen jarduera fisikoaren murrizketari dagokio (Ruiz et al. 2007). Marko teorikoan aipatuko den bezala, koordinazioa mugimendu baten ezaugarririk garrantzitsuena da, trebetasun motor guztietan inplikaturik baitago, eta horregatik da, preseski, hain garrantzitsua ezaugarri fisiko hau lantzea Gorputz Hezkuntzako klaseetan (Falcon eta Rivero, 2010). Bestalde, teknologia gaizki erabiltzeak, haurren gaitasun motorrei eragiteaz gain, beste gaixotasun batzuk ere eragin ditzake; hala nola, obesitatea eta diabetesa, bi gaixotasun hauen jatorria sedentarismoagatik izan daitekeelarik (Rivera et al. 2018).

Hautzarotan, jarduera fisikoa ludikoa izaten da ia beti, hau da, jolas espontaneo. Hori erraztu egin behar da etxean, eskolan eta aisialdian trebetasun motorrak lantzeko; batik bat, koordinazioa. Haurrak egunero mugitzera animatu behar dira, bizi-ohitura osasungarriak lehenbailehen bultzatu behar baitira. Beren denbora librearen zati bat jolasetan, kiroltan eta gorputza mugiarazten duten beste edozein jardueretan (gorputz-perkusioa) inbertitu behar dute, horrela, gaitasun motorren alderdi guztiak garatu ahal izango dituzte eta sedentarismoari aurre egiteko aukera izango dute. (Aznar eta Webster, 2009).

Hori horrela, Gorputz Hezkuntzako jarduerak modu egokian aurrera eramateko, bistakoa da trebetasun motorrak ondo garatuta edukitzearen garrantzia, batez ere, koordinazioa. Nahiz eta ezaugarri honek horrenbesteko garrantzia eduki, Ruiz et al. (2015) dioen arabera, ez da Gorputz Hezkuntzako klaseetan behar bezain beste lantzen modu espezifikoan.

Aurrekoa kontuan izanda, lanean azalduko den saio-sekuentzia honen helburua trebetasun motorrak lantzea izango da, eta modu zehatzagoan, koordinazioa, trebetasunen artean garrantzizkoena delako, orain arte aipatu bezala. Horretarako, erabiliko den baliabidea gorputz-perkusioa izango da, irakaskuntza aktiboa, motibatzailea, dinamikoa eta inplikatiboa delako, hau da, uneoro ikasleak parte hartzen dutelako. Gorputz-perkusiozko metodologiei dagokionez, BAPNE metodoan zentratuko da lana, orain arte azaldu den moduan (Colomino et al. 2015).

3. MARKO TEORIKOA

Bilaketa teoriko hau bost puntu ezberdinetan banatu da, lehenenik eta behin Musika eta Gorputz Hezkuntzak duen lotura azalduko da, eta ondoren, gaitasun motorren garrantzia, batik batik, trebetasun motorren arlokoena. Jarraian, metodologian erabiliko diren baliabideen inguruko teoria azalduko da; hau da, gorputz-perkusioa zer den eta honen ibilbidea zein den hezkuntzan. Azkenik, erabiliko den metodoa aurkeztuko da, BAPNE metodoa deritzona, Francisco Javier Romero Naranjok sortua.

3.1 MUSIKA ETA GORPUTZ HEZKUNTZA

Ikuspegi antropologikotik (gizakia bere arlo guztietan: sozial kultural eta fisikoan, hain zuzen, ikertzen duen zientzia) zein etnologikotik (herri desberdinetako kulturak ikasi, aztertu eta konparatzen dituen zientzia), musika eta jarduera fisikoa beti lotuta joan direla esan daiteke. Haurtxoa kulunkatzea lo-kanta batekin lotzen da, edo haur-jolasak abestiekin (Larreta eta Zamorano, 2003). Beraz, zalantzarik gabe, musika mugimendurekin oso lotuta dago; izan ere, musika entzuten denean, ia beti dakar berarekin lotuta mugimendu bat (Navarro et al. 2016). Horregatik, Morejonek (2020) dion moduan, musika Gorputz Hezkuntza ikasgaiaren baliabide bat izan daiteke, ikasleen motibazioan laguntzen duelako, haien gozamena sustatuz.

Bestalde, musikari eta mugimenduari esker, hurrek beren arteko komunikazio-trukea erraztu dezakete, eta aldi berean, beren oinarrizko funtzioen garapena indartzen dute; esaterako, memoria, arreta, entzumena eta ikusmen-pertzepzioa (Hernández et al. 2011). Orduan, esan daiteke, musikaren erabilerak lotura handia duela gizakiaren esparru desberdinetan. Hau da, maila fisiko, emozional zein mentalean eragina izan dezake (Navarro et al. 2016).

Beraz, oro har, musika eta mugimendua gizakiaren osasunerako elementu onuragarritzat har daitezke. Izan ere, jaio aurretik eta batez ere haurtzarotik aurrera, zenbait abantaila dakartza maila kognitiboan, motorean eta espresiboan (García Rodríguez, 2005). Alderdi psikomotorrari dagokionez, musikak oso eginkizun esanguratsua du, gorputzaren pertzepzioa eta gaitasun motorren garapenean eragin positiboak izan ditzakeelako, batik batik koordinazioan. Abestien erritmoekin jolasten diren jolasetan edo egiten diren ariketetan, haurrak kontaktu fisikoa izate aldera motibatzen ditu, emozioak sentituz eta horrela umeengan gogobetetzea eta gozamenaren sentipena sorraraziz. Gainera, desplazamendua eta haien espazio-denbora

egoera hobetzen ditu (Conejo, 2012).

3.2 GAITASUN MOTORRAK

Gorputz-hezkuntzaren eta kirolaren praktikan hainbat jarduera fisiko garatzen dira, eta jarduera horiek egiteko gaitasun motor jakin batzuk trebatu behar dira, hain zuzen ere, jarduera fisiko horiek gauzatzean garatzen ditu gizabanakoak aipaturiko trebetasunak. Gaitasun motorrak bi ataletan banatzen dira (Matos, 2003):

- Trebetasun motorrak: koordinazioa, oreka, lateralitatea eta espazio-denborako egiturak dira.
- Trebetasun fisikoak: indarra, malgutasuna, abiadura eta erresistentzia dira.

Eusko Jaurlaritzako hezkuntza sailak (2015) dioenez, lehen hezkuntzan edukien multzoen bigarren multzoak azaldu bezala (norberaren ezagutza eta kontrola), lehen hezkuntzako ikasleek norberaren ezagutza eta kontrola hautematen jakin behar dute. Horretarako, trebetasun motorrak garatzeko edukiak adierazi behar dira. Horrela, ikasleek, norberaren gorputzaren kontrola izatea lortuko dute. Berriz, trebetasun fisikoak bigarren hezkuntzan lantzen direnez, trebetasun motorretan zentratuko naiz.

Trebetasun motorrak, giza gorputzaren mugimenduen erregulazioa eta norabidea kontrolatzen dituzten trebetasunak dira. Beti ere, mugimendu horiek helburu jakin batekin egiten dira. Trebetasun hauek elkarren artean erlazionatzen dira, gizabanakoa mugimendu egoki bat egiteko gaitasun multzo bat aplikatzeko gauza izan behar delako (Matos, 2003).

Koordinazioa pertsona bati mugimenduak modu eraginkor eta zehatz batean egiteko aukera ematen dion trebetasuna da (Villa, 2010). Giza-mugimenduan etengabe inplikaturik dago; izan ere, nahiz eta mugimendua funtzionalki eta egiturari dagokionez erraza izan, koordinazioa agerian dago beti. Adibidez, oinez ibiltzea gutariko askori erraza iruditu arren, akzio honek koordinazio-maila bat eskatzen du, pausoak koordinatzen ditugulako. Hau da, lehenengo pauso bat eta ondoren beste pauso bat ematen dugu (Falcon eta Rivero, 2010). Bestalde, koordinazioak eragina du nerbio-sistema zentrolean; azken honek egoki funtzionatzea ezinbestekoa da, mugimenduak kontrolatzen dituen sistema delako (Rigal, 2006).

Ondoren, trebetasun motorrak aztertzen badira, ikusten da guztietan koordinazioa egotea ezin bestekoa dela; beraz, beste trebetasun motorren ardatza dela esan daiteke, eta horregatik, trebetasun honek horrenbesteko garrantzia du (Falcon eta Rivero, 2010).

Koordinazio-sailkapenak bi talde handitan banatzen dira (Puerta eta Crespo, 2004):

- Koordinazio dinamiko orokorra: gorputz-mugimenduak erregulatzen ditu. Mugimendu-trebetasunen (saltoak, jaurtiketak...) eta orekaren oinarria da.
- Begien eta segmentuen arteko koordinazioa: ikusmena eta gorputz-segmentua egokitzen ditu. Begiaren eta mugimenduaren arteko koordinazioari deritzo. Hau da, bere ezaugarrietako bat ikusmena eta gorputz-adar bat harremanetan jartzea da. Adibidez: objektu bat ikusi eta hartzearen akzioan erabiltzen dugu koordinazioaren atal hau.

Orekari dagokionez, gorputza jarrera batean mantentzeko gaitasuna da. Koordinazioak eta orekak harreman estua dute, koordinazioa mugimenduen sekuentzia ordenatzeaz arduratzen da. Oreka, berriz, giharrak sortzen duen tentsio-lasaitze mailaz (Muñoz, 2009).

Lateralitatea gorputzaren albo bateko nagusitasuna da. Gorputza bi zati berdinetan banatzen duen gorputz-ardatzari egin behar diogu erreferentzia, nahitaez; horien arabera, eskuineko eta ezkerreko alde bana bereizten ditugu, eta errepikatutako gorputz-adarrak (besoak eta hankak) ardatzaren aldearen arabera bereizten dira. Beraz, lateralitatea eskuin edo ezkerreko gorputz adarren nagusitasuna da, plano sagitalari deritzona. Gure burmuina simetrikoa izan arren zati bat bestea baino helduagoa da eta arrazoi honengatik dator gorputz adar baten nagusitasuna (Ramírez, 2007).

Espazio-denborako egiturak, eguneroko jarduerak eta ingurunea ulertzeko ardatzak dira. Bi trebetasun hauen ikaskuntza gizakiok errealitatearekin kontaktuan egotean egiten dugu. Antolakuntza espaziala oso garrantzitsua da mugimendua antolatzeko garaian. Azken finean, mugimendu baten ezaugarriak eta baldintzak aldatu egiten dira espazioko erreferentziak aldatuz gero. Denborazko antolakuntzari dagokionez, edozein mugimenduk du denborazko egitura, (mugimendu bat hasi eta bukatzen denean, edota mugimendu bat azkarra edo motela denean). Orduan ikus daiteke, bi elementu hauek batzen dituen ezaugarria mugimendua dela, denbora mugimenduaren bidez hautematen delako eta mugimenduak espazio bat behar duelako. Beraz, espazioaren, denboraren eta mugimenduaren arteko harremana oso estua da (Rael, 2009).

3.3 GORPUTZ PERKUSIOA

Gizakiak, historiaurretik, beti izan du musika eskura; beraz, oinarri antropologiko, soziologiko eta biologikoak ditu gorputz-perkusioak. Horrenbestez, ez da arraroa pentsatzea gizakiaren lehen musika-tresna gorputza bera izan zela, hainbat etnomusikologok dioten moduan. Oihu eta txistuek melodiak sortu zitzaizkien bitartean, gorputzaren kolpeek eta txaloekek bere mugimenduen erritmoak markatu zitzaizkien. Hasieran, musika komunikazio-beharra asetzeko erabiltzen zen eta gaur egun horrez gain, gozamenaren bitartez kultura transmititzeko. (Naranjo, 2013a).

Garai eta kultura primitiboetan, gizakiak naturak ematen zizkion elementuekin sortzen zuen musika, ahotsa melodiarentzako eta kideen mugimendua soinu-maila desberdinekin erritmorako. Bere eskuen edo oinen mugimendu erritmikoaren laguntzaz, kantua adierazpena areagotu egiten zen (Naranjo, 2013a).

Jarraian, perkusioaren kontzeptua definitzen da: musikaren eremuari aplikatuta, perkutorea baten eta gainazal baten arteko talkari esker sortzen diren soinuei egiten dio erreferentzia. Esaterako, perkutorea eskua eta gainazala izterra (Ortiz eta Dauder, 2017). Aldiz, gorputzari aplikatuz, perkusioaren terminoa honakoa izango litzake: gorputzaren atal desberdinekin sortutako soinu-sekuentzia. Adibidez: eskuekin txaloka, izterretan kolpeak emanez, behatzekin kriskitinak eginez... (Carretero et al. 2014).

Consortek (2012) diotenaren harira, azken urteetan arreta berezia eskaini zaio gorputz-perkusioaren praktikari ekar ditzakeen onurengatik; horregatik arlo desberdinetan erabiltzen da, hala nola musikan, komunikazioan, talde-lanean, eta baita ere hori da zuzenean GRAL honetan batik batik lantzen dena, gaitasun motorren hobekuntzan eta arretaren estimuluan.

3.4 GORPUTZ PERKUSIOA HEZKUNTZAN

XX. mendean zehar, "Eskola Berria" izena jaso duten musika-hezkuntzako metodo aktiboak agertu ziren. Metodo horietako batzuk J. Dalcroze, K. Orff, Z. Kodály, E. Willems-ek sortutakoak dira (Trives eta Vicente, 2013). Autore bakoitzak, musika-hezkuntzako alderdi desberdinak lantzen ditu. Baina, guztiek funtsezko ideia nagusi bat dute: Musika-Hezkuntza aplikatu daitekeen edozein hezkuntza-eremutara egokitzen da, Haur Hezkuntzatik unibertsitateko eta gradu ondoko ikasleetaraino; eta ikasle guztiontzat da baliagarria, bai arazoak dituztenentzat eta ez dituztenentzat, eskola unibertsala da (Trives et al. 2014).

Nahiz eta BAPNE metodoan zentratuko den lana, gorputz-perkusioaren testuinguru bat egitea garrantzitsua da autore hauen metodologiak laburki ezagutzeko.

- **Jacques-Dalcroze:** Erritmikaren ikuspegitik, Jacques-Dalcrozek musika irakaskuntzari lotutako parametroak garatzeko, mugimenduari ematen dio garrantzi berezia. Hau da, musika mugimenduaren bitartez irakasten zuen. Pultsuak, konpasak eta denborak nabarmentzeko pausoak eta txaloak erabiltzen zituen. Bi baliabide hauekin, horrez gain, kolpe fuerteak eta ahulak desberdintzen zituen (Trives eta Vicente, 2013).
- **Kodály:** Kantua da bere metodologiaren helburu nagusia eta lan melodikoa egiteaz gain, melodiarekin hasi aurretik lan erritmiko bat egitea komeni dela uste zuen eta bertan ezartzen zuen gorputz-perkusioa. Txaloak eta hanken kolpeak erabiltzen zituen sekuentzia didaktikoen azentuzioak eta denborak markatzeko (Trives eta Vicente, 2013).
- **Carl Orff:** Pedagogo izan zen eta garrantzi handiena hitzaren azentuzioari ematen zion. Behin azentuzioa landuta zuela, gorputz mugimendu lantzen zuen, egitura erritmikoak, konpasak edota esaldiak indartzeko. Pedagogo honek soinu-aukera asko dituen instrumentu gisa erabiltzen zuen gorputza, adibidez: eskuen txaloak, hatzen kriskitinak, izter-kolpeak edo oin zapalketak. Autore honek bere metodologian gorputz-perkusioaren baliabide guztiak erabat sistematizatuta ditu, hitza eta mugimendua batuz (Trives eta Vicente, 2013).
- **Willems:** Willems metodoa entzumen-hezkuntzan oinarrituta dago, soinuaren parametro nagusien bereizketan, hain zuzen: altuera, tinbrea, intentsitatea eta iraupena. Egile honek ere gorputz-perkusioa erabiltzen zuen musikaren alderdi hau irakasteko. Baina kasu honetan, gehiago hedatzen zuen gorputz-perkusioa, lehen aipatutako soinuak ez ezik, ahotsa ere barneratzen zuen onomatopeien bidez (Trives eta Vicente, 2013).

Azkenik, metodo guzti hauek aztertuz gero, ikusten da autore hauek gorputz-perkusioa haien musika-hezkuntzako alderdia irakasteko baliabide gisa erabiltzen dutela eta ez dela metodologiaren oinarri den ardatza (Trives eta Vicente, 2013).

Autore hauen metodoak aurrera eramateko ikusten da Musika Hezkuntzaren jakintzak eduki behar direla eta Gorputz Hezkuntzaren ikasgaietan inplementatzek zailtasunak egon daitezke. BAPNE metodoan berriz, Musika Hezkuntzaren jakintzak izatea ez da beharrezkoa, gorputz perkusioa imitazioaren bitartez irakasten delako (Colomino et al. 2015). Beraz Gorputz Hezkuntzarako bideratutako sekuentzia didaktikoa izango denez, metodo hau irakastea aukera ezin hobea da. Gainera, gaur egun hezkuntzan arrakasta handia duen gai batean zentratuta dago: Gardnerren adimen anizkoitzen teoria (Romero, 2019).

3.5 BAPNE METODOA

BAPNE metodoak estimulazio kognitiboa bultzatu nahi du, beraz, terapiara zein hezkuntzara bideratuta dagoen metodoa da. Francisco Javier Romero Naranjo doktoreak sortu zuen 1998an, hainbat bidaia zein inbestigazio egin ondoren Afrikan zehar. Bidaia horietan, gorputzak kultura ezberdinetan duen paper garrantzitsua aurkitu zuen, neuromotrizitatean (garuneko prozesu bat da, mugimendua kontuan hartzen duena garuneko bulkadatik muskuluaren uzkurduraraino) oinarritutako hezkuntza-paradigma berriak eskaintzeko helburuarekin, “Nire gorputzarekin ikasten dut” lelopean, metodoan gorputz perkusiozko sekuentziak zein hitzezko melodiaren bitartez lantzen da (Romero, 2019).

Metodoaren izena erabiltzen diren diziplinen hasierako letrak batzetik ondorioztatzen da, hauek baitira: B, biomekanika, zeinaren bidez gure gorputza espazioan nola mugitzen den aztertzen baita; A, anatomia, muskulu-egitura eta hezur-egitura zehatz batzuk lantzeko behar diren mugimendu espezifikoko aztertzeaz arduratzen dena; P, psikologia, mugimendua ikuspegi terapeutikotik aztertzen duen diziplina; N, neurozientzia, gure garunean gertatzen dena eta mugimendu bakoitzean garuneko zein lobulu estimulatzen ari den aztertzen duena; eta E, etnomusikologia, zeinaren bidez hainbat kulturatako gorputz-mugimendua aztertzen baita. (Naranjo, 2013b).

Metodoak ikasleen estimulazio kognitiboa, sozioemozionala, psikomotorra eta neurorehabilitatiboa bilatzen du, eta Howard Gardner psikologo estatubatuarrak 1983an proposatutako Adimen Anitzen Teorian oinarritzen da. Psikologo estatubatuarrak dioenez, adimen anitzak arazoak konpontzeko gaitasunak dira (Armstrong et al.1999). Gardnerrek, adimen bakarraren existentziaren paradigmatik kontrajarrita gizakiak gutxienez zortzi adimen dituela dio: Adimen musikala, adimen espaziala, gorputzeko adimen zinetikoa, adimen linguistikoa, adimen naturalista, adimen logiko matematikoa, adimen intrapersonala eta pertsonen arteko adimena. Arrazoi honengatik musikarako hezkuntza metodo hau beste metodoetatik desberdintzen da, eta horrek metodoa berezi egiten du (Naranjo eta Martinez, 2011). Jarraian adimen anitzak eta BAPNE metodoak aman komunean dituzten ezaugarriak aztertuko dira.

3.5.1 ADIMEN ANITZAK ETA BAPNE METODOA

1. Adimen linguistikoa: Howard Gardnerrek honako hau esaten zuen: “Hitzak modu eraginkorrean erabiltzeko gaitasunari dagokio. Baliteke ahozko moduan izatea, adibidez: narratzaile gisa edo hizlari gisa, edo idatziz (poetak, liburu idazleak...). Adimen honen barruan sintaxia edo hizkuntzaren egitura, fonologia edo lengoia, semantika edo hitzezko esanahiak eta hizkuntzaren erabilera praktikoa sartzen dira” (Armstrong et al. 1999).

BAPNE metodologian adimen honek ere garrantzia dauka, metodologiaren ariketa erritmikoak testu batez lagunduta baitoaz. Testu horiek sortzerakoan, hitzak musika-azentuen ondoan zein perkusio kolpeen ondoan doaz mugimenduak behar bezala koordinatuta egon daitezten (Naranjo, 2013b).

2. Adimen logiko-matematikoa: Adimen honen inguruan Howard Gardnerrek honako hau zioen: “Adimen logiko matematikoa, zenbakiak eraginkortasunez erabiltzeko (matematikoak, kontabilitatekoak, estatistikoak) eta ongi arrazoitzeko gaitasunari dagokio (zientzialariak, informatikako programatzaileak, logikan adituak)” (Armstrong et al. 1999).

Gaur egungo hezkuntza sistema barruan matematika ikasgaiari garrantzi handiena ematen zaio gure gizartean. Gardnerrentzat, berriz, gainerako adimen anizkoitzak bezain garrantzitsua da; hau da, adimen guztiak maila berean jartzen ditu (Naranjo, 2013b).

Adimen horrek zenbaki eta kalkulu-gaitasunak eskatzen ditu, patrioiak eta haiekiko erlazioak egitea, ordena eta arazoak logikaren bidez ebazteko gaitasuna izatea. Javier Romeroren ustetan, sekuentzia logikoa garrantzitsua da, BAPNE metodoko ariketa asko patrioiek osatzen baitituzte, eta erregulartasunez exekutatu behar dira sekuentzia logiko horren bidez. Gainera, adimen logiko-matematikoak metodoarekin duen beste harremanetako bat musika modu matematikoan egituratua egotea da. (Díaz de Mera González de la Aleja, 2016).

BAPNE metodoan irudi geometrikoen bidez irakasten da, gorputza espazioan nola mugitzen den ikusi eta ulertu ahal izateko. Irudi geometrikoak matematikaren kompetentziak dira (Romero Naranjo, 2015).

3. Adimen Musikala: Gardnerrek honako hau aipatzen zuen adimen honen inguruan: “Musika-formak hautemateko, eraldatzeko eta adierazteko gaitasunari dagokio”. Adimen horrek barne hartzen du erritmo, tonu edo melodiarekiko sentiberatasuna (Armstrong et al. 1999).

BAPNE metodoaren helburu nagusia ez da musika irakastea. Metodoaren helburu nagusia gorputz-perkusioaren eta mugimenduaren didaktikaren bidez aspektu kognitiboa, sozioemotionala, psikomotorra eta neurorehabilitatiboaren estimulazioa lortzea da. Beraz, esan daiteke musika erabiltzen dela gaitasun motorrak, arreta, memoria eta hizkuntza lantzeko.

(Colomino, et al., 2015).

4. Gorputzeko adimen zinetikoari dagokionez: Howard Gardnerrek honako hau zioen: “Norberaren gorputza menderatzea, ideiak eta sentimenduak adieraztea (aktoreak, mimoak, atletak edo dantzariak), eta eskuekin objektuak (artisauak, eskultoreak, mekanikariak, zirujauak) sortzeko edo transformatzeko erraztasunari dagokio”. Adimen honek gaitasun motorrak barne hartzen ditu hala nola, koordinazioa, oreka, oinarrizko trebetasuna, indarra, malgutasuna eta abiadura”. (Armstrong et al. 1999).

BAPNE metodoari dagokionez, gorputz-perkusioarekin lotuta dago. Beraz, gorputzarekin egiten den interpretazio erritmikoa adimen honen bidez garatzen da eta oinarrizko trebetasunak lantzen dira, batik bat. Arrazoi honek, garrantzi berezia ematen dio metodoari, faktore hau baita gainerako adimenetara sekuentziazio egokia egiteko oinarria (Naranjo eta Martinez, 2011).

5. Adimen espaziala-bisuala: Adimen honekiko Gardnerrek honako hau dio: “Adimen espaziala begizko mundua modu zehatzean hautemateko gaitasuna eta pertzepzio horietan oinarritutako eraldaketak egiteko gaitasunari dagokio. Adimen horrek kolorearekiko, lerroekiko, formarekiko, espazioarekiko eta elementu horien arteko harremanekiko sentsibilitatea eskatzen du” (Armstrong et al. 1999).

BAPNE metodoan jarduera edo ariketa orok bere sekuentziazioa du eta espazioa funtsezkoa da. Oinarrizkoa baita ulertzea nola mugitzen den gorputza espazioan eta zein modutara eta horretarako, alderdi bisuala zein entzumenezkoa erabiliko dira. Bisualak espazioaren datuak emango ditu, entzumenezkoak, berriz, alderdi erritmikoaren datuak. Beraz, espazioaren, mugimenduaren eta gorputzaren perkusioaren arteko erlazioa ikusten da. Adibidez, nola kolpatzen zaren espazioan mugitzen zaren edo ez zaren bitartean (Romero Naranjo, 2012).

Metodologian ikasleen banaketa espaziala garrantzitsua da, irakaslearen aldetik jerarkia bat ekiditen delako. Horregatik, BAPNE metodoan lehentasuna ematen zaio zirkuluan lan egiteari, ikasle guztiekin aurrez aurreko harremana izateko aukera ematen duelako eta irakaslearen jerarkia apurtzen delako. Hala ere batzuetan beste formazio-mota batzuk ere ematen dira: bikoteka, launaka, ispilu eran, etab (Romero Naranjo et al. 2014).

6. Adimen interpertsonala: Adimen honen inguruan honako hau esaten zuen Gardnerrek: “Beste pertsona batzuen gogo-egoerak, asmoak, motibazioak eta lotsak hautemateko eta bereizteko gaitasuna da” (Armstrong et al. 1999).

BAPNE metodoan, jarduera gehienak modu kooperatiboan egiten dira, eta, beraz, ikasleek adimen hori garatzen dute ikaskideekin harremanetan daudenean. (Díaz de Mera González de la Aleja, 2016).

7. Adimen intrapertsonala: Gardnerren esanetan “autoezagutza eta ezagutza horren arabera jarduteko gaitasunari dagokio. Adimen horrek barne hartzen ditu norberaren irudi zehatza (indarguneak eta mugak), gogo aldarteen kontzientzia, banoaren asmoak eta motibazioak, izaeren eta barne-desiren kontzientzia eta autodiziplinarako, auto ulermenerako eta autoestimurako gaitasuna (Armstrong et al. 1999).

Irakasleak bere burua ondo ezagutu behar du ikasleen aldetik egokia ez den edozein portaera kontrolatu ahal izateko, horrela jarrera txarrak ekidingo baititu. Bestalde, BAPNE metodoan, ikasleak adimen hau lantzen joango dira metodologian zehar, haien buruaren auto kontzientzia eta autoezagutza bermatuz (Naranjo, 2013b).

8. Adimen naturalista: Adimen hori izan zen Howard Gardnerrek gehitu zuen azkena, eta inguruneko florako zein faunako espezie-kideak behatzeko, identifikatzeko, sailkatzeko eta bereizteko gaitasunean oinarritzen da. Adimen hori pentsamendu zientifikoak artikulatzen du, non sekuentziazioa ematen den. Hau da, gizakiak naturan jaiotako eta hiltzeko sekuentziazioa duen bezala, BAPNE ariketek ere sekuentziazioa dute, hau da jarduerak modu sinple batea hasten dira eta modu konplexuagoetan bilakatzen dira, beraz, metodoan sekuentziazioa oso garrantzitsua da (Armstrong et al. 1999).

BAPNE metodoan, jarduerak sekuentzia baten arabera ordenatuta daude helburu bat lortzeko; horregatik, adimen naturalista eta metodo hori lotuta daude (Romero Naranjo, 2013). Beraz ikusi dezakegu, metodoan aurrea eramaten diren jardueren bidez, gizakiak dituen zortzi adimenen garapena eta lanketa emango dela eta garuneko lobulu desberdinen aktibazioa sustatuko dela. Bestalde, goiko eta beheko gorputz atalen independentzia garatuko da eta, era berean, bi gorputz atalen adierazpena emango da momentu berdinean. (Romero Naranjo, 2018).

Nahiz eta lana ikasleen gaitasun motorretan zentratuta egon, metodo hau lantzeak ikasleekiko izango dituen beste onura garrantzitsuak aipatzea garrantzitsua da, ikasgelan oso baliagarriak izan daitezkeelako ikasleentzako, arazo-egoerak ekiditeko. Metodoak gaitasun motorretan onurak izateaz gain, ikasleen arretan, konzentrazioa eta memorizazioan ere onurak ditu eta hauek garatzea bilatzen da (Romero Naranjo et al. 2014). Horretarako, metodoak

garuneko hainbat eremuren estimulazioa bilatuko du, mugimendu eta koordinazio motorra, erritmoa eta hizkuntza batzen dituzten ariketak eginez (Pons et al. 2014)

Gorputz-perkusioko ariketa soil baten aurrean egiten diren ekintzen sekuentzia aztertzen bada, lehenik eta behin, jakina, arreta jarri behar da. Instruktoreak (irakasleak) mugimenduak azaldu eta erakusten dituenean, arretaz behatuko ditu ikasleak eta gero errepikatzen saiatuko da: lehenik eta behin, poliki-poliki, norberaren kontzientzia guztia mugimenduetan jarrita duela (konzentrazioa landuz), pixkanaka balizko akatsak zuzentzen joango da (akatsen kontzientzia izaten), azkenean, exekuzio zuzen bat lortu arte. Behin exekuzio zuzena lortuta, exekuzio hori modu egokian behin eta berriro egiteko memoria erabiltzen da. Zereginen sekuentzia sinple horrek honako arlo hauek hartzen ditu barne: ikusmena, kognitiboa (arreta eta kontzentrazioa), motorra (exekuzioa, koordinazioa, erritmoa), musikala (kantatzen bada) eta emozionala (motibazioa) (Jauset et al. 2014).

BAPNE metodoa Sohlberg eta Mateer neurologoak desberdintzen zituzten bost arreta mota desberdinetan zentratzen da eta honako hauek dira (Romero Naranjo et al. 2014):

- Foku-arreta: arreta ikusmen, entzumen edo ukimen estimulu batera bideratzeko trebetasuna.
- Arreta iraunkorra: denbora luzez erantzun sendo bat mantentzeko gaitasuna da (erritmo zehatz bat mantentzea adibidez).
- Arreta selektiboa: prozesatu beharreko informazio garrantzitsua edo ekintza-eskema egokia hautatzeko gaitasuna da, eta estimulu batzuei arreta ematea eragozten du, beste batzuei arreta ematen zaien bitartean (aukeratutakoak).
- Txandakako arreta: eskakizun kognitibo desberdinak eskatzen dituzten arreta-fokua aldatzeko aukera ematen duen gaitasuna da, une bakoitzean prozesatzen den informazioa kontrolatuz.
- Arreta zatitua: aldi berean bi gauzetan arreta jartzeko gaitasuna da. Aldi berean informazio bat baino gehiago edo ekintza-prozesu bat baino gehiago hautatzeko gaitasuna da.

Arreta zatitua motak garrantzia handia du irakaskuntza munduan, batik bat ikastetxetan. Ikasleak ikastetxean ikasgai ezberdinetan egiten diren jarduerak egiteko prozesu kognitiboak egiten dituzte. Jarduera hauetan, arreta zatitua funtsezko zeregina betetzen du, adibidez: ikasle batek irakasleak esaten duenari arreta jarri behar dio eta aldi berean arbelera begiratu eta apunteak hartuko ditu. Batez ere, aldi berean estimulu ezberdinei arreta eman behar zaien egoeretan, edo zeregin batean kontzentratuta egon behar diren egoeretan, hortik kanpoko

elementuren bat haien arreta galtzera ez eramateko. Horregatik, estimulazio kognitiboa sustatzen duten eta hainbat estimuluren bidez eta zeregin bikoitza gauzatuz lana errazten duen egitura bat aurkezten duten jarduerak lantzea garrantzitsua da; horrela, burmuinaren bi hemisferioak lantzen dira aldi berean eta haien arteko komunikazioa eta informazio optimoa trukatzeko bilatzen da. Horretarako, BAPNE metodoko ariketak perkusioaren eta gorputz-mugimenduaren bidez atentzioa eskatzen duten prozesuak dira, epe laburreko eta luzeko memoria eta zeregin bikoitza eskatzen duten jarduerak lantzeko diseinatuta daude (Pons et al. 2014).

Jarduerak etengabe aldatzen dira, arreta eta konzentrazioa uneoro lantzeko, azkenean jarduera bat sintetizatzen bada mugimendua automatikoki aterako zaio ikasleari eta arreta eta konzentrazio maila gutxituko da. (Romero Naranjo, 2015).

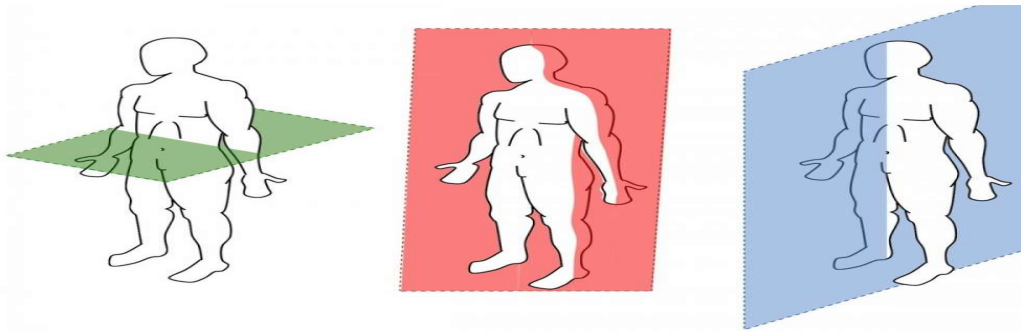
Honekin batera, Gorputzaren perkusioak, BAPNE metodoaren arabera, erritmoaren bidez eta norberaren gorputza musika-tresna gisa erabiliz, musika eta mugimendua integratu nahi ditu emozioa eta gizarte-harremanak lotzeko helburuarekin. Lehen aipatu bezala, metodoan ez dago irakasle eta ikaslearen arteko hierarkiarik eta metodoa normalean zirkulu handi batean lan eginez lantzen da. Beraz, erritmoa ardatz bezala edukita, interakzioen ugaritasunagatik eta ariketa ezberdinetan kideen artean ematen den kontaktuagatik, gorputz-perkusioa, BAPNE metodoa talde-lana sustatzeko, talde-kohesioa areagotzeko eta taldekideei taldekidetasun eta identitate zentzua emateko baliabide bihurtzen da. Hau guztia esanda, ikastetxeetan gaur egun arazoa den bullying egoerak ekiditeko baliagarria izan daiteke (Romero Naranjo, 2016).

4. METODOLOGIA

BAPNE metodologian estimulazio kognitiboa behar bezala garatzeko, oso garrantzitsua da jarraian azalduko diren alderdi jakin batzuei jarraitzea. Eskuinaldea eta ezkerreko txandakatzeko saiatu behar da beti, baita gorputz-adarrak ere (goikoa eta behekoa). Horrela, garuneko bi hemisferioak unero landuko dira (ezkerrekoa eta eskuinekoa). Ezkerreko eta eskuineko aldeak ez ezik, goiko eta beheko gorputz adarrak ere eta gorputzaren aurreko aldea eta atzeko aldea ere konbinatu behar dira egindako jardueretan eta mugimenduetan. Hau da, ez errepikatu bi kolpe gorputz-adar berarekin, adibidez bi klaskada esku berarekin, baizik eta bata ezkerrekin eta bestea eskuinarekin txandakatu. Honekin batera, ezker eskuin eta goiko eta beheko gorputz adarren koordinazioa landuko da (Romero Naranjo, 2015).

Hau guztia lantzeko, BAPNE metodoak plano biomekanikoen arabera sailkatzen eta antolatzen ditu bere jarduerak. Hauek dira planoak (Romero Naranjo, 2012):

- Plano sagitala: gorputza bi zatitan banatzen duena da, ezkerrekoa eta eskuinekoa. Plano honetan oinarritzen da lateralitasuna.
- Aurreko plano edo plano frontala: gorputza bi zatitan banatzen duena da, aurrealdea eta atzealdea.
- Plano horizontala: Goiko eta beheko gorputz-adarrak banatzen dituena da.



Plano horizontala

Aurreko plano edo frontala

Plano sagitala

Didaktikaren ikuspegitik, gorputzak sortutako soinuak goiko gorputz-adarretan eta beheko gorputz-adarretan (plano horizontala) kolpatutako soinetan sailka daitezke. Goiko gorputz adarretan, toraxa, abdomena, hatzekin egindako kriskitinak, txaloak eta zaplada dortsala dauzkagu. Beheko gorputz adarreko kolpeei dagokienez, aldiz, ipurmasailak, izterrak eta oinekin lurrari emandako kolpeak ezberdindu daitezke.

Metodoan gehienetan zirkuluan egiten da lana. Zirkuluan lan egiten denean eta, aldi berean, melodia bera abesten denean edo erritmo bera hautematen denean, oxitozinaren hormona estimulatzen da, eta horrek talde, komunitate eta, batez ere, gizarteratze sentimendua sortzen du (Romero Naranjo, 2015). Honekin batera ikasleen arteko harremana eta sozializazioa hobetuko da.

Mugimen-ikaskuntzako prozesuari dagokionez, ikaskuntza modu espezifikoan egituratzen da, marko teorikoan aipatutako bost arreta-motak (fokala, eutsia, zatitua, selektiboa eta alternantea), memoria eta kontzentrazioa indartzeko eta gaitasun motorrak areagotzeko.

Horregatik, metodoan jarduera motore hauek zehazten eta lantzen dira (Romero Naranjo et al. 2014):

1. Erritmoaren eta mugimenduaren ikaskuntza: Ikaskuntza motorren prozesua imitazioaren bidez ikasten da metodo honetan. Ikasteko modu hau ikusmenaren, entzumenaren, eta arlo kinestesikoaren estimuluaren bidez ikasten da (Gorputza nola mugitzen den askotariko estimuluak hauteman ondoren), gorputz-perkusioa irakasteko estimuluak oinarritzko tresna baitira.

2. Lateralitatea: Lateralitatea ikaskuntza-zailtasunei, dislexiari edo arreta-gabeziari estuki lotutako faktorea da, besteak beste. Beraz, metodoan garrantzi handia ematen diote atal honi. Hasteko, lateralitatea nola estimulatzen den azalduko da, horretarako hiru koordinazio desberdin landuko dira, eta hauek lateralitatea estimulatzen lagunduko dute (Romero Naranjo, 2012):

- Eskuzko begi-koordinazioa: Goiko gorputz adarrei dagokie. Koordinazio mota honetan, goiko gorputz adarrak koordinatu behar dira eta, batez bere, eskuek zuzentzen dituzte mugimenduak. Bestalde, mugimenduaren ibilbidea egiteko, entzumen eta ikusmen pertzepzioak behar dira.

- Hankeko begi-koordinazioa: Beheko gorputz adarrei dagokie. Koordinazio mota honetan, beheko gorputz adarrak koordinatu behar dira eta, batik bat, hankek zuzentzen dituzte mugimenduak. Bestalde, mugimenduaren ibilbidea egiteko, entzumen eta ikusmen pertzepzioak behar dira baita ere.

- Begi-koordinazio disoziatiboa: Eskuzko koordinazioaren eta hankarenaren arteko txandaketan oinarrituta dago. Entzumen eta ikusmen pertzepzioak ere kontuan hartzen dira.

Bestalde, lateralitatea bi modutan sailkatzen da metodoan ariketak egiterako garaian, ariketa mota hauek egiten diren bitartean koordinazioa garatuko da. Honako hauek dira aipaturiko lateralitateak:

- Alde bakarreko lateralitatea: Ariketak alde bereko beso baten edota hanka baten mugimendua dakarren. Adibidez, gorputzeko eskuineko alde bakarrik mugitzen denean; ariketak besoak zein hankak erabiliz egin daitezke.

- Aldebiko lateralitate: Eskuin eta ezker aldeak eta gorputz-adarrak txandakaturik, bi besoak edo bi hankak erabiltzen direnean lantzen da aldebiko lateralitatea. Adibidez: eskuineko besoa eta ezkerreko hanka mugitu behar diren ariketetan.

Azkenik, lateralitatea estimultzeko, lau ariketa mota sailkatzen dira metodoan, ariketa hauen bidez, koordinazioa ere garatuko da. Ariketa mota hauek nola lantzen diren jardueretan azalduko da. Ondorengoak dira ariketa mota ezberdinak:

- Lateralitate somatosensoriala: Horrela esaten zaio lobulu parietalaren zati somestesikoa (gorputzeko pertzepzio sentsorialak identifikatzen dituen burmuin zatia da) aktibatzen delako, entzumen estimulu baten pean ikasleak mugimendu baten bitartez erantzun behar du. Ariketa mota hau, ondoren TA-KI ariketaren bitartez landuko da, saio-sekuentzian azalduko dena.

- Lateralitate perkutitua: Bi eskuetako kolpeen bidez artikulatzen da, pultsuaren jarraipenaren eta dagokien eskuen txandakatzearen bidez egiten da ariketa, eta soinu-kolpeak zehaztuko du ariketa zuzena den ala ez. Ariketa mota hau, ondoren hiru silabako hitzekin abestuz landuko da, saio-sekuentzian azalduko dena.

- Lateralitate birakaria: Lateralitate mota hau goiko gorputz-adarretara bideratuta dago batez ere, eta eskuen errotazioa erabiltzen du: pronazioa eta supinazioa. Eskuek egin behar duten biraketa entzumen estimuluen bidez aktibatuko dira. Ariketa hau, saio sekuentzian agertzen den A-B-C-D ariketaren bitartez landuko da.

- Espazio lateralitatea: Lateralitate mota hau gorputzaren espazio tenporalaren erlazioan zentratuta dago, mugimenduaren bidez egiten dena, hau da, gorputzarekin perkusioa burutzen den aldi berean, ezkerrerantz eta eskuinerantz egiten diren desplazamenduekin zer ikusia du. Mugimendua erritmoak erregulatzen dute. Ariketa hau, saio-sekuentzian agertzen den abesti afrikarraren bitartez landuko da.

3. Kontradenbora: Kontradenborak egiteko, kontrol psikomotor zabala behar da, eta, horregatik, BAPNEen parametro zehatz batzuk ezartzen ditugu prozesua behar bezala ikasteko. Alderdi hau lantzeko kanonak erabiltzen dira. Kanonak hitzez eta gorputz perkusiozko kolpeen bidez sortzen dira. (Colomino et al., 2015) .

4. Gorputzaren kontrola espazioan: Garunak ez du mugimendua modu berean prozesatzen espazioan mugitzen bagara edo leku batean finko geratzen bagara. Horregatik, BAPNEen jarduerak mugimenduari eta espazioari lotuta egituratzen ditu (Romero Naranjo et al. 2014). Horretarako hiru kategoria hauek erabiltzen dira:

- Pasiboa: Desplazamendurik behar ez dituzten ariketak.

- Tartekoa: Espazio eta denbora jakin batean desplazamendua eskatzen duten ariketak.

- Aktiboa: Espazioan eta denboran mugimendu konstantea eskatzen duten ariketak.

5. PROPOSAMEN DIDAKTIKOA

5.1 TESTUINGURUA:

Metodologiaren saio-sekuentzia hau, Gasteizen kokatuta dagoen Lakuabizkarra ikastetxe publikoan egin da eta lehen Hezkuntzako 3. mailako ikasleentzako bideratuta dago. Maila hau hautatu da, Lehen Hezkuntzako garai honetan arlo motorreko garapen handiena ematen delako, horregatik da hain garrantzitsua trebetasun motorrak behin eta berriz lantzea. Kopuruari dagokionez, 25 ikasleko klasea da kontuan hartu dena eta bertan TDH eta dislexia duten ikasle bana daude. Metodo honek bi zailtasun kognitibo lantzen eta hobetzen laguntzen du eta ikasle hauek saioetan integratuta egoteko aukera izan dute.

Dislexia lateralitatearen bidez lantzen da BAPNE metodoan, eta TDH-a aurretik aipatutako bost arreta mota landuta lantzen da (foku arreta, arreta iraunkorra, zatitutako arreta, arreta selektiboa eta txandakatutako arreta). Beraz, bi trastorno hauek lantzeko aukera ezin hobe ere bada metodo hau.

Saioei dagokienez, horrela bananduta egon dira: lehenengo erdian, BAPNE metodoarekin zer ikusia duten ariketak egin dira. Saioaren beste erdian berriz, trebetasun motore ezberdinak lantzen dituzten jarduerak eta jolasak egin dira. Horrela, hauen estimulazio egoki bat lortu da.

5.2 KONPETENTZIAK:

Jarraian, Oinarrizko Hezkuntzaren curriculumak zehaztu eta Euskal Autonomia Erkidegoan ezartzen duen 236/2015 Dekretuak dioena kontuan hartuz, hauek izan dira landutako konpetentziak, etapako helburuak, eta edukiak:

Atal honekin hasteko, lehenik eta behin, konpetentziak zer diren azalduko da. Konpetentzia etorkizuneko eta momentuko zereginak modu egokian egiteko ahalmena da. Horretarako, trebetasun praktikoak, jakintzak, motibazioa, balio etikoak, jarrera, emozioak eta jokabideak modu egokian egitea eskatzen dute konpetentziak (Eusko Jaurlaritzako Hezkuntza Saila, 2015).

Hezkuntzan, konpetentzien barruan oinarrizko konpetentziak aurkitzen dira. Oinarrizko konpetentziak pertsona orok behar ditu bere burua ezagutzeko eta garatzeko, baita herritartasun egokia izateko, sozialki pertsona bakoitza sozietatean barneratzeko eta enplegurako egoki prestatuta egoteko (Oinarrizko Hezkuntza curriculum, 2015). Oinarrizko konpetentziak horrela sailkatuta daude:

1. Oinarrizko zehar konpetentziak:

Oinarrizko zehar konpetentziak, bizitzako alor eta egoera pertsonaletan, sozialetan, akademikoetan eta lanekoetan (diziplina-arlo guztietan nahiz eguneroko bizitzan), arazoak eraginkortasunez konpontzeko behar direnak dira. Ikasgai guztietan batera lan eginez sustatu eta sendotzen dira, eta bizitzako alor guztietan aplikatzen dira. Bost puntutan sailkatzen dira: 1. Hitzez, hitzik gabe eta modu digitalean komunikatzeko konpetentzia, 2. Ikasten eta pentsatzen ikasteko konpetentzia, 3. Elkarbizitzarako konpetentzia, 4. Ekimenerako eta ekiteko espirituko konpetentzia, eta 5. Izaten ikasteko konpetentzia.

1. Hitzez, hitzik gabe eta modu digitalean komunikatzeko konpetentzia: Hitzezko eta hitzik gabeko komunikazioa ulertzea eta erabiltzean datza. BAPNE metodoan hitzezko komunikazioa irakaslearen azalpenetan eta kantuetan erabiltzen da. Hitz gabekoa, berriz, gorputz-perkusioko kolpeetan eta irakaslearen zenbait azalpenetan.

2. Elkarbizitzarako konpetentzia: Taldean ikastea eta lan egitea da, nork bere ardurak onartuz eta helburu komuneko lanetan lankidetzan arituz. BAPNE metodoan egiten diren ariketa gehienetan taldeak osatzen dira.

3. Ekimenerako eta ekiteko espiriturako konpetentzia: Planifikatutako ekintzak gauzatzea eta, haiek doitzea esan nahi du. Ikasleek sekuentzia didaktikoan zehar planteatutakoa da

4. Izaten ikasteko konpetentzia: Bizitzan zehar agertzen diren sentimendu, pentsamendu eta ekintza pertsonalez gogoeta egitea eta haiek sendotzea edo egokitzea, alegia. Ikasleak sekuentzian zehar hainbat sentimendu zein frustrazio izan ditzakete. Hauek kudeatzen ikasi behar dute eta beraien sentimenduak azaleratzen.

2. Disziplina barneko konpetentziak:

Disziplina-arloren bateko baliabideak erabiliz bizitzako maila pertsonalean, sozialean, akademikoan eta laborean arazoak eraginkortasunez konpontzeko behar diren konpetentziak

dira. Saio-sekuentzia Gorputz Hezkuntzako irakasgaian landuko da. Beraz, barneko kompetentzietan, kompetentzia motorra hautatu da, hiru puntu hauei garrantzia emanez:

- Jokabide motor autonomorako gaitasuna eta oinarrizko trebetasunak lantzea, banaka nahiz taldean, ongizate pertsonala eta soziala bermatzeko.
- Gorputza naturaltasunez edo intentzios erabiltzea komunikatzeko eta adierazteko, gorputz-perkusioa ardatza delarik.
- Jokabide motorra erabiltzea norberaren kultura-nortasuna sendotzeko, eta kulturartekotasuna eta intrakulturalitatea onartu eta balioesteko. BAPNE metodoan kultura ezberdineko kolpe-sekuentziak ikasten dira eta ikasleek hauek errespetatu beharko dituzte.

3. Helburu didaktikoak:

Helburu didaktikoei buruz hitz egiten denean, ikasleek ikastea espero denaz hitz egiten da. Saio sekuentzia honetan, helburu didaktiko hauek zehazten dira:

- Klase/talde-kideak errespetatzea eta jarrera aktiboa izatea lankidetzan aritzeko.
- Diskriminazioa baztertzea ikasleak berdintasunean eta baloreetan hezteko.
- Norberak bere gorputzeko atal ezberdinak ezagutzea, gorputz-perkusioaren bidez.
- Gorputz-perkusioaren bidez, trebetasun motorrak lantzea.
- Gorputz-perkusioaren bidez, arreta, kontzentrazioa eta memoria lantzea.
- Arauak errespetatzea klaseko giroa egokia izateko.

4. Etapako helburuak:

Gorputz Hezkuntza arloko irakaskuntzak hainbat kompetentzia lortzea du helburu lehen hezkuntzako etapan. Kurrikulumean zazpi kompetentzia azaltzen dira baina erabiliko den saio-sekuentzian zazpi horietatik lau landuko dira zehazki:

- Hautemate-gaitasunak eta ahalmen motorrak aztertzea gorputz perkusioa eta jolasen bitartez, nork bere buruarenganako konfiantza eta norberaren ongizatea sustatuz, osasunerako onuragarria izan dadin.
- Trebetasun eta ahalmen fisikoak garatzea, gorputz perkusioa eta jolasa erabiliz, oinarrizko baliabideak diren aldetik.
- Gorputzaren eta mugimenduaren adierazpen-bitartekoen berri jakitea, haiek sentipen berriak bizitzeko.
- Jarduera fisikoetan parte hartzea, besteekin batera talde-harremanak sustatzen dituzten proiektuak garatuz.

5. Edukiak:

Edukiei dagokionez, Gorputz Hezkuntzako ikasgaien irakaslearen lanaren ardatza gorputza eta mugimendua dira. Beraz, batetik, gorputzaren hezkuntza eta mugimendua landuko dira gaitasun fisiko zain motorrak hobetzeko; eta bestetik, gorputz-hezkuntzaren eta mugimenduaren bidez, konpetentzia afektiboarekin eta harremanekin ere lotuta daudenak, gizartean bizitzeko beharrezkoak diren konpetentziak bereganatuko dituzte ikasleek. Gaur egun, hezkuntzan bi ziklo banatzen dira: lehenengo, bigarren eta hirugarren mailek lehenengo zikloari dagokie, eta laugarren, bostgarren eta seigarren mailek, bigarren zikloari. Saio-sekuentzia hau hirugarren mailako ikasleentzat prestatuta dago, beraz, lehen zikloko eduki multzoa erabiliko da. Bestalde, edukiak bost multzotan banatzen dira, kasu honetan bost multzo horietatik lau hautatu dira saio-sekuentzian landuko diren edukiak direlako. Honako hauek dira multzoak:

1. MULTZOA. Eduki komunak:

- Ideiak sortzea, (...).
- Harremanak eta komunikazioa lantzea.
- Taldean laguntzeko lanetan laguntzea eta elkarlanean aritzea.
- Gatazkak kudeatzea.

2. MULTZOA. Norberaren ezagutza eta kontrola

- Barne eta kanpo estimuluekiko pertzepzio-ahalmenak lantzea.
- Gorputzaren eskema orokorra eta atalkakoa arakatzeko eta egituratzea.
- Lateralitatea eta haren espazio-proiektzioa finkatzea.
- Espazioaren eta denboraren pertzepzioa lantzea.
- Oinarrizko trebetasun motorrak erabiltzeko moduak lantzea eta.

3. MULTZOA. Gorputz-adierazpena eta komunikazioa

- Gorputzaren kanpo-erritmoak ikertzea eta horiez jabetzea.
- Mugimenduak osatzea, erritmoaren harira.

5. MULTZOA. Kultura motorra: aisia eta denbora librerako hezkuntza.

- Jolaseko arauak, jarraibideak, estrategiak eta haietan parte hartzen duten pertsonak onartzea eta errespetatzea.

6. Ebaluazio irizpideak:

Edukiak zehaztu ondoren, eduki horien ebaluazio irizpideak zehazten dira curriculumean, kasu honetan lehen zikloko ebaluazio-irizpideetan oinarrituko da saio sekuentzia. Bederatzi ebaluazio adierazle egon arren, bost hartu dira aintzat, saio sekuentziarekin bat datozelako:

1. Ikusi, entzun eta ukitzeko estimuluak identifikatzea eta gorputzak horiekiko erreakzioak izatea, estimulu horien ezaugarrietara egokitutako erantzun motorrak emateko.
 - Ikusi eta entzundako erritmoak errepikatzen dituzte ikasleek, hauek ikusi ondoren.
2. Askotariko mugimendu eta jauziak egitea, berme-puntuak, zabalerak eta maiztasunak aldatuta, koordinazio egokiz eta espazioan orientazio ona izanda, eta bi trebetasun horiek koordinazioz eta orekaz konbinatzea, ariketaren baldintzen arabera doituta gorputzaren mugimenduak.
 - Oinarrizko trebetasun erabiltzea dakarten jardueretan zein jokoetan aritzen da.
 - Espazioaren eta denboraren baldintzetara (iraupenera, erritmora, mugimendu segidara, noranzkora, jarraibideetara eta gainerako baldintzetara) egokitzen ditu gorputzaren mugimenduak.
3. Gorputza zenbait jarreratan jartzea eta orekatzea, tentsioa, erlaxazioa eta arnasketa kontrolatuz.
 - Egoera motorrari dagozkio jarrera egokiak hartzen ditu.
 - Gorputz-ataletako gihar-tonua kontrolatzen du, proposatutako jarduera motari erreparatuta.
4. Jolasetan parte hartzea eta gozatzea, bai alderdi motorretan, bai ikaskideekiko harremanetan, eta arauak ezagutzea eta gainerako pertsonak onartzeko jarrera izatea.
 - Gogoz eta inplikaturik parte hartzen du proposatzen diren ariketa fisikoetan.
 - Jolaskideak errespetatzen ditu, ez ditu diskriminatzen.
7. Erritmo-egitura xumeak proposatzeaz eta jotzea eta horiek gorputzaren bidez adieraztea, tresnekin eta tresnarik gabe.
 - Erritmo askotarikoak adierazten ditu mugimenduaren bidez
 - Erritmoak, gorputzaren mugimenduaren bidez adierazten ditu (lekuz aldatuz, jauzi eginez, txaloak joz, kolpeak emanez).

5.3 SAIO-SEKUENTZIAKO ARIKETAK:

Saio sekuentzia honek, lehen aipatu den moduan, lau saio izango ditu. Saio bakoitza ordu batekoa izango da eta lau ariketa ezberdin egingo dira. Lehenengo bi ariketak BAPNE metodoarekin zerikusia duten ariketak izango dira, eta hurrengo bi ariketak edo jolasak oinarrizko trebetasunekin zerikusia dutenak. Horrela, ikasleek BAPNE metodoko ariketen bitartez jasotzen dituzten estimuluak, eta oinarrizko trebetasunekin loturiko jolas eta jardueretan estimulu horiek garatzen joango dira ikaskuntza sendo bat lortuz.

1. SAIOA:

BAPNE metodoko ariketak: (Edu Think, 2018, 0min – 27min 23 seg)

1. JARDUERA:

- **Izena:** TA-KI

- **Azalpena:** ikasleek zutik egon beharko dute zirkuluan. Irakasleak adieraziko du eskuineko eskuari TA deituko diola, eta ezkerrekoari KI. Ikasleek irakasleak esandakoa ahoz errepikatzen dutenean, eskuineko eskua sakatu behar dute TA hitza ematen dutenean, eta ezkerrekoa sakatu, KI hitza ematen dutenean, horrekin batera dagokion hankaren mugimendua egin beharko dute. Hau da, TA denean eskuin pauso bat, eta KI denean ezkerreko pauso bat. Guzti hau progresiboki lantzen da, lehenengo eskuen mugimendua eta ikasleak hau barneratuta dutenean hanken mugimendua sartzen da, hain zuzen. Irakasleak hitzezko patrioiak planteatzen ditu, eta ikasleek horiei erantzun behar diete, baina dagozkien eskuak estutuz eta hankeko mugimendua eginez.

- **Lantzen diren aspektuak:** ariketa honetan aldebiko lateralitatea landuko da plano sagitaleko lau ardatzetan: ezkerreko, eskuina eta goiko eta beheko gorputz adarrak. Koordinazio dinamiko orokorra eta begi-koordinazio disoziatiboa lantzen da, goiko eta beheko gorputz adarrak momentu berdinean koordinatuz. Arreta ere lantzen da, batik bat foku-arreta eta arreta zatitua, azkenik ariketa ondo atera dadin konzentrazio maila handia behar da.

- **Progresioa:** Behin mugimenduak barneratu dituztela, ikasleak eskutik emanda jarriko dira zirkuluan. Ariketa berdina izango da baina kasu honetan, kidearen eskua estutuko dute. TA entzutean eskuin eskuarekin estutuko dute kidearen eskua, eta KI entzutean, ezkerrekoarekin.

- **Lantzen diren aspektuak:** Progresio honetan, lateralitate somatosensoriala landuko dute. Ariketan bi estimulu ez berdina izango ditu: batetik, irakasleak esandako mugimendua egin

beharko du, eta bestetik, estimulua kideak estututako eskutik datorkiona izango da. Beraz, gorputz ataleko hainbat pertzepzio sentsozial identifikatuko ditu ikasleak. Kasu honetan, foku-arreta eta arreta zatitua ez ezik, arreta selektiboa ere lantzen da. Aurretik aipatu diren aspektuak ere lantzen dira.

- **Zailtasunak:** zailtasunak dituzten ikasleei, esku bakoitzean hitzak margotuko zaizkie; hau da, TA eskuin eskuan eta KI ezkerreko eskuan.

2. JARDUERA:

- **Izena:** A-B-C-D

- **Jardueraren azalpena:** Eskuek egin behar duten biraketa entzumen estimuluen bidez aktibatuko dira. Ikasleek borobilean daudela, hasierako posizioa honako hau izango da: eskuineko esku-azpia gora begira edukiko dute eta ezkerrekoa berriz behera begira, eta klasekideen eskuekin kontaktuan egongo dira denbora guztian. Entzumen-estimuluen bidez esku-azpiak errotatu beharko dituzte. Honako indikatzailerekin mugitu beharko dituzte eskuak:

A entzutean, ezkerreko esku azpia beherantz begira egon behar da eta eskuineko eskua azpia gorantz begira.

B entzutean, eskuineko esku azpia beherantz begira egon behar da eta ezkerreko eskua azpia gorantz begira.

- **Lantzen diren aspektuak:** lateralitate birakaria landuko da, aldebiko lateralitatea, koordinazio dinamiko orokorra, eskuzko begi-koordinazioa zein hankeko begi-koordinazioa lantzen da, foku arreta eta arreta zatitua, azkenik, konzentrazioa ere lantzen da.

- **Progresioa:** C eta D letrak sartzea izango da. Irakasleak letra hauek aipatzerakoan ikasleek honako hau egin beharko dute:

C entzutean, txalo bat egin beharko dute eta eskua azpiak zeuden posizioan jarri beharko dituzte berriro ere.

D entzutean, hankekin bi kolpe jo behar dituzte lurrean, esku azpiak dauden posizioan mantenduz.

- **Zailtasunak:** Zailtasunak dituzten ikasleei, A letra ezarriko zaie ezkerreko eskuan eta B letra eskuineko eskuan.

TREBETASUN MOTORREN ariketak:

3. JARDUERA:

- **Izena:** Uztaien jolasa

- **Jardueraren azalpena:** Ikasleek lurrian hainbat koloretako uztai izango dituzte, koloreak honako hauek izango dira: gorria, urdina eta horia. Ikasleak uztaietatik ibili beharko dira, uztai gorrian eskuineko hanka sartu beharko dute, urdinean ezkerreko hanka eta horian, azkenik, biak. Beraz, uztaietan zehar ibiltzean uztai horian izan ezik, ikasleek hanka baten gainean ibili beharko dute. Lateralitatea, koordinazioa, arreta eta konzentrazioa lantzea bilatuko da jolas honetan.

- **Lantzen diren aspektuak:** lateralitateari dagokionez, aldebikoa lantzen da, beheko gorputz adarrekin, hankeko begi-Koordinazioa zein koordinazio dinamiko orokorra lantzen da, oreka, espazio eta denbora egiturak, arreta iraunkorra, arreta zatitua, arreta selektiboa eta foku-arreta. Azkenik, konzentrazioa ere eskatzen du jolas honek.

- **Progresioak:** Behin ikasleak modu egokian uztaien gainetik ibiltzen direla ikustean, harrapaketa jolasa egingo da uztaien gainetik ibilita.

- **Zailtasunak:** Zailtasunak dituzten ikasleei, eskuineko eskuan kolore gorriko gometsa itsatsiko zaie, ezkerrekoan berriz, urdin koloreko gometsa.

- **Materiala:** Uztai gorria, horia eta urdina, gometsak gorriak eta urdinak.

4. JARDUERA:

- **Izena:** 1-2-3-4 jolasa:

- **Jardueraren azalpena:** Ikasleak ilara batean jarriko dira eta denak leku berdineren begiratu jarriko dira. Irakasleak 1,2,3 eta 4 zenbakiak esango ditu. 1 zenbakiarekin ikasleak eskuinera korrika aterako dira eta ondoren hasierako lekura bueltatuko dira. Irakasleak 2 zenbakia esaten duenean ikasleak ezkerreko aldera korrika atera beharko dira eta ondoren hasierako tokira bueltatu. 3 zenbakiarekin, ikasleak tokitik mugitu gabe buelta erdia eman beharko dute, eta 4 zenbakia esatean salto batez buelta osoa eman beharko dute. Jolas honen helburua lateralitatea lantzea izango da.

- **Lantzen diren aspektuak:** lateralitateari dagokionez, alde bakarreko lateralitatea lantzen da, koordinazio dinamiko orokorra jorratzen da, baita foku-arreta, zatitutako arreta, konzentrazioa eta espazio eta denbora egiturak ere.

- **Zailtasunak:** Zailtasunak dituen ikasleari 1 zenbakia eskuineko eskuan margotuko zitzaion eta 2 zenbakia ezkerreko eskuan margotu zitzaion jarduera errazteko.

2.SAIOA:

BAPNE metodoko ariketak:

1. JARDUERA:

- **Izena:** 1-2-3

- **Azalpena:** : Ikasleak binaka jarri beharko dira eta bat-bi-hiru sekuentzia ahotsaren bitartez jarraitu beharko dute. Hau da, lehenengo, kide batek “bat” esan beharko du, hurrengoak “bi”, eta hasieran “bat” esan duenak “hiru” esan beharko du.

- **Lantzen diren aspektuak:** Foku-arreta, arreta iraunkorra, txandakako arreta eta kontzentrazioa lantzen da batik bat ariketa honetan.

- **Progresioa:** Ondoren, ariketa zailtzeko zenbakia esan beharrean txalo bat egin beharko dute bat, bi edo hiru zenbakian. Irakasleak esango die zein mugimendu egin beharko duten eta zer zenbakitan egingo behar duten mugimendua. Adibidez: eskuineko hankarekin kolpe bat eman lurrean bi zenbakia entzutean.

- **Lantzen diren aspektuak:** aurreko aspektuak ez ezik, koordinazio dinamiko orokorra eta alde bakarreko lateralitatea ere landuko dira.

2. JARDUERA:

- **Izena:** hiru silaba dituen hitzarekin abestu

- **Jardueraren azalpena:** Ariketa hau binaka egiten da ikasleak aurrez aurre daudela. Haurren jolas tradizionalak baliabide oso egokia dira ariketa mota hau lantzeko. Hiru silaba dituen hitz batekin egin daiteke, adibidez ES-KO-LA: ES silaban eskuineko eskuak kolpatuko dira, KO silabarekin ezkerrekoa, eta LA silabarekin, bi eskuak.

- **Lantzen diren aspektuak:** lateralitate perkutitua, alde biko lateralitatea, koordinazio dinamiko orokorra eta eskuzko begi-koordinazioa, foku-arreta, arreta selektiboa, zatitutako arreta, kontzentrazioa eta espazio eta denbora egiturak lantzen dira.

- **Zailtasunak:** ES silaba eskuineko eskuan idaztea eta KO silaba ezkerrekoan.

TREBETASUN MOTORREN ariketak:

3. JARDUERA:

- **Izena:** Banderak lortu

- **Jardueraren azalpena:** : Bi talde egingo dira jolas honetan, zelaiaren alde bakoitzean 10 kono egongo dira banderak simulatuz. Jolasaren helburuan talde batek bandera guztiak lortzea izango da. Ikasleak erabiliko den eremuaren erdian jarriko dira parez pare hau da, talde bateko kideak eta beste taldeko kideak bikote bat osatuko dute. Bikoteak aurkariak izango dira; hau da, bikotean talde gorriko ikasle bat egongo da eta talde urdineko beste ikasle bat. Bikoteak BAPNE metodoko 1-2-3 ariketa egin beharko dute eta ariketa honetan datza: Ikasleak binaka jarri beharko dira eta bat-bi-hiru sekuentzia ahotsaren bitartez jarraitu beharko dute. Hau da, lehenengo kide batek “bat” esan beharko du, hurrengoak “bi” eta hasieran bat esan duenak “hiru” esan beharko du. Ondoren, ariketa zailtzeko zenbakia esan beharreak txalo bat egin beharko dute 1, 2 edo 3 zenbakian. Irakasleak esango die ze mugimendu egin beharko duten eta zer zenbakitan egingo duten mugimendua. Bikoteko batek sekuentzia ez duenean ondo egiten, aurkaria bere zelai aldera pasako da bandera bat hartzera eta bere zelaira eramango du bandera. Arreta eta konzentrazio lantzea bilatuko da jolas honen bitartez.

- **Lantzen diren aspektuak:** : Foku-arreta, arreta iraunkorra, txandakako arreta, konzentrazioa, koordinazio dinamiko orokorra eta alde bakarreko lateralitatea.

- **Materiala:** hamar kono urdin eta hamar kono gorri.

4. JARDUERA:

- **Izena:** Noraezean

- **Jardueraren azalpena:** Ikasleek jolas honetan irakaslearen kontrako norantzan mugitu beharko dira. Hau da, irakaslea ikasleekin parez pare egongo da eta irakaslea ikasleen ispilu izango da. Irakaslea ezkerrean joaten bada ikasleek haren ezkerrean joan beharko dute eta parez pare daudenez norantza ez berdinean joango dira. Irakaslea aurrerantz joanez gero, ikasleek atzerantz joan beharko dute. Lateralitatea, arreta eta konzentrazioa lantzea bilatuko da jolas honetan.

- **Lantzen diren aspektuak:** Eskuzko zein hankeko begi-koordinazioa, koordinazio dinamiko orokorra, espazio eta denbora egiturak, aldebiko lateralitatea, foku-arreta, arreta iraunkorra, arreta selektiboa, arreta zatitua eta konzentrazioa lantzen dira.
- **Progresioa:** Irakasleak “YA” esatean, harrapatzaile bat egongo da eta denbora tarte batean harrapaketatik ibiliko dira ikasleak. Irakasleak “BALE” esatean berriro ere noraezean jarduerarekin ekingo diote irakaslea zein ikasleak.
- **Zailtasunak:** Zailtasunak dituzten ikasleak irakaslearen ondoan jarriko dira eta ez dira irakaslearen ispilu izango. Irakaslearen norantza berdinean joango dira.

3.SAIOA:

BAPNE metodoko ariketak:

1. JARDUERA:

- **Izena:** Perkusio-sekuentzia

- **Azalpena:** : Sekuentzia honetan ikasleak borobilean daudela egingo dute eta lau ataletan banatuko da, lehenengo atala bi kolpe markatzea izango da eta horretarako bi txalo emango dira. Bigarren atala, hiru kolpe markatzea izango da eta saihestetan emango dira hirurak. Hirugarren atala, lau kolpe markatzea izango da eta izterretan emango dira, eta laugarren atala, bi kolpe markatzea izango da oinekin lurrean. Behin sekuentzia osoa bukatutakoan sekuentzia behin eta berriz errepikatuko da.

Ikasleek sekuentzia barneratzean, kanonak sartuko dira kontradenborak lantzeko. Hau da, borobila hasieran bi zatitan banatuko da eta talde batek sekuentzia denbora-tarte batean egingo du, eta beste taldeak sekuentzia berdina egingo du baina beste taldearen atzetik joango da. Erraz egiten badute, taldea hiru edo zatitan banatu daiteke.

- **Lantzen diren aspektuak:** Aldebiko lateralitatea, koordinazio dinamiko orokorra, begiz koordinazio disoziatiboa, espazio eta denbora egiturak, foku-arreta, arreta zatitua, arreta iraunkorra, arreta selektiboa eta konzentrazioa.

- **Progresioa:** Ariketa honen progresioa ahotsa sartzea izan daiteke. Hau da, bi kolpe ematen direnean bi silabako hitza ahoskatu beharko da kolpeekin batera, hiru kolpe ematean hiru silabako hitza ahoskatu beharko da, eta lau kolpe ematean 4 silabako hitza ahoskatu beharko da.

2. JARDUERA:

- **Izena:** Pauso-sekuentzia

- **Jardueraren azalpena:** Ariketa hau ikasleak borobilean daudelarik egingo dute, pausoekin lurrean karratu bat irudikatu beharko dute. Hau da, lau pauso emango dituzte, bi pauso aurrea eta bi atzera karratu bat irudikatuz. Behin pauso-sekuentzia ondo markatzen delnean honako ariketa hauek egin daitezke: txaloak pauso desberdinetan sartzea, hau da, lehenengo txaloa bat zenbakian edo lehenengo pausoan sartzea eta errepikapen batzuk horrela egin. Ondoren, bigarren pausoan txaloa sartzea, gero, hirugarren pausoan eta azkenik laugarrenean.

- **Lantzen diren aspektuak:** Espazio lateralitatea, aldebiko lateralitatea, koordinazio dinamiko orokorra, begi-koordinazio disoziatiboa, espazio eta denbora egiturak, foko-arreta, arreta zatitua, arreta selektiboa, arreta iraunkorra, txandakako arreta eta konzentrazioa.

- **Progresioa:** Sekuentzia egiterakoan, sekuentzia abesti batekin egitea izango da. Abestu lau pausoak ematen diren bitartean. Abestia: “Elefante pausoez ibili naiteke (bis), bat bi hiru bat bi hiru, denok batera dantzatuko dugu (bis)”. Hasieran irakasleak abestuko du eta ondoren abestutakoa ikasleak errepikatuko dute lau pauso ematen dituzten bitartean.

-**Laguntza:** Zailtasunak dituzten ikasleei lurrean 1,2,3 eta 4 zenbakiak idatziko zaizkie eta karratu bat osatuko dute zenbakiekin. Hau da, bat zenbakia zapaltzeko eskuin eskuarekin pausua aurrera eman beharko dute, bi zenbakia zapaltzeko ezkerreko hankarekin pauso bat aurrera eman beharko dute, hiru zenbakia zapaltzeko pauso bat atzera eman beharko dute eskuin hankarekin eta lau zenbakia zapaltzeko pauso bat atzera eman beharko dute ezkerreko hankarekin. Beti sekuentzia bat zenbakiarekin hasiko da.

TREBETASUN MOTORREN ariketak:

3. JARDUERA:

- **Izena:** Harrapaketa jolasa eta perkusio-sekuentzia.

- **Jardueraren azalpena:** Irakasleak perkusio-sekuentzia ezberdinak markatuko ditu eta ikasleak errepikatu beharko dute. Irakaslea “YA” esatean harrapatzailea dena iheslariak harrapatu beharko ditu. Norbait harrapatu ez gero, rol aldaketa emango da harrapatzaile eta iheslariaren artean. Irakasleak “BALE” esatean, irakasleak perkusio-sekuentzia ezberdinak markatzen hasiko da eta ikasleek berriro errepikatu beharko dute.

- **Lantzen diren aspektuak:** : Espazio lateralitatea, aldebiko lateralitatea, koordinazio dinamiko orokorra, begi-koordinazio disoziatiboa, espazio eta denbora egiturak, foko-arreta, arreta zatitua, arreta selektiboa, arreta iraunkorra, txandakako arreta eta konzentrazioa.

4. JARDUERA:

- **Izena:** Ispiluaren jolasa

- **Jardueraren azalpena:** Irakaslea zelaiaren alde batean egongo da eta ikasle guztiak zelaiaren beste aldean. Ikasleen helburua zelaia zeharkatzea izango da. Jarduera honetan irakasleak bere gorputz ataleko atal ezberdinak mugituko ditu eta ikasleek irakasleak egiten duena errepikatu beharko dute. Hau da, irakasleak eskuineko eskua mugitzen badu, ikasleek esku berdina mugitu beharko dute. Ikasleek mugimendua ondo egiten badute pausu bat aurrerantz joango dira eta mugimenduan nahasten badira, ez dira mugituko. Pausoak aurrera emanez lortuko dute zelaia zeharkatzea.

- **Lantzen diren aspektuak:** : Eskuzko zein hankeko begi-koordinazioa, koordinazio dinamiko orokorra, espazio eta denbora-egiturak, aldebiko lateralitatea, foko-arreta, arreta iraunkorra, arreta selektiboa, arreta zatitua eta konzentrazioa lantzen dira.

- **Zailtasunak:** Zailtasunak dituzten ikasleak irakaslearen ondoan jarriko dira eta ez dira irakaslearen ispilu izango. Irakaslearen norantza berdinean joango dira.

4.SAIOA:

BAPNE metodoko ariketak:

1. JARDUERA:

- **Izena:** Abesti afrikarra

- **Azalpena:** : Erritmoa hasieran hankekin markatuko da eskuin eta ezkerreko hankekin denbora bateko kolpeak emanez. Abestia “owi sanga sanga owi sanga ja” Ghanako abestia da. Ondoren eskuen kolpeak sartuko dira: eskuineko hankarekin kolpea markatzean eskuekin ere saihetsak kolpatu beharko dira eta ezkerreko hankarekin kolpea markatzea eskuekin izterrak kolpatuko dira. Hau guztia abestia abesten den bitartean egingo da.

- **Lantzen diren aspektuak:** Espazio-lateralitatea, aldebiko lateralitatea, koordinazio dinamiko orokorra, begi-koordinazio disoziatiboa, espazio eta denbora-egiturak, foko-arreta, arreta zatitua, arreta iraunkorra, arreta selektiboa eta konzentrazioa.

- **Progresioa:** Kolpeak saihetsetan eta izterretan eman beharrean kontradenborak sartzea txaloen bitartez.

2. JARDUERA:

- **Izena:** Kanpaindari abestiaren ariketa

- **Jardueraren azalpena:** Sekuentzia honako hau izango da: ikasleak borobilean egongo dira, lau pauso aurrera eman beharko dituzte eta pareko ikaslearekin “1-2-3” sekuentzia bi aldiz egin beharko dute kideen eskuak txalotuz. Ondoren, lau pauso atzera eman beharko dituzte eta hauek ematerakoan bakoitzak “1-2-3” sekuentzia eskuekin txalokatuz egin beharko dute. Sekuentzia hau ikasleek barneratzen dutenean abestu eta sekuentzia batera egin beharko dute. Abestiaren letra ondorengoa da: “kanpai jole, kanpai jole, non zaude? non zaude?, kanpaiak jotzen, kanpaiak jotzen, din don dan, din don dan”.

Abestiaren eta pausoen sekuentzia horrela banatuko da: lau pauso aurrera “kanpai jole kanpai jole” 1-2-3 kidearekin txalokatuz “nun zaude nun zaude” lau pauso atzera “kanpaiak jotzen, kanpaiak jotzen” 1-2-3 norberak txalokatuz “din don dan, din don dan”.

- **Lantzen diren aspektuak:** : Espazio lateralitatea, aldebiko lateralitatea, koordinazio dinamiko orokorra, hankeko zein eskuko begi-koordinazio, espazio eta denbora egiturak, foko-arreta, arreta zatitua, arreta selektiboa, arreta iraunkorra, txandakako arreta eta konzentrazioa.

TREBETASUN MOTORREN ariketak:

3. JARDUERA:

- **Izena:** Globoa alde batetik bestera eramatea.

- **Jardueraren azalpena:** Binaka globo bat izango dute ikasleek eta globo hori lurra ukitu gabe zelaiaren alde batetik bestera eraman beharko dute, bikotearen kide bat zuzendaria izango da eta beste kidea zuzendariak egiten duenaren kontrakoa egin beharko du. Hau da, zuzendariak globoa eskuineko eskuarekin kolpatu ez gero bere kideak ezkerreko eskuarekin kolpatu beharko du. Helmugara iristean rol aldaketa bat emango da.

- **Lantzen diren aspektuak:** begi-koordinazio disoziatiboa, koordinazio dinamiko orokorra, espazio eta denbora egiturak, aldebiko lateralitatea, foko-arreta, arreta selektiboa, arreta zatitua eta konzentrazioa lantzen da.

- **Materiala:** globoak

4. JARDUERA:

- **Izena:** Zuzendariaren jolasa.

- **Jardueraren azalpena:** Haur guztiak borobilean jarriko dira, bat zuzendaria izango delarik. Zuzendariak gorputz-perkusiozko kolpeak joko ditu eta gainerakoek bere mugimendua errepikatuko dute. Borobiletik kanpo dagoenak zuzendaria zein den asmatu beharko du.

- **Lantzen diren aspektuak:** : Eskuzko zein hankeko begi koordinazioa, koordinazio dinamiko orokorra, espazio eta denbora egiturak, aldebiko lateralitatea, foku-arreta, arreta iraunkorra, arreta selektiboa, arreta zatitua eta kontzentrazioa lantzen da. Lehenengo talde txikietan egingo da.

- **Progresioa:** Ariketa talde handian egitea.

5.4 SAIOPEN EBALUAZIO IRIZPIDEAK:

Ebaluazio irizpideak lau atal ezberdinetan banatuko dira. Lehenik, BAPNE metodoarekin zerikusia dutenak; bigarrenik, trebetasun motorrekin zerikusia dutenak; hirugarrenik, arreta eta kontzentrazioarekin zerikusia dutenak; eta azkenik, jarrera eta errespetuarekin zerikusia dutenak, azken honi garrantzi handia emango zaio, ezinbestekoa baita taldeko giroa ona izan dadin.

Ebaluatzeko, ezinbestekoa da irakasleak behar bezala behatzea, modu planifikatuan, definitutako parametro batzuekin, ahalik eta ebaluazio egokiena egin ahal izateko. Helburua bilakaera esanguratsua ikustea da, ez da emaitzetan zentratuko, baizik eta ume horrek ibilbide guztian izan duen hobekuntzan. Horrek esan nahi du, ikasle bakoitza gizaki bakar gisa tratatu behar dela, eta ez modu uniformearen. Horretarako, lorpen adierazleak progresiboak dira. Jarraian, atal bakoitzaren ebaluazio irizpideak azalduko dira, hauen errubrika eranskinetan egongo da. (eranskinak 1)

BAPNE metodoko ebaluazio irizpideak: %20

- Pultsua mantentzeko gai da edo aurreratu eta atzeratu egiten da.
- Zenbait plano biomekaniko konbinatzean pultsua jarraitzeko gai da.
- Ikasleak bere ahotsa zein pultsua mantentzeko gai da ala galdu egiten da
- Desplazamenduak kontrolatzeko gai da.
- Ahotsa zein pultsua sartzekoan desplazamenduak kontrolatzeko gai da.

Trebetasun motorreko ebaluazio irizpideak: %20

- Eskuineko eta ezkerreko eskuak zuzen bereizten ditu eta gai da ondo koordinatzeko.
- Eskuineko eta ezkerreko hankak zuzen bereizten ditu eta gai da ondo koordinatzeko.
- Gai da mugimenduak ondo koordinatzeko.
- Plano sagitalak bereizten ditu eta bi eskuekin zein bi hankekin gai da plano sagital ezberdinetan lana egiteko.
- Gai da espazioa eta denboran arteko erlazioa egiteko..

Arreta eta konzentrazioko ebaluazio irizpideak: %20

- Gai da atentzioa mantentzeko.
- Gai da konzentrazioa mantentzeko.
- Ikaslea ekintzarekin jarraitzeko gaitasuna du jardueran estimulua aldatzen direnean.

Jarrerako ebaluazio irizpideak: %40

- Taldekideekin tolerantzia eta errespetuzko jokaerak ditu.
- Enpatikoa izateko gai da, batik bat zailtasunak dituzten ikasleekin.

6. ONDORIOAK

Ondorioekin hasteko, hasierako galdera eragilea erantzuten saiatuko da, galdera honako hau da: BAPNE metodoa trebetasun motorrak eta arreta lantzeko baliabidea izan daiteke Gorputz Hezkuntzako klaseetan?

Hasteko saio-sekuentzia aurrera ezin izan dudala eraman esan behar dut, baina, Diaz (2017) eta Ortíz eta Dauder (2017) adituek diote, posible dela gorputz perkusioaren bitartez trebetasun motorrak lantzea eta hobetzea. Beraz, BAPNE metodoa gorputz perkusioan oinarrituta dagoenez, lan honetan plazaratzen den saio-sekuentzia trebetasun motorrak lantzeko baliagarria dela esan daiteke. BAPNE metodoko ariketak ez ezik, trebetasun motorrak lantzeko ariketak ere azaltzen dira eta bi ariketa mota hauek nahastuz ikasleek trebetasun motorren estimulazio egokia izango da.

Bestalde, arreta lantzea posible den galdetzen da galdera eragilearen bitartez, Romero Naranjo (2016) adituak dioten moduan, BAPNE metodoaren bitartez arreta lantzen da. Beraz, ikasleek saio-sekuentzian BAPNE metodoaren ariketak egiten dituzten bitartean, haien arreta

estimulatuko da. Gainera, trebetasun motorreko ariketetan ere ikasleen arreta estimulatzeko bideratuta daude, beraz bi ariketa mota hauek nahastuz ikasleek haien arreta modu egokian estimulatu dutela uste da.

Ondorioekin amaitzeko, lanaren inguruko hausnarketa pertsonal bat egingo dut. Aurretik esan dudan moduan, lanean azaltzen den saio sekuentzia ezin izan da aurrera eraman. Hala ere, gogo biziz eta irrika handiarekin nago saio sekuentzia hau ikasleekin aurrera eramateko. Lan honetan zehar azaleratzen saiatu naizen ikuspegia egingarria eta erreala dela uste dudalako. BAPNE metodologiak, ikasleak protagonistak izatea bultzatzen ditu eta protagonismo horren bitartez, ikasleen jarrera aktiboa bultzatzen da. Hau hezkuntzak izan behar duen erronka nagusizat har daiteke, ikasleen motibazioa haien emaitzak hobekitzera bideratzen dituelako. Gainera, talde-lana sustatzen da metodologia honetan eta arrazoi honek klaseko giroa hobetzen laguntzen du. Bestalde, ikasle eta irakasleen arteko harremana gertukoa izango da, haien artean hierarkiarik ez baitago.

Bestalde, justifikazioa aipatzen den moduan, teknologia gero eta indar gehiago hartzen ari da gure egunerokotasunean eta honekin batera, sedentarismo tasak handitzen hari dira OME-k dioen modura. Gainera, azken bi urte hauetan izan dugun COVID-19-ren pandemiak atal honetan ez du inolaz ere lagundu. Beraz, BAPNE metodoa modu dibertigarria eta erakargarria iruditzen zait ikasleek mugimenduaren bitartez haien trebetasun motorrak eta atentzio-maila lantzeko eta hobetzeko.

Azkenik, esan behar da, saio-sekuentzia aurrera eramatea lagungarri izango zaitela bertan ikusi ahal izango ditudalako saioek izan ditzaketen gabeziak. Irakasle moduan nire hobetzeko grina ere handia da. Beraz, nire helburua saio-sekuentzia hau eta etorkizunean egiten ditudan unitate didaktiko zein jarduera guztiak ahalik eta modu eraginkorrean eta egokienean proposatzea izango da.

7. BIBLIOGRAFIA

Armstrong, T., Rivas, M. P., Gardner, H., eta Brizuela, B. (1999). *Las inteligencias múltiples en el aula*. Buenos Aires: Manantial.

Aznar Laín, S. eta Webster, T. (2009). *Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación*. Ministerio de Educación.

Carretero Martínez, A., Romero Naranjo, F.J., Pons Terrés, J. & Crespo Colomino, N. (2014). Cognitive, Visual spatial and Psychomotor Development in Students of Pri-mary.

Colomino, N. C., Sanz, A. A., Naranjo, F. J. R., Cebrián, C. M., Pozzo, T., Guerrero, R. A., ... & Naranjo, A. A. R. (2015). ¿ Para qué sirve la percusión corporal-método bapne?. In *Innovación y enseñanza en educación primaria* (pp. 215-228). Servicio de Publicaciones.

Conejo Rodríguez, P. A. (2012). El valor formativo de la música para la educación en valores. *DEDiCA Revista de Educação e Humanidades (dreh)*, (2), 263-278.

Consorte, P. (2012). Body sounds: introduction to body sounds.

<https://pedroconsorte.wordpress.com/2012/09/08/body-sounds-introduction-to-body-percussion> orrialdetik berreskuratuta, 2022ko apirilaren 25ean.

Díaz Pérez, A. (2017). Trastorno del desarrollo de la coordinación: programas de intervención a través de la música, la danza y la percusión corporal (método BAPNE). *Proyecto de investigación*.

Díaz de Mera González de la Aleja, E. (2016). La percusión corporal en el método BAPNE. Estudio teórico-experimental.

- Edu Think (2018). *JAVIER ROMERO - Método BAPNE: Percusión corporal e inteligencias múltiples* [bideoa artxiboa]. Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=NVsk0fY0Njw&t=969s>.
- Education through the Body Percussion – BAPNE Method. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 152, 1282-1287.
- Eusko Jaurlaritzako Hezkuntza Saila. (2015). Heziberri 2020. Hezkuntza eredu pedagogikoaren markoa. Honako webgune honetatik berreskuratua:
http://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/heziberri_2020/euheziberr/adjuantos/Heziberri_2020_e.pdf.
- Falcón, V. C., eta Rivero, E. D. (2010). Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio. *Revista Lecturas: Educación Física y Deportes*, 1(4), 29-36.
- García Rodríguez, E. (2005). Posibles beneficios del aprendizaje musical en niños con deficiencia visual. *Eufonía: Didáctica de la música*.
- Hernández, J.R., Hernández, J.A. eta De Moya , M.V.: “Las bandas sonoras como base de la audición activa: experiencias educativas para el desarrollomusical infantil”, en ENSAYOS, Revista de la Facultad de Educación de Albacete, Nº 26, 2011. (Enlace web: <http://www.uclm.es/ab/educacion/ensayos-> Data honetan kontsultatua: (2022/04/21).
- Jauset Berrocal, J. À., Tripovic, Y., & Romero Naranjo, F. J. (2014). El método BAPNE y su repercusión en las capacidades cognitivas.
- Larreta, B. , eta Sierra, M. Á. (2003). La música como recurso didáctico en Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (6), 27-37.
- Matos, O. C. (2003). Clasificación y características de las capacidades motrices. *Lecturas: Educación física y deportes*, (61), 37.

- Morejón, C. Q., Benítez, J. E. M., eta Martínez, I. (2020). La expresión corporal y la música en educación física. *EmásF: revista digital de educación física*, (66), 118-129.
- Muñoz, D. (2009). La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo. *Revista Digital*, 13(130), 1.
- Naranjo, F. R., eta Martínez, A. C. (2011). Música y movimiento en el marco de las Inteligencias Múltiples. El método BAPNE como ejemplo de trabajo colaborativo. *IX Jornades de xarxes d'investigació en docència universitària: disseny de bones pràctiques docents en el context actual*, 507.
- Naranjo, F. J. R. (2013a). Science & art of body percussion: a review. *Journal of human sport and exercise*, 8(2), 442-457.
- Naranjo, F. J. R. (2013b). Criterios de evaluación en la didáctica de la percusión corporal- Método BAPNE. *Educatio Siglo XXI*, 31(1), 235-254.
- Navarro Patón, R., Seco Gallo, L., eta Basaña Camino, S. (2016). Efecto de sesiones de Educación Física con soporte musical en el disfrute de niños de primaria.
- Ortiz, D. C., eta Dauder, S. D. (2017). La percusión corporal como instrumento para mejorar la agilidad motriz. *Educatio siglo XXI*, 35(2 Jul-Oct), 229-252.
- Osasunaren mundu ereakundea (2022) OME. <https://www.who.int/es> berreskuratuta, 2022ko maiatzaren 2an.
- Pons Terrés, J. M., Romero Naranjo, A. A., Romero Naranjo, F. J., Crespo Colomino, N., & Liendo Cárdenas, A. (2014). Estimulación de la atención dividida: Didáctica de la Percusión Corporal–Método BAPNE.
- Puerta, I. G., eta Crespo, C. L. (2004). Evaluación de las capacidades coordinativas. In *La evaluación en educación física: investigación y práctica en el ámbito escolar* (pp. 107-136). Graó.

- Rael M. I. (2009). Espacio y tiempo en educación infantil. *Revista innovación y experiencias educativas*, 15.
- Ramírez, E. B. G. (2007). La lateralidad en la etapa infantil. *Lecturas: Educación física y deportes*, (108), 16.
- Rigal, R. (2006). *Educación motriz y educación psicomotriz en preescolar y primaria*. Inde.
- Rivera Tapia, J. A., Cedillo Ramírez, L., Pérez Nava, J., Flores Chico, B., eta Aguilar Enriquez, R. I. (2018). Uso de tecnologías, sedentarismo y actividad física en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Ciencias*, 5(1).
- Romero Naranjo, F. J. (2012). Percusión corporal y lateralidad. Método BAPNE. *Música y educación*, 91(3), 30-51.
- Romero Naranjo, F. J., Pons Terrés, J. M., eta Romero Naranjo, A. A. N., Liendo Cárdenas, A., Jauset Berrocal, JA, Quarello, A., Pezzutto, E., Menargues Marcilla, A., Alonso Sanz, A., Tripovic, Y.(2014). La percusión corporal como estímulo para alumnos con déficit de atención y concentración.
- Romero Naranjo, F. J. (2015). Fundamentos de la percusión corporal como recurso para la estimulación cognitiva, atención y memoria-Método BAPNE.
- Romero Naranjo, F. J. (2016). Percusión corporal, estimulación cognitiva y socioemocional a través del método BAPNE.
- Romero Naranjo, F. J. (2018). *Body Percussion Basic*. Barcelona, España: Body Music Body PercussionPress.
- Romero, F. J. (2019). ¿QUÉ ES EL MÉTODO BAPNE?.
<https://www.percusioncorporal.com/es/metodo-bapne/que-es-el-metodo-bapne>
orrialdetik berreskuratua, 2022ko apirilaren 18an.

- Ruiz Pérez, L. M. R., Mata, E., eta Murcia, J. A. M. (2007). Los problemas evolutivos de coordinación motriz y su tratamiento en la edad escolar: estado de la cuestión. *European Journal of Human Movement*, (18), 1-17.
- Ruiz Perez, L. M., Gómez García, M., Jiménez Martín, P. J., Ramón Otero, I., eta Peñaloza Méndez, R. (2015). ¿ Debemos preocuparnos por la coordinación corporal de los escolares de la Educación Secundaria Obligatoria?. *Pediatría Atención Primaria*, 17(66), e109-e116.
- Trives Martínez, E. A., Romero-Naranjo, F. J., Pons-Terrés, J. M., Romero-Naranjo, A. A., Crespo-Colomino, A., Liendo-Cárdenas, A., ... eta Tripovic, Y. (2014). Los métodos didácticos musicales y la atención en relación al movimiento.
- Trives Martínez, E. A., eta Vicente Nicolás, G. (2013). Percusión corporal y los métodos didácticos musicales.
- Villa, C. (2010). Coordinación y equilibrio: base para la educación física en primaria. *Revista Digital: Innovación y Experiencias Educativas*, 37.

8. ERASKINAK:

1. BAPNE metodoko ebaluazio errubrika.

	LAN BIKAINA	LAN ONA	ONDO BIDEAN	HOBETU BEHARRA	PORTZENTAIATIA
	4	3	2	1	
Pultsua mantentzeko gai da edo aurreratu eta atzeratu egiten da.	Gai da beti pultsoa mantentzeko. Ez da aurreratzen ez atzeratzen.	Gehienetan pultsoa mantentzen du. Gutxitan aurreratzen da eta atzeratzen da.	Batzuetan pultsoa mantentzen du. Batzuetan atzeratzen eta aurreratzen da.	Ez da gai pultsoa mantentzeko. Askotan aurreratzen eta atzeratzen da.	%20
Zenbait plano biomekaniko konbinatzean, pultsoa mantentzeko gai da.	Gai da beti zenbait plano biomekaniko konbinatzean pultsoa mantentzeko.	Gehienetan gai da zenbait plano biomekaniko konbinatzean pultsoa mantentzeko	Batzuetan gai da zenbait plano biomekaniko konbinatzean pultsoa mantentzeko.	Ez da gai zenbait plano biomekaniko konbinatzean pultsoa mantentzeko.	%20
Ikasleak bere ahotsa zein pultsoa mantentzeko gai da ala galdu egiten da.	Gai da beti ikasleak bere ahotsa zein pultsoa mantentzeko eta ez da galtzen.	Gehienetan gai da ahotsa zein pultsoa mantentzeko eta gutxitan galtzen da.	Batzuetan da gai ahotsa zein pultsoa mantentzeko eta batzuetan galtzen da.	Ez da gai ahotsa zein pultsoa mantentzeko eta beti galtzen da.	%20
Desplazamentuak kontrolatzeko gai da.	Gai da beti desplazamentuak kontrolatzeko.	Gehienetan gai da desplazamentuak kontrolatzeko.	Batzuetan gai da desplazamentuak kontrolatzeko	Ez da gai desplazamentuak kontrolatzeko.	%20
Ahotsa zein pultsoa sartzerakoan desplazamentuak kontrolatzeko gai da.	Gai da beti ahotsa zein pultsoa sartzerakoan desplazamentuak kontrolatzeko.	Gehienetan gai da ahotsa zein pultsoa sartzerakoan desplazamentuak kontrolatzeko.	Batzuetan gai da ahotsa zein pultsoa sartzerakoan desplazamentuak kontrolatzeko	Ez da gai ahotsa zein pultsoa sartzerakoan desplazamentuak kontrolatzeko.	%20

2. Trebetasun motorren ebaluazio errubrika:

	LAN BIKAINA	LAN ONA	ONDO BIDEAN	HOBETU BEHARRA	PORTZENTAIA
	4	3	2	1	
Eskuineko eta ezkerreko eskuak zuzen bereizten ditu eta gai da koordinatzeko	Eskuineko eta ezkerreko eskuak beti bereizten ditu eta gai da koordinatzeko.	Gehienetan bereizten ditu eskuineko eta ezkerreko eskuak eta gai da koordinatzeko.	Batzuetan bereizten ditu eskuineko eta ezkerreko eskuak eta gai da koordinatzeko.	Ez da gai eskuin eta ezkerreko eskuak bereizteko eta ez da gai hauek koordinatzeko.	%20
Eskuineko eta ezkerreko hankak zuzen bereizten ditu eta gai da koordinatzeko.	Eskuineko eta ezkerreko hankak beti bereizten ditu eta gai da koordinatzeko..	Gehienetan bereizten ditu eskuineko eta ezkerreko hankak eta gai da koordinatzeko.	Batzuetan bereizten ditu eskuineko eta ezkerreko hankak eta gai da koordinatzeko.	Ez da gai eskuin eta ezkerreko hankak bereizteko eta ez da gai hauek koordinatzeko.	%20
Gai da mugimenduak ondo koordinatzeko.	Gai da beti mugimenduak ondo koordinatzeko.	Gehienetan gai da mugimenduak ondo koordinatzeko.	Batzuetan gai da mugimenduak ondo koordinatzeko.	Ez da gai mugimenduak ondo koordinatzeko.	%20
Plano sagitalak bereizten ditu eta bi eskuekin zein bi hankekin gai da plano sagital ezberdinetan lana egiteko.	Gai da beti plano sagitalak bereizteko eta bi eskuekin zein hankekin gai da plano sagital ezberdinetan lana egiteko.	Gehienetan gai da plano sagitalak bereizteko eta bi eskuekin zein hankekin gehienetan gai da plano sagital ezberdinetan lana egiteko	Batzuetan gai da plano sagitalak bereizteko eta batzuetan bi eskuekin zein hankekin gai da plano sagital ezberdinetan lana egiteko	Ez da gai plano sagitalak bereizteko eta bi eskuekin zein hankekin eta ez da gai plano sagital ezberdinetan lan egiteko.	%20
Gai da espazio eta denboran arteko erlazioa egiteko.	Gai da beti espazio eta denboran arteko erlazioa egiteko.	Gehienetan gai da espazio eta denboran arteko erlazioa egiteko.	Batzuetan gai da espazio eta denboran arteko erlazioa egiteko.	Ez da gai espazio eta denboran arteko erlazioa egiteko.	%20

3. Arreta eta kontzentrazio ebaluazio errubrika:

	LAN BIKAINA	LAN ONA	ONDO BIDEAN	HOBETU BEHARRA	PORTZENTAIA
	4	3	2	1	
Gai da arreta jartzeko.	Gai da beti arreta jartzeko.	Gehienetan gai da arreta jartzeko.	Batzuetan gai da arreta jartzeko.	Ez da gai, arreta jartzeko.	%40
Gai da kontzentrazioa mantentzeko.	Gai da beti kontzentrazioa mantentzeko	Gehienetan gai da kontzentrazioa mantentzeko.	Batzuetan gai da kontzentrazioa mantentzeko.	Ez da gai kontzentrazioa mantentzeko.	%40
Ikaslea ekintzarekin jarraitzeko gaitasuna du jardueraren estimuluak aldatzen direnean.	Gai da beti ekintzarekin jarraitzeko jardueraren estimuluak aldatzen direnean.	Gehienetan gai da ekintzarekin jarraitzeko jardueraren estimuluak aldatzen direnean.	Batzuetan gai da ekintzarekin jarraitzeko jardueraren estimuluak aldatzen direnean.	Ez da gai ekintzarekin jarraitzeko jardueraren estimuluak aldatzen direnean.	%20

4. Jarreraren ebaluazio errubrika.

	LAN BIKAINA	LAN ONA	ONDO BIDEAN	HOBETU BEHARRA	PORTZENTAIA
	4	3	2	1	
Taldeekideekin tolerantia eta errespetuzko jokaerak ditu	Gai da beti bere taldeekideekin tolerantia eta errespetuzko jokaerak izateko.	Gehienetan gai da bere taldeekideekin tolerantia eta errespetuzko jokaerak izateko.	Batzuetan gai da bere taldeekideekin tolerantia eta errespetuzko jokaerak izateko.	Ez da gai bere taldeekideekin tolerantia eta errespetuzko jokaerak izateko.	%50
Enpatikoa izateko gai da, batik bat zailtasunak dituzten ikasleekin.	Gai da beti enpatikoa izateko.	Gehienetan gai da enpatikoa izateko.	Batzuetan gai enpatikoa izateko.	Ez da gai enpatikoa izateko.	%50