

eman ta zabal zazu



Universidad
del País Vasco

Euskal Herriko
Unibertsitatea

IKTak eta Konpetentzia Digitalak

Hezkuntzan, Etengabeko Formakuntzan eta Hizkuntzen Irakaskuntzan

Berezko Tituluko Proiektua

Gorputz Hezkuntza eta ICTak: Irakasleen Iana eta elkarrekintza bultzatzeko proposamena

Egilea

Markel Larrauri Iriondo

Zuzendariak

Amaia Arroyo eta Abel Camacho



ueu

udako
euskal unibertsitatea

2018

Laburpena

Proiektu honek Gorputz Hezkuntza eta IKTak bateragarriak izan daitezkeela erakutsi nahi izan dugu, bi alorren arteko elkarrekintzarekin ikasgaiko profesionalentzat baliagarria izan daitekeen lana eratuz. Hori lortzeko, bi helburu nagusi jarri dizkiogu gure buruari, eta helburu bakoitzak azpi helburu bat du baita, atal espezifikokoak lantzeko ideia erakutsiz. Proiektuak hainbat atal ezberdin ditu. Behin helburuak zehaztuta, lanari oinarri bat emateko, marko teoriko bat sortu dugu. Bertan, honako atal nagusiak landuko dira: IKTak hezkuntzan duten rola, Gorputz Hezkuntzan duten rola, unitate didaktiko digitalak Gorputz Hezkuntzan (eredu baten sorkuntzaren zergatiakin) eta sare sozialen erabilera irakasleen arteko kolaborazioan.

Proposamen praktiko bat ere eratu dugu. Marko teorikoaren oinarria izanda, bi proposamen sortu ditugu: Gorputz Hezkuntzako saioak eratzeko unitate didaktiko baten eredia (konpetentzia digitala eta hau landu ahal izateko baliabide eta hausnarketekin hornitua) eta ikasgai honetako irakasleek beraien artean jarduteko eta lan egiteko Facebook talde bat. Atal praktikoan emandako pausoak eta hartutako erabakiak justifikatzen dira, bakoitzaren zergatia emanez. Azkenik, proiektuaren inguruko ondorioak azaleratzen ditugu. Lehenik, hasieran ezarritako helburuak bete diren edo zein punturaino bete diren argudiatzen da. Amaitzeko, proiektuko prozesuaren ondorioak ematen dira aukeratutako gaiaren, ekarpen pertsonalaren, denboraren kudeaketaren edota eskuratutako jakintzaren inguruan.



Lan hau Aitortu - EzKomertziala - Berdin Partekatu (BY-NC-SA) lizentziapean dago.
Honen arabera, lan originalaren eta izan daitezkeen lan eratorrien erabilpen komertzialik ez da baimentzen eta lanen banaketa lizentzia berberarekin egin beharko da, beti ere, egilea aipatuz.

Gaien aurkibideak

1- Sarrera.....	5
2- Proiektuaren helburuak.....	6
3- Marko teorikoa.....	7
3.1- IKTak hezkuntzan.....	8
3.1.1- Konpetentzia digitalaren integrazioa curriculumean.....	9
3.1.2- Zer erabilera egin behar da?.....	12
3.2- IKTak Gorputz Hezkuntzan.....	14
3.2.1- Aukerak eta mugak.....	15
3.3- Unitate didaktiko digitalak Gorputz Hezkuntzan.....	17
3.3.1- Programazio didaktikoak.....	18
3.3.2- Unitate didaktikoen diseinuaren garapena Gorputz Hezkuntzan.....	18
3.3.3- Unitate didaktikoen diseinua.....	19
3.4- Sare sozialen erabilera irakasleen arteko kolaborazioan.....	20
3.4.1- Sare sozialen garapena.....	20
a)- Zer da sare sozial bat?.....	20
b)- Interneteko sare sozialak.....	21
3.4.2- Sare sozialen erabilera hezkuntzan.....	22
3.4.3- Sare sozialak kolaboraziorako gako gisa.....	23
4- Proposamen praktikoa.....	25
4.1- Gorputz Hezkuntzarako unitate didaktiko digitalak diseinatzeko egitura...25	
4.2- Sortutako unitate didaktikoak partekatzeko sare soziala.....	30

5- Ondorioak.....	38
5.1- Helburuekin erlazionatutako ondorioak.....	38
5.2- Bestelako ondorioak.....	41
6-Bibliografia.....	45

Irudien aurkibidea

1. irudia: <i>Homo digitalis</i> garatzeko edukiak.....	13
2. irudia: Unitate didaktikoaren ereduak.....	27
3. irudia: Facebook logoa.....	31
4. irudia: Talde motak.....	32
5. irudia: Taldearen izena.....	33
6. irudia: Edukiak txertatzeko aukerak	34
7. irudia: Publikazioak komentatzeko aukerak.....	35
8. irudia: Gertakariak:.....	36

1. KAPITULUA

Sarrera

Gaur egungo hezkuntzan, ez da ohikoa IKTak eta Gorputz Hezkuntza eskutik emanda ikustea. Teknologia indar handiarekin sartu dira gizartean eta hezkuntzan ere geroz eta protagonismo handiagoa hartzen ari dira. Hala ere, badirudi influentzia ez dela berbera ikasgai konkretu honetan eta horrek zer pentsatu eman digu.

Horrenbestez, Gorputz Hezkuntzako irakasleentzat baliagarria izan daitekeen proiektu bat abian jartzea erabaki dugu, IKTek ematen dituzten aukerak baliatuz, ikasgaiaren egunerokotasunean laguntza eta aukera gehiago izateko. Lan hau aurrera eramateko, egitura logiko bat jarraitzea beharrezkoa izan da, proiektuari beharrezko koherentzia bat emateko.

Lehenbizi, bete nahi ditugun helburuak idatzi ditugu. Bi helburu nagusi daude, eta hauetako bakoitzak azpi helburu bat du, pixka bat espezifikoa dena.

Ondoren marko teorikoa dator. Bertan, proiektuari oinarri teoriko sendo bat eman nahi izan zaio, lanean ager daitekeen edozein atal justifikatu ahal izateko, gai honetan adituak diren autoreen ideia esanguratsuenekin.

Jarraian, proposamen praktikoa azalduko da. Kasu honetan, hasieran planteatutako helburuei erantzuten dieten proposamenak dira. Proiektu honek bi proposamen egingo ditu: alde batetik, unitate didaktikoak eratzeko eredu bat, eta bestetik, ikasgai honetako irakasleak haien artean komunikatzeko Facebook talde bat.

Azkenik, proiektuaren inguruko ondorioak azalduko dira. Helburuak zein punturaino bete diren erakutsiko dugu eta proiektuaren prozesuko une eta atal esanguratsuen inguruko ondorioak eskainiko dira.

2. KAPITULUA

Proiektuaren helburuak

1- Gorputz Hezkuntzako irakasleentzat elkarlanean aritzeko baliagarria izango den gune bat sortzea, ideiak eta materialak eskuratu eta partekatzeko.

1.1- Gunea, partaideen kolaborazio eta laguntzaz, hazten eta aberasten joatea, partaideen parte hartze aktiboaren ondorioz.

2- Gorputz Hezkuntzarako Unitate Didaktikoak diseinatzeko txantilo baten eredua diseinatzea, konpetentzia digitala eredu honetan barneratuz.

2.1- Konpetentzia digitala Gorputz Hezkuntzako saioetan landu daitekeela erakustea.

3. KAPITULUA

Marko teorikoa

Proiektuaren helburuak zeintzuk diren zehaztuta, horiekin lotutako eduki nagusiak azaltzeko unea iritsi da. Atal honetan, proiektuaren muina azaltzea da helburua, bai alor teorikoan, eta baita praktikoan ere. Horretarako, bi atal nagusi horiek hainbat azpiatalez osatzea erabaki dugu, bakoitzean proiektua ulertzeko beharrezkoa den informazioa emateko asmoz.

Alde batetik, atal edo marko teorikoa daukagu. Bertan, proiektuak funtsean duen oinarri teorikoa azalduko dugu. Lehenik eta behin, IKTek hezkuntzan, eta zehazki Gorputz Hezkuntzan, izan duten eta izan behar duten rolak jorratuko ditugu. Gainera, konpetentzia digitalak curriculumean duen integrazioaz ere hitz egingo dugu. Kasu horretan, indarrean dagoen Heziberri ereduaren oinarritzat hartuta, gaur egun ze eskakizun egiten zaien zehaztu eta hainbat adituren hitzekin kontrastatuko ditugu. Horrez gain, sortu dugun txantiloia ereduaren zergatiak azalduko ditugu, eta proiektua zabaltzeko sare sozialak aukeratzearen zergatia ere azalduko dugu, Facebook talde bat sortzearen zergatia, hain zuzen ere.

Beste alde batetik, atal praktikoa izango dugu. Bertan, eraikitako proiektuaren nondik-norakoak azalduko ditugu. Modu horretan, atal praktikokoak 3 azpiatal dituela esan dezakegu: lehenik, proiektua garatzeko euskarriaren (Facebook taldea bat) inguruko azalpena; bigarrenik, materialak bertan partekatzearen arrazoiak edo zergatiak; eta azkenik, Gorputz Hezkuntzako saioak aurrera eramateko sortutako txantiloia azalpenak.

3.1- IKTak hezkuntzan

IKTek gaur egungo egoerara iristeko egin duten bidea labur samarra da. Curriculumean eduki horiek LOGSEn agertu ziren lehenengo aldiz, etapa horretan teknologien inguruan hitz eginez (ordenagailuen erabilera ikasgelan, kamerak....). LOCErekin etorri zen IKT izendapena. IKTen erabateko integrazioarako, zentroak teknologiaz hornitzeaz gain, irakasleentzako formazioak eta materialen sorkuntzak (hainbat euskarritan) lagundu behar zuten, horien potentziala ahalik eta gehien garatzeko. Gaur egun, IKTak Haur Hezkuntzako etapan erabiltzen hasten dira, hurrengo hezkuntza etapetan horien erabilera garatuz.

IKTen integrazioa pertsonen, tresna teknologikoen eta hezkuntza testuinguruaren arteko prozesu interaktibo bat bezala ulertu behar da, eta ez aparteko prozesu bat bezala (Colás eta Jiménez, 2008). Batzuetan, Corralesek dioenez (2009), irakaslea alde batera utzi nahi da teknologia erabiliz, eta hori huts egite bat izan daiteke, teknologiak irakasleei eta ikasleei laguntzeko baliabide gisa interpretatu behar direlako ikas- eta irakas-prozesuetan (Corrales, 2009). Zentzu horretan, Munatóren (2016) esanetan, irakasleak ez du behar bezain gai ikusten bere burua teknologien erabilerak suposatzen duen exigentzia maila jarraitzeko; baina, aldi berean, irakaslea ezinbesteko eragilea da teknologiak ikasgeletan erabiltzen joan daitezen (Munató, 2016).

Munatórekin (2016) jarraituz, teknologia nahitaezko baliabidetzat har daiteke, ikasgaia bideratzea errazten laguntzen duena, materialak sortzeko aukera berri bat, ikasleen jarraipena egiteko baliabide bat eta irakaskuntza erakargarriagoa egiteko modu bat bezala. Egile berak dioenez, Internet berrikuntzara bideratutako bide berri bat da, baita ikasleen motibazioa igotzeko baliabide bat ere, eta curriculumeko atalak edo ikasgaiak lantzeko baliabide erakargarriago bat bihurtu da. Hala ere, ikastetxeetan nagusitu izan den irakaskuntza ezagutzen transmisioarena izan da, ikasleek beren ikas-prozesuan duten parte hartzea murriztuz. Hezkuntza gaur egungo gizartera egokitu behar da eta kontuan izan beharko luke bertan teknologiek duten garrantzia. Beraz, IKTak ez dira irakasleen hasierako prestakuntzan curriculum arlo gisa landu behar, zeharkako aldagai gisa baizik: zeharkako formaziotzat hartu behar da, irakasleen egoera ulertzen eta horrekin bizitzen laguntzeko (Munató, 2016).

3.1.1- Konpetentzia digitalaren integrazioa curriculumean

Gaur egun konpetentzietan oinarrituta dagoen irakaskuntzak, oinarrizko konpetentzia batzuk barneratzea proposatzen du, horien artean, konpetentzia digitala. Aditu izatea eskura dauden baliabideak erabiltzea da, testuinguru erreal eta aldakorretan planteatutako arazoei aurre egiteko eta horiek ebazteko (Diaz, 2011). Gaitasun anitzak praktikan jartzea dakar (baloreak, gaitasunak, ekintzak...), baina baita jakintza eta intelijentzia konplexuak ere: intelijentzia teorikoa, praktikoa, emozionala edo soziala, besteak beste (Diaz, 2012).

Europako DIGCOMP ereduak, Heziberrin (2016) aipatua honela definitzen du konpetentzia digitala:

Teknologia digitala sormenez, zuhurtziaz, eraginkortasunez eta segurtasunez erabiltzea, ikasteko, aisiarako, eta gizarteratzeko eta gizartean parte hartzeko. Eta konpetentzia-arlo hauetako ezagutzak, trebetasunak eta jarrerak biltzen ditu: informazioa, komunikazioa, edukiak sortzea, segurtasuna eta problemak ebaztea (Eusko Jaurlaritza, 2016, 231. or).

Gainera, Diazek (2013) dioenez, Gorputz hezitzaileentzat konpetentzia digitala “jakintza teknologikotik” haratago doa (IKTen bidez “egiten jakin”), izan ere, informazioaren erabileraren konpetentzia gaintzen du (kudeaketa, gune ezberdinetara sartzen jakitea, ebaluatzea, informazioa partekatzea....) eta beste jakintza eta gaitasun (pertsonalak, kognitiboak eta etikoak) batzuk integratzea dakar, IKTen erabilera praktikoa, sortzaile eta zentzudun bat egitea ahalbideratzeko.

Gorputz Hezkuntzaren arloan, konpetentzia digitala garatzeak IKTen inguruan ikastea dakar lehenik eta behin, ondoren, ikaskuntza sortzaile, kooperatibo eta autonomia bultzatuko duen baliabide gisa erabiltzeko. Horrez gain, ikasgaiaren idiosinkrasia errespetatzea suposatzen du, IKTen behar ez den edo gehiegizko erabilera ez eginez (Diaz, 2013).

Eta zer dio curriculumak honen inguruan? Indarrean dugun eredu hartuta, konpetentzia digitala honela azaltzen da:

Informazioaren eta komunikazioaren teknologiak modu sortzaile, kritiko, eraginkor eta seguru batez erabiltzea, ikasteko, aisiarako, inklusiorako eta gizartean parte hartzeko (Eusko Jaurlaritza, 2016, 71. or.).

Kompetentzia hori behar bezala garatzeko, DIGCOMP europar markoak gaitasunen 5 ardatz hauek zehazten ditu:

- Informazioa eta informazio alfabetatzea: norbanakoak sarean ibiltzeko eta informazioa topatzeko estrategia egokiak erabili behar ditu, baita jasotako informazioaren beharrezko kudeaketa egin ere. Gainera, topatutako informazioarekiko jarrera kritikoa izan behar du eta informazioa partekatzeko guneetan zein pertsona edo entitateri jarraitu argi izan behar da. Artxiboak, edukiak eta informazioa gordetzen eta etiketatzen jakin behar da, baita horiek zentzuz biltegitratzen eta gordetako informazioa eta edukiak berreskuratzen eta kudeatzen ere.
- Komunikazioa eta kolaborazioa: norberaren asmoen arabera, egokien erantzuten dieten komunikazio digitaleko moduak hautatzen jakin behar da (mezu elektronikoak, txatak, berehalako mezularitza, blogak, mikroblogak, foroak, wikiak...). Gainera, teknologia zerbitzu ezberdinekin (esaterako gobernuarekin, ospitaleekin edo banketxeekin, besteak beste) komunikatzeko erabil daitekeela jakin behar da, eta sarean dauden komunitate eta sare sozialetan nola parte hartu jakin behar da, eduki, informazio eta ezagutzak partekatzeko. Horretarako, sareko netiketa arauak ezagutu eta norberaren testuinguruan aplikatu behar dira. Horrez gain, tresna eta baliabide digitalak konfiantzaz erabiltzeko gai izan behar da norbanakoa, beste pertsonekin elkarlanean aritzeko eta baliabide, ezagutza eta edukiak ekoizteko.
- Eduki digitalak sortzea: norbera gai izan behar da eduki digitalak sortzeko hainbat formatu, plataforma eta ingurunetan eta tresna digitalak erabiltzen jakin behar du multimedia originalak sortzeko eta lehendik dauden edukiak uztartu eta eduki berriak sortzeko. Hori guztia informazio eta baliabideei dagozkien lizentziak nola aplikatuz jakinda egin behar da. Horrez gain, programazioaren printzipioak ulertu behar dira.
- Segurtasuna: sareko mehatxu eta arriskuak zeintzuk diren jakin behar da, eta norberaren gailuak horietatik babesten. Gainera, pribatutasunarekin lotutako gaiak kontuan izanda, norberaren burua mehatxu zibernetikoetatik babesten jakin behar da, norberaren datuak behar bezala gordeta eta besteen pribatutasuna errespetatuz. Era berean, teknologien erabilerak dakartzan osasun arriskuak ulertu behar dira, eta gehiegizko erabilerak mendekotasuna

eragin eta portaera eta bizikidetzak asaldatu ditzakeela. Erabilera horrek ingurumenarekiko dituen onurak eta kalteak ere nabarmendu behar dira.

- Arazoak konpontzea: gerta daitezkeen arazo sinpleak antzematea eta konpontzeko gai izaten jakin behar du norbanakoak. Gainera, behar teknologikoak zeintzuk diren jakin, horren arabera tresna egokia aukeratu eta guzti hori modu kritikoan ebaluatzeko. Norbera, banaka eta taldean, teknologia digitalak erabiltzeko gai izan behar da produktu berritzaile-sortzaileak egiteko eta arazo kontzeptualak konpontzeko. Azkenik, egunerokotasunean sortzen diren erronkei aurre egite aldera, konpetentzia digitala hobetzeko eta eguneratzeko zer premia dituen jakin behar du norberak (Eusko Jaurlaritzak, 2016).

DIGCOMP markoak zehaztu eta Heziberrik aipatzen duenaz gain, konpetentzia digitalen funtzio edo betebeharrei dagokienez, Diazek (2015) ezaugarri hauek ematen dizkio:

- Informazioaren bilaketarekin, aukeraketarekin, erregistroarekin eta tratamendurekin lotzen da, metodo anitz bidez: ahozkoa, inprimatua, audiobisuala, digitala edo multimedia.
- Oinarrizko lengoia espezifikoen menperatzea eskatzen du eta horiek erabiltzen diren euskarrien ezagutza.
- Jasotako jakintzen komunikaziorako, teknologia digitalek informazio eta komunikaziorako eskaintzen dituzten aukerak ematea eskatzen da konpetentzia digitalean.
- Konpetentzia digitalak informazioa modu egokian prozesatzen eta kudeatzen lagundu behar du, arazo errealak konpontzen, erabakiak hartzen, talde-lanean aritzen eta ikas-komunitatearen lana errazten, modu arduratsu eta sortzailean.
- Konpetentzia digitalak IKTei ahalik eta errendimendu handiena ateratzea dakar, horien ezaugarriak kontuan hartuz.
- Gainera, software eta hardwarean gerta daitezkeen ohiko arazoak konpontzeko estrategiak jakitea suposatzen du, eta informazioa modu kritikoan aprobetxatu eta aztertzea (Díaz, 2015).

“Horrenbestez, Oinarrizko Hezkuntza amaitzean, bizitza osoan ikasteko eta konpetentzia berriak eskuratzeko tresnak, zerbitzuak eta konexioak ezagutu behar

dituzte ikasle guztiek, kompetentzia digitalaren arloko esparru europarraren ildoan” (Eusko Jaurlaritza, 2016, 4. or.).

Aipatutako guztia kontuan duen eredua da hezkuntza komunitateak bilatu behar lukeena. Hala ere, kontuan izan behar da gaur egun alor digitalean dagoen egoera: hezkuntza-zentro bakoitzak dituen baliabideak, etapa bakoitzean dauden ezagutza eta IKTen erabilera-maila, baita irakasleek duten kompetentzia digital maila ere (Vivancos, 2008, in Diaz, 2012).

3.1.2- Zer erabilera egin behar da?

Gaur egungo hezkuntzan integratu nahi den gaitasun digitala garatzerako orduan, Arroyoren hitzaldian Arearen erreferentzia (Arroyo, 2016) kontuan har daiteke, baita irakasleen kasuan ere. Autoreak dio “Homo digitalis” garatzeko, 6 alor eduki behar direla kontuan:

Homo digitalis garatzeko edukiak

Berrikuntzarekiko jarrera positiboa izatea, hau da, teknologiek ematen dizkiguten irtenbideak aukera bezala ikustea, eta ez arazo bezala.



Informazio baliagarria bilatzen jakiteko gai izatea. Gaur egun sarean aurki dezakegun hainbeste informaziotik, beharrezkoa hautatzen jakitea.

Jasotako informazioarekiko kritikoak izatea.



Hainbat egoeratan adierazten eta komunikatzen jakitea, gaur egun komunikatzeko modu ugari baitaude.

Taldean kolaboratzea. Bizi garen gizarte honetan, elkarrekin lan egiteak indarra ematen du.



Problema praktikoak konpontzen jakitea. Gaiarekiko jakintzak egunerokotasunean aplikatzen jakitean dakar.

Irudien iturria: INTEF

1. irudia: Homo digitalis garatzeko edukiak.

Iturria: egilea bera.

Gaitasun digitala lantzea ez da tresnak edo baliabideak soilik lantzea. Baliabideak behar bezala erabiltzeko gai izanda bihurtzen da konpetente norbanakoa. Esan daiteke, ezaugarri kuantitatiboak baino, kualitatiboak direla garrantzitsuagoak, hau da, baliabideak nola erabiltzen diren. Horrek egiten du pertsona bat konpetente (Arroyo, 2016).

3.2- IKTak Gorputz Hezkuntzan

Lehen begiratuan, badirudi Gorputz Hezkuntzak eta IKTek ez dutela zerikusi handirik, batez ere, ikasgaiaren edukietan pentsatzerakoan: jolasak, gorputz-adierazpena, kirolak... eduki horiek guztiak ikasleak esperimentatu, bizi eta disfrutatu egin behar ditu, baina ez soilik ikastetxean dagoen etapan, momentu oro baizik, bizitzan zehar jakintzak eguneratu eta gehitzeko (Munató, 2016).

Gaur egun, Gorputz Hezkuntzak jakintza, konpetentzia eta gaitasun berriak eskatzen ditu. Ikasgaiak gure burua birsortzera bultzatzen gaitu eta gaur egungo errealitatera egokitzen bideratu. Teknologia erabili behar dugun edo ez ezin dugu erabaki: ikas- eta irakas-prozesuetan teknologia bera modu eraginkor batean nola txertatu behar dugun erabaki behar dugu. Horrenbestez, Gorputz Hezkuntzak eredu tradizionaletik haratago doan hezkuntza eredu baten aldeko apustua egin behar du (Vivancos, 2008; Área, Gros eta Marzal, 2008, in Diaz Barahona, 2012). Ikastetxeak eta hezkuntza-sistemak ez dute soilik teknologien inguruan irakatsi behar edota teknologien bidez edukiak transmititu behar. Eskolan ematen diren aldaketez gain, inguruan ere emango da aldaketa, eta ingurua aldatzen bada, eskola ere aldatzen joan beharko da (Majó, 2003).

Gorputz Hezkuntzaren alorrean, IKTen erabileraren gaia zaildu egiten da, lan-ordu faltagatik eta edukien ugaritasunagatik. Hala ere, IKTen erabilera zabala egin daitekeen ikasgaia da: bertako jakintzak eta ikaskuntzak sakontzeko aukera ematen dute, izan ere, ezin dugu ahaztu oinarri teorikoa duen ikasgaia ere badela, eta IKTak alor horretan laguntzeko baliabide bikainak izan daitezkeela (Corrales, 2009).

Diazek (2013) dioenez, IKTak ez dira aldi baterako eremuak edo baliabideak, errealitate bat baizik (Diaz, 2013). Hona hemen IKTak Gorputz Hezkuntzan erabiltzeak suposa dezakeena, Díazen (2013) esanetan:

- Prozesu didaktikoetan ICTak erabiltzeak edukietan eta horiek transmititzeko moduan berrikuntza ematea suposatzen du, ikasle eta irakasleei onura ugari eskainiz. Irakasleentzat, formaziorako potentzial handiko tresna bat eskura izatea suposatzen du, horiekin praktika edo saio hobeak ikertzeko, eraldatzeko, pertsonalizatzeko eta diseinatzeko aukera izanda. Ikasleei ikaskuntzaren kudeaketa pertsonala modu aberasgarri eta sustagarri batean egin ahal izateko aukera ematen die.
- ICTek diziplinarteko helburuak lortzea errazten dute, konpetentzia digitala garatzen laguntzen dute eta hainbat oinarrizko konpetentzia garatzeko lagungarriak dira, adibidez, ikasten ikastea. Gainera, aldi berean informazioaren kontsumitzaile eta jakintzen ekoizle diren ikasleak formatzen laguntzen dute, jakintzaren transmisioan oinarrituta rola gaindituz.
- Heziketa Fisikoaren irakaskuntza eta ikaskuntza pertsonalizatzeko aukera ematen dute, ikasleen erritmo eta gaitasunetara egokituz. Behar bereziak dituzten ikasleen integrazioa eta arreta beharra hobetzen laguntzen dute, izan ere, proposamenak, curriculumeko materialak, ikas-denbora edo jardueren zailtasuna espezifikoki diseinatzea ahalbidetzen baitute.
- ICTek "hirugarren zati pedagogikoa" posible egiten dute, hau da, ikasgelako espazio-denbora eremuetatik kanpo aurrera eramaten den ikas-unea (Diaz, 2013).

3.2.1- Aukerak eta mugak

ICTen erabilerak hainbat aukera edo muga ekar ditzake ikaskuntza-irakaskuntza prozesuan. Munatóren (2016) berrikusketa bibliografikoaren ondoren, izan ditzakegun aukera batzuk izendatuko ditugu:

Gorputz Hezkuntzarako bereziki diseinatutako aplikazio informatiboak

Programa osagarriak: Saioen prestakuntzarako aplikazioak. Hainbat irizpide kontuan hartuta antolatutako jarduerak aukeratzea ahalbidetzen du: materia, maila, jarduera, trebetasun fisikoa, artikulazio edo muskuluen kokalekua, saioak osatzeko antolaketa-motak eta datu-base bat ezarrita edukitzea ikasleentzat prestatutako jolas eta jarduerak ikusi ahal izateko.

Komunikazioa ahalbidetzeko laguntza programak: Kontzeptuak ulertzen laguntzeko irudi bisualekin lotutako aplikazioak dira. Arbel baten funtzioa beteko lukete. Egoera,

mugimendu edo kirolarekin lotutako prozedura taktiko-estrategikoen diseinua, edizioa edo bisualizazioa ahalbidetzen dute.

Programa erakusleak: Ulertzen zailak diren mugimendu konplexuak ikusi ahal izateko programak dira. Normalean, liburuetan azaldu ohi dira, irudi-segida bat eginez mugimenduaren atal bakoitzean.

Interneten erabilera

Gorputz Hezkuntzaren atalean bereziki murgilduz, hainbat ekimen digital mota aurrera eramán daitezke, adibidez, intereseko zerrendak, web-orrien sorrera eta garapena, informazioaren bilaketa eta elkartrukatzea, proiektuak garatzea edota ideia ezberdinak ezagutzera ematea. Hona hemen adibide batzuk:

- Foroen sorrera Gorputz Hezkuntzako ikasgaiaren arloan ideiak partekatzeko. Irakasleen artekoa edo ikasleekin partekatua izan daiteke.
- Edukien aurkezpena sarean.
- Atal teorikoaren aurkezpena, atal praktikoaren osagai gisa (hau ikasleei bideratua egon daiteke).

Aurrez aipatutakoaz gain, Diazek (2012) IKTek ematen dituzten beste hainbat aukera aipatzen ditu, irakasle eta ikasleentzat baliagarriak direnak:

- Ikasleengan talde-lanerako jarrera eta haien arteko kolaborazioa bultzatzen du.
- Edukien transferentzia errazten dute.
- Behar bereziak dituzten ikasleen beharrak asetzen laguntzen dute.
- Eskola eta gizartearen arteko konexioa bultzatzen du.
- Ikas-komunitateko kideen arteko erlazioa errazten dute.

Hala ere, nahiz eta IKTek aukera anitz eman, beren desabantailak edo mugak ere badituzte, Fernández, Hinojo eta Aznarren (2002) hitzetan:

- Eskola batzuetan IKTen presentzia egotea zaila da, baliabide faltagatik.
- Arlo honetan irakasleek duten formazioa mugatua da, IKTekiko konfiantza eza eta beldurra sortuz.
- Metodo tradizionalera jotzeko joera dago ikastetxeetan.
- Gailu digitalak eskuratzeko eta mantentzeko zailtasunak kasu batzuetan.
- IKTen bidez material berriak sortzeko gaitasun edota denbora eza irakasleen aldetik.

Horrez gain, Diazek (2013) beste muga batzuk egon daitezkeela esaten digu, bai ikasgaiaren izaeragatik, baita irakasleek jasotako formazioarengatik ere. Nahiz eta beste ikasgaietan IKTek garapen nabarmenagoa izan duten, Gorputz Hezkuntzan ez da berdina gertatu. Kirol munduan, teknologien erabilerari probetxu handia atera zaio azken hamarkadetan: biomekanika esparruan, planifikazioetan... Hala ere, Gorputz Hezkuntzan, IKTek eskaintzen dituzten baliabide didaktikoak ongi ez aprobetxatzen jarraitzen da. Horren arrazoiak, honakoak izan daitezke:

- Unibertsitate mailako formazioan (Graduan, Masterretan...), irakasleek jasotako formazio urriak eta horren ondoren jasotako orientazio teknologikoek beraien burua teknologia horien erabilera praktikoa eta pedagogikoa egiteko gai ez dela pentsarazten diete irakasleei.
- Gorputz Hezkuntzarekin lotutako tresna eta multimedia materialaren ezjakintasunak edo horiek eman ditzaketen aukerek gutxiesteak eragin negatiboa du, baliabide edo tresna horiek noizbehinka soilik erabiltzea dakar, erabilera puntual bat emanez (kirol teknikaren baten bideo bat edo filmaren bat, esaterako.).
- Gune espezifikoen (gimnasio, jolas-toki edota Gorputz Hezkuntza departamentuetan) dagoen azpiegitura eta baliabide falta argudio garrantzitsua da gaur egungo egoera ulertzeko. Gainera, saioen iraupena ere (batzuetan 45 minutu) kontuan izan behar da, baliabide teknologiko horiek mugitu, piztu, sarera konektatu... egin behar direlako. Arrazoi horiez gain, ikasleen asistentzia kontrolatu, jarduera motorrak burutu eta dutxatzeko denbora kontrolatu behar da.
- Azkenik, ikasgai honetan tradizio oso urria dago aurrez aurreko ikaskuntza (gimnasio edo jolas-tokian egiten dena) etxeko lanekin osatzeko (errefortzu-jarduerak, ikerketa-jarduerak...). Horiek uztartzeko, IKTak oso lagungarriak izan daitezke ikasleen ikaskuntza osatzen joateko (Diaz, 2013).

3.3- Unitate didaktiko digitalak Gorputz Hezkuntzan

Lan honen ataletako bat Gorputz Hezkuntzako saioak edo unitate didaktikoak eraikitzeke txantiloiredu bat sortzea da. Kasu honetan, kompetentzia digitala bertan barneratzearen berezitasuna sartzen da, alor horrek gorputz hezkuntzan tokia duela erakusteko asmotan. Hasteko, eredu horren egituraren azalpena eta zergatiak azalduko dira.

3.3.1- Programazio didaktikoak

Hasteko, unitate didaktikoak osatzeko prozeduraren inguruan hitz egingo dugu, Eusko Jaurlaritzak (2013) aurkeztutako ereduan oinarrituz. Programazio didaktikoa irakasle lanaren atal bat da eta ikasgelako lanetik gertuen dagoen zehaztapen maila da. Bertako helburuek lotura zuzena dute ikasteko eta irakasteko prozesuarekin eta horren bidez lortutako emaitzekin. Programazio bat egitea irakasleek hartu beharreko erabakietan sartzen da eta bakoitzak bere irakaskuntza arloaren inguruan duen kontzientzia areagotzeko diseinatuko du. Hori lortzeko, programazioa egokia, zehatza, malgua eta bideragarria izan behar da.

Programazio didaktiko bat osatzeko, honako gida jarraitu beharko da (Eusko Jaurlaritza, 2013):

- Programazioko osagaien definizioa (helburuak, edukiak, metodologia eta ebaluazioa), ezaugarri eta gogoeta batzuekin ere.
- Kontrol galderak egin beharko dira egindako lana ebaluatzeko. Galdera zerrenda erreferentzia bat baino ez da izango, baina osagai bakoitzean landu nahi diren aspektu garrantzitsuenak finkatzeko balio dezake.
- Curriculumeko ikasgairen bateko adibideak ematea (Eusko Jaurlaritza, 2013).

3.3.2- Unitate didaktikoen diseinuaren garapena Gorputz Hezkuntzan

Aurreko atalean aipatutako prozedura eta programazioen barnean kokatzen da unitate didaktikoen eta saio bakoitzeko txantiloien eraketa. Gorputz Hezkuntzako unitate didaktikoak eta bertako saioak eraikitzeke txantiloia Saguilloren (2005) ideietan oinarrituko da. Saguillo (2005) Gorputz Hezkuntza espezialitatea irten zeneko lehen generazioko irakaslea da eta, berak zioenez, "saio" terminoa oso zabala zen hasiera batean, eta bizi izandako esperientziekin, hori aldatzen joan da. Hasiera batean, eskoletan Gorputz Hezkuntza espezialitatearekin hastean, ez zegoen saioen arteko erlazorik. Egun bakoitzeko saio bat prestatzen zen, elkarren arteko loturarik egin gabe, eta egitura argi batekin: aktibazioa, atal nagusia eta lasaitzea.

GTPen (Gorpuztasunaren Tratamendu Pedagogikoa) sartzean, aurrez izandako esperientzia baliatu eta aurrerapauso bat eman zen diseinuen egiturari: saioan zehar gertatutakoa kontatzeko ataltxo bat gehitu zen, hausnarketarako atala. Aurrerapen guztiak GTPko kideen artean partekatu eta egitura eredu moldatzen joan zen, irakaslearen aginte zuzena, edo irakaslearen erabateko kontrola eta protagonismoa saioan zehar, alde batera uzten joaten eta ikasleengandik ikasteko jarrera hartuz.

Hausnarketaren atalak geroz eta garrantzi handiagoa hartu zuen eta eta egiturari espazio gehiago okupatu, saioen arteko erlazioa sortzeko bide nagusia bilakatu. Gainera, eredu berriekin, ikasle guztien ikaskuntza-kurba errespetatzen saiatzea ere lortu nahi zen. Horiez gain, saioen hiru atal nagusien terminoa aldatu da: orain, elkartzee-unea, eraikitze atala eta amaierako atala izendatzen dira (Saguillo, 2005).

3.3.3- Unitate didaktikoen diseinua

Baina zergatik hartzen du hausnarketa atalak horrenbeste garrantzi? Hezkuntza eraginkorretik kalitatezko hezkuntzara pasatzeko, Tinningek (1992) dioten moduan. Irakasle batek, hasierako urteetan, eraginkortasuna bilatu ohi du saioak aurrera eramateko. Baina zer da eraginkortasuna? Tinningen (1992) hitzetan, Gorpuz Hezkuntzako testuinguruan, ikasleentzako jarduerak fisikoak, irakasleak saioaren erabateko kontrola izatea eta saioaren planifikazio zehatz bat izatea izango litzake. Naturaltasunak edo ongi pasatzeak ez dute lekuri saio eraginkor batean. Saioen egiturak gidoi batzuk dira, zuzendari batek (irakasleak) gidatua.

Eta zerk bilakatzen du hezkuntza eraginkorra kalitatezko? Autore berberak dioenez, hausnarketak. Irakaslearen esperientziaren poderioz, egiten ari denaren inguruan galderak egiten has daiteke, hezkuntza objektiboa subjektibo bihurtuz. Denbora pasa ahala, hezkuntza eraginkorrean esandakoa edo egindakoa zalantzan jartzen joan behar da (ikasleei egindako epaiak, ebaluatzeko modua...), aldatzen joateko asmoarekin. Gaur egungo gizarteari hezkuntza eraginkorra komeni zaio. Aldatu nahi baldin badugu, hezkuntza eraginkorretik aldentzen joan behar gara eta, horretarako, hausnarketa beharrezkoa da (Tinning, 1992).

3.4- Sare sozialen erabilera irakasleen arteko kolaborazioan

3.4.1- Sare sozialen garapena

Valenzuelak (2013) dioenez, sare sozialak aspaldidanik egon dira presente gizartean, nahiz eta hasiera batean Internetik ez erabili komunikatzeko. Gaur egun ezagutzen ditugun sare sozialek espazio- eta denbora-mugak apurtu eta komunikatzeko baliabideak eskaintzen dizkigute. Horrenbestez, sare sozial ez zaio soilik pertsonen taldeari deitzen, baizik eta horiek barne hartzen dituen sistemari ere (Valenzuela, 2013). Alcalá et.al-ekin (2015) jarraituz, azken urteetan sare sozialak modu esponentzian hazi dira, eta, nahiz eta hasiera batean pertsonen arteko erlazioa bilatzen zen, hainbat hezkuntza-prozesutarako gaitasuna zutela identifikatu zen (Alcalá et al., 2015).

Alcalá et. al.-en (2015) ideia gehituz, sare sozialak erritmo azkarrean dabilta hazten eta eremu ezberdinetan nagusitzen hasi dira: hezkuntzan, kulturaren, gizartean edota negozioetan. Hezkuntza munduan, sare sozialak ezagutzeko eta erabiltzen hasteko interesa sortu da, erabilera akademiko bat emateko, bai irakasleen eginbeharretarako, eta baita ikasleen formaziorako ere (Alcalá et al., 2015).

a)- Zer da sare sozial bat?

Hernándezen (2008) hitzetan, sare sozialak arrazoi heterogeneoengatik batzen diren pertsonen talde bezala definitu daitezke, erlazio bat baino gehiagoko estrukturaz osatuta daudenak (Hernández, 2008). Espunyk et al.-ek diotenez (2011), sare sozialek interes berdintsuko pertsonak elkarren artean kontaktuan jartzea ahalbidetuko lukete. Zentzu horretan, Abuinek (2009) dio sare sozialetan, erabiltzaileek materia edo diziplina baten inguruko ezagutzak partekatzen dituztela, haien lanak erakusten dituztela eta beste erabiltzaileei laguntzeko haien esperientzia erabiltzen dutela, jarduera espezifikoko eta tratua pertsonalizatuaren bidez (Abuin, 2009). Gainera, Gomezek, Rosasek eta Fariasek (2012) esaten dute sare sozialek informazioaren argitaratzearen, ikaskuntza autonomoaren, talde-lanaren, komunikazioaren, erlazioetatutako beste sare sozial batzuetara lotzearen edota beste aditu batzuekin kontaktuan jartzearen alde egiten dutela (Gomez, Roses eta Farias 2012).

b)- Interneteko sare sozialak

Sare sozialek hartu duen indarra ulertzeko, badaude hitz edo aspektu gako batzuk Caldevillaren (2010) ustez. Ezaugarri hauek sare sozialek izandako arrakasta azaltzen dute. Honakoak dira:

- Elkarreragitea: Teknologiek posible egin dute duela urte batzuk ezinezkoa zirudiena, besteak beste, munduko edozein tokitara edo edozein pertsonengana mezu edo argazkiak unean bertan bidaltzea. Interneti eta sare sozialei esker, elkarreragitearen eredu direna, portaera bat modifikatu, iritzi berriak sortu edota zerbaiten aldeko taldeak sortu daitezke besteak beste. Sare sozialetan, erlazioak bertikalak izatek horizontalak izatera pasatzen dira. Modu horretan, erabiltzaile oro informazioaren igorle edo hartzaile izan daiteke.
- Pertsonalizazioa: Sare sozialek jaso, nabarmendu edo partekatu nahi dugun informazioaren inguruko kontrol handiago izatea ahalbidetzen digute. Horrez gain, jendea ezagutzerako orduan, norberarengan ziurtasun gehiago izatera bultzatzen dute, esaterako, elkarrizketa bat hasteko momentua, norekin edo nola egingo dugun erabaki dezakegulako. Gainera, harreman hau noiz amaituko den ere erabakitzeko aukera ematen dute. Sare ezberdinetan egiten diren profilen pertsonalizazioaren ondorioz, norbanako batek profil ezberdinak izan ditzake (lagunentzat, ezagunentzat edota arlo profesionalerako). Profil guztiak pertsona berarenak izan daitezke, baina bakoitzaren mugak ondo definitzea garrantzitsua izango da. Izan ere, komunikatzeko ditugun modu berrien ondorioz, mehatxu berriak sor daitezke norberaren pribatutasunarekiko ez badugu profil bakoitzaren helburua eta komunikatuko den jende mota zehazten.
- Multimedio eta feedbacka: Bi ezaugarri hauek elkarreragitearekin dute lotura. Gaur egun, Interneten publikatzen diren edukiak ez dira irakurriak eta ahaztuak izateko soilik egiten. Internet baliabide birtuala izanda, informazioa milioika pertsonengatik aztertua, osatua eta editatua izan daiteke, edonork erabilgarri izateko. Entziklopedia birtualek (Wikipediak adibidez) egiten duten informazioaren eguneraketa konstanteak bi ondorio izan ditzake: alde batetik, osotasun handiko informazioa eskuratzea baimentzen digute, ehundaka

erabiltzaile aztertu eta osatzen baitute. Beste alde batetik, iturri ezberdinekin informazioa kontrastatzea ezarri behar da bertan, edozein pertsonak editatu dezakeelako informazioa eta arau horiek bete ezean, informazio horren objetibotasuna gal daitekeelako.

3.4.2- Sare sozialen erabilera hezkuntzan

Irakasleei gidatutako sare sozialen erabilerari dagokionez, Areak (2008) hauen indarguneak azaltzen ditu, hala nola:

- Edozein momentu eta tokitik komunikazioa errazteko gaitasuna.
- Indibidualki sortutako materiala partekatzeko ematen duten erraztasuna.
- Kolaborazio bidez materialak sortzeko ematen duten aukera.
- Erabiltzaileei esperientzia hori kontatzeko eta partekatzeko aukera.
- Taldearentzat interesgarriak diren berriak eta informazioa erakusteko espazioen eskaintza.

Hezkuntza munduan lan egiteko erabilgarria izan daitekeen sare sozialen bat konkretatuz, Multiplicialiak (2018) dioenez, Facebook da munduan erabiltzaile gehien dituen sare soziala, 2.130 milioi erabiltzailerekin, hau da, munduko biztanleriaren laurdenak du izena emanda bertan (Multiplicialia, 2018).

Hala ere, Facebookek berak hainbat erabilera ditu bere baitan. Hezkuntza munduan elkarlanean aritzeko, orri edo talde bat sortzea posible da, baina zeintzuk dira ezberdintasunak? Ochagavía (2015) dioenez, badaude hainbat ezberdintasun hauen artean:

- Orriak: Facebookeko orriek antolatzaileei, enpresei, famatuei edo marka ezberdinei pertsonekin modu orokor batean komunikatzen laguntzen diete. Norberaren jarraitzaileekin kontaktuan jartzeko modua da hau. Gune ofizialak izan ohi dira eta Facebook taldeak baino formalagoak dira.
- Taldeak: Interes berdinak dituzten pertsonen artean iritziak trukatzeko guneak dira. Edozeinek sor dezake talde bat. Bertan, eguneraketak, argazkiak eta dokumentuak partekatu daitezke eta taldeko partaide orori mezuak bidaltzeko aukera dago. Taldea gune irekia (edonor batu daiteke), itxia (administratzaileak onartu behar du bertara batzen den partaide bakoitza) edo sekretua (partaide eta gonbidatuak soilik sar daitezke bertan eta beraiek bakarrik dakite talde hori existitzen dela) izan daiteke (Ochagavía, 2015).

3.4.3- Sare sozialak kolaboraziorako gako gisa

Gorputz Hezkuntzako irakasleen lana indartu nahian, guztiak haien artean komunikatzeko baliagarria den zerbait sortu nahi izan da. The Education Foundationek (2015) dioten moduan, Facebook-eko taldeak metodo oso baliagarriak dira beste irakasleekin baliabideak eta aholkuak partekatzeko modu ireki edo pribatu batean. Taldeko eguneraketak “azken berriak” atalean agertzen dira, baina gunea konfiguratu daiteke, taldeko kide ez direnek ikus ez dezaten. Horrek esan nahi du taldeko kideek soilik ikus ditzaketela argitalpenak (The Education Foundation, 2015). Hari horretatik jarraitzen dute Phillips, Baird eta Fogg-ek (2013), esanez, zentroko edo ikasgai berdineko irakasleekin partekatzeko sor daiteke Facebook talde bat. Modu horretan, garapen profesionalerako eta edukiak partekatzeko aukera dago, horiek modu sinplean partekatzeko aukera izanez (Fogg, Baird eta Fogg, 2013).

Ildo beretik jarraituz, Davidek (2014) dio Facebook bezalako sare sozial batek profesional askok izan ditzaketen denbora- eta espazio-mugak apurtzen lagun dezakeela, ideia berriak, proiektuak eta jakintza nahia partekatzeko orduan. Gainera, mota horretako taldeak sortzeak kolaborazioa ekar dezake profesionalen talde batera. Baliabide horien erabilera egokiak hainbat abantaila izan ditzake, hala nola, erabiltzaileen etengabeko formazioa eta berdinen arteko komunikazioa. Irakaskuntza munduan, bereziki, irakasleek eta irakasleentzat sortutako talde ugari aurki daitezke, bakoitzaren helburuaren arabera (David, 2014).

Hala ere, Phillips, Baird eta Fogg-ekin (2013) bueltatuz, beste bi irtenbide ematen dituzte Facebook-i erabilera aberasgarria emateko. Lehenik, *Facebook in Education* orria jarraitzea proposatzen dute. Bertan, aurrera eraman daitezkeen praktikak, irakas-metodoak edo Facebook-en erabilerari buruzko aholkuak datoz. Beste alde batetik, ikasgaiarekin erlazioa duten orrialdeei “atsegin dut” klikatzea. Modu horretan, interesgarriak izan daitezkeen albisteak norberaren horman zuzenean agertuko dira, bilatzen ibili ordez (Phillips, Baird eta Fogg, 2013).

Sare sozialetara modu orokorrean berriz bueltatuz, eta, ondorio gisa, Valenzuelaren (2013) esanak kontuan hartzea interesgarria da. Dioenez, sare sozialek aukera asko ematen dizkiete irakasleei komunitateko kideekin elkarreragina izateko. Hala ere, gomendagarria da hasiera batetik argi edukitzea zer lortu nahi den baliabide horrekin, horrela, errazagoa izango delako beharrezkoa dena lortzea edo konpontzea. Gainera, sare sozialeko segurtasun neurriak kontuan izatea gomendatzen da, garrantzi handiko informazioa sarean edonoren bistan uzteak ondorio negatiboak izan ditzakeelako. Kasu askotan, ez da argi uzten eskaintzen den informazioak zein iturri duen, eta hori zaintzea komeni da. Horrez gain, irakasleei galdetu behar zaie ea sare sozialak diren beren beharrak asetzeko baliabiderik egokiena, izan ere, teknologiak eta sareko baliabideak aldatzen doaz denboraren poderioz. Sare sozialak irtenbidetzat hartzen badira, horien eskaintza eta potentziala ahalik eta gehien aprobetxatzea lortu beharko da, lortu nahi diren helburuak betetzeko (Valenzuela, 2013). Areak (2008) dioenez, honelako gune batek arrakasta izateari utz diezaioke, adibidez, erabiltzaileen parte hartzeak jarraitzen ez badu, erabiltzaile batzuek soilik badute jarrera aktiboa edo guneak berak irakasleen interes profesionalak asetzen ez baditu (Area, 2008).

4. KAPITULUA

Proposamen praktikoa

Atal honetan, sortutako proiektuaren nondik norakoen azalpena egingo dugu. Aurrez esan bezala, proiektu honek bi helburu nagusi ditu. Alde batetik, Gorputz Hezkuntzako unitate didaktiko digitalak diseinatzeko txantilo baten eredua sortu nahi da, konpetentzia digitala lantzeko bidea argituz. Beste alde batetik, Gorputz Hezkuntzako irakasleek elkarri laguntzeko eta elkarren artean edukiak partekatzeko gune bat sortu nahi dugu, kasu honetan, Facebook-eko talde bat proposatuz. Modu horretan, euskarri edo baliabide digitalen erabilera eginez, ikasgai honetako irakasleei bultzada bat eman eta lana errazten lagundu nahi zaie.

4.1- Gorputz Hezkuntzarako unitate didaktiko digitalak diseinatzeko egitura

Lehenik eta behin, Gorputz Hezkuntzako unitate didaktiko digitalak diseinatzeko ereduen egituraren inguruan arituko gara. Txantilo eredu hau Gorputz Hezkuntzako planteamendu tradizionaletik aldentzeko egin nahi izan dugu, autore ezberdinen ideiak kontuan hartuz eta haien artean konbinatuz. Modu horretan, saioak modu berritzaileagoan eta kritikoagoan planteatzeko modu bat sortu nahi izan dugu, hori posible izateko eredu egitura bat sortuz.

Beharbada, Gorputz Hezkuntza kirolarekin edo gimnasiarekin lotu izan da tradizionalki eta ikasgaiko saioak modu horretara bideratuak egon izan dira azken hamarkada luzeetan. Hala ere, izenak dioen bezala, gorputzaren hezkuntzara bideratua dagoen ikasgai bat izan behar da gurea eta proposatutako ereduak bide hori jarraitzeko asmoa dauka. Kirolak, Lehen hezkuntzako kasuan kirol hastapenak, programazioaren parte izan daitezke, baina ezin dira lehentasun bezala hartu behar, modu horretan ikasleen formakuntza integrala alde batera uzten dugulako. Curriculumak markatutako irizpideak

oinarri edo erreferentzia bezala izanda, Gorputz Hezkuntza berri bat bilatzea da asmoa, eta hori lortzeko daukagun proposamena hasiera bat izan daiteke.

Jarraian, eredu horren nondik norakoak zeintzuk diren azalduko dizkizuegu, atal bakoitzaren zergatiak eta garrantzia azalduz.

Unitate digitalen eredu

Irakaslea:

Gaia:

Zikloa:

Tokia:

Materiala (material digitala barne):

Zehar kompetentziak	Diziplina barruko kompetentziak	Kompetentzia digitalak	Edukiak

Ebaluazio irizpideak (kompetentzia eta edukiena)

Elkartzeko unea: Bertan, hasierako komunikazioa ematen da (saioan lortu nahi diren helburuak, arauak, aurreko saioarekin lotura, ondorengoarekin...)

Eraikitzeko atala: Hasieran planteatutako helburuetan oinarrituz, jardueren bitartez, jokaera motorrak eraikitzen dira.

Amaierako atala: Saioa ixten du. Saioan zehar gertatutakoa komentatu, hausnartu...

Irakaslearen hausnarketa: saioko gertakari garrantzitsuenak aipatzeko gunea. Zer gustatu zait? Zer ez? Zer hobetuko nuke egindako planteamendutik?

Kompetentzia digitala behar bezala integratzen nabil ikasgaiak? Ikasgaiak bere esentzia mantentzen jarraitzen du?

2. irudia: Unitate didaktikoaren eredu. Iturria: egilea bera.

Ereduaren goialdean 5 puntu konkretu azalduko dira: irakaslea, gaia, zikloa, toki eta materiala. Hasierako gune horretan, saioaren testuingurua zehaztea bilatzen da, ondoren datorren guztia finkatu eta egituratu ahal izateko. Testuinguruaren alor

horretan, tokia zehaztea garrantzitsua izango da, egingo diren jarduerak eta hautatuko diren materialak erabakitzen lagunduko duelako. Izan ere, ez da berdina izango saioa gimnasio, areto edo zelai batean aurrera eramatea. Gainera, gaia finkatzeak ere bere garrantzia badu, batez ere unitate didaktiko baten garapenean egonda. Aurreko edo ondorengo saioekin loturarik egiten bada, gaiaren erreferentzia edo unitate didaktikoko zein saiotan egongo garen zehaztea argi utzi beharko da. Horrez gain, atal horretan ikus daiteke ereduari islatu nahi izan dugun lehen berrikuntza. Materialen gunean, alor digitalarekin lotura duten materialak ere apuntatzeko aukera eskaintzen da. Ez da ohikoa teknologiak Gorputz Hezkuntzako ikasgaiari presente egotea, baina, 2.1.1.1 atalaren azken paragrafoan aipatu bezala, IKTak behar bezala erabilita, hau da, ikasgaiaren esentzia errespetatuz, material baliagarriak izan daitezke: alde batetik konpetentzia digitala garatzen joateko, eta, beste alde batetik, ikaskuntza sortzaile, kooperatibo eta autonomia sustatzeko.

Bigarrenik, konpetentzia eta edukien atala izango genuke. Atala 4 multzotan banatzea erabaki dugu: zehar konpetentziak, diziplina barruko konpetentziak, konpetentzia digitala eta edukiak. Ideia hau Arroyoren (2016) proposamena aztertu eta gero hartu dugu, uste dugulako modu egokia dela planteatu nahi dugun eredu gartzeko. zehar konpetentzien, diziplina barruko konpetentzien eta edukien atalek txantilo eredu orotan agertzeko aukera handiak dituztela uste dugu. Hala ere, hemen konpetentzia digitalaren zein aspektu landuko diren azaltzeko aukera ematen zaio irakasleari, DIGCOMP markoan oinarrituta. Beraz, IKTak modu esporadiko edo isolatu batean erabiltzea baino, apustu sendoagoa egiten da txantilo eredu honetan. Teknologia digitalaren erabilerari zentzu hezitzailea eman nahi zaiela erakutsi nahi da, ikasleentzat haien hezkuntza aberasteko baliagarria izango den zerbait.

Bigarren puntu hau, lortu nahi dugun Gorputz Hezkuntza berrira joateko lehen pausutzat hartzen dugu eredu honetan. Konpetentzia digitala, aipatu berri dugun bezala, berritasun nabarmenena izan daiteke, baina azaltzen diren beste konpetentzia mota guztiak landuta ere lortuko da horrenbeste nahi dugun hezkuntza integrala. Aspektu honetan, eta beranduago gehiago sakonduko dugu, aspektu mentalaren lanketari garrantzia eman nahi zaio. Egia da lanketa hori saioaren egituraketa egitean (ereduko 4. atala) finkatu daitekeela jarduera ezberdinak prestatuz, baina jarduerak prestatzeko konpetentziak ondo begiratzea garrantzitsua izango da. Izan ere, ziklo edo adin bakoitzeko ikasleek behar ezberdinak izango dituzte, eta adin bakoitzari

egokitutako kompetentzietan oinarritzea ezinbestekoa izango da, ondoren jarduera egokiak aukeratzeko. Etapa bakoitzak une horretan egokitzen zaizkion beharrak ase behar ditu eta irakaslearen lana izango da hori ziurtatzea.

Ereduaren hurrengo atala ebaluazio irizpideena da. Kasu honetan, aurreko ataleko kompetentziak eta edukiak hartuko dira erreferentzia gisa, ebaluazioak oinarri sendo bat izan dezan. Beraz, saio eta unitate didaktikoak prestatzerako orduan, ezinbestekoa izango da bi atal horien arteko lotura egitea eta curriculumeko eskakizunak modu logikoan betetzen direla ziurtatzea. Eredu honetan, ebaluazio irizpideen atala bat eginda dago guztiz. Posible litzake lau ataletan bereizi izan balitz eta kompetentzien eta edukien atal bakoitzaren ebaluazio irizpideen balorapena egitea baita. Hala ere, hasiera batean atal hau bateratua uztea pentsatu dugu eta hau erabiltzen duen pertsonaren arabera, molda daitekeen atala izan daitekeela kontsideratu dugu. Ebaluazioen atalean ezartzen diren irizpideak moldatzen joan daitezke denboraren poderioz, saio praktikoetan irakasleak ikus ditzakeen beharren arabera. Argi dago Heziberrik jarraibide batzuk ezartzen dituela, baina egunerokotasunari garrantzia ematea interesgarria dela pentsatzen dugu. Atal honetako azken zatian ikusiko ditugun hausnarketekin bat eginez, irakaslearen ikuspuntua eremu honetan barneratzea aurrerapauso bat bezala ikusten dugu hezkuntza eraginkorretik kalitatezko hezkuntzarantz eta curriculumak ematen dituen irizpideetan oinarrituz, hauetan moldaketaren bat edo beste egitea positiboa izan daiteke lortu nahi diren helburuak betetzerako unean.

Hurrengo atalak saioen atalekin du zerikusia. Hiru zatitan banatua egongo da: elkartzeko unea, eraikitze atala eta amaierako atala. Kasu honetan, Gorputz Hezkuntzako saio tradizionalak baino sakonera gehiagoko egitura ezarri nahi izan dugu gure eremuan. Elkartzeko unean, ikasle eta irakasleen arteko hasierako komunikazioa sustatzea da lortu nahi dena. Saioko helburu eta arauen inguruan hitz egiteko unea izango da, baita aurreko saioaren eta jarraian egingo denaren arteko lotura ezartzekoa ere. Horrez gain, gorputzaren beroketa egiteko ere aprobetxatuko da. Eraikitze atalean, hainbat jardueren bitartez, jokaera motorrak eraikiko dira, hasieran planteatutako helburuetan oinarrituz. Azkenik, amaierako atalean, gorputza lasaitzeko jardueraren bat egiteaz gain, saioan zehar gertatutakoa komentatu eta hausnartuko da. Horrela, kompetentzia motorra garatzeaz gain, ikasleen ikuspegi kritikoa garatzen joateko aukera egongo da.

Atal honetan ikusiko behar dira benetan ikasgai honetan ezarri nahi diren berrikuntzak baliagarriak diren edo ez. Aurrez aipatu dugun bezala, hezkuntza estilo tradizionala atzean utzi nahi da, eguneratuagoa dagoen estilo bat ezarriz. 2.3.2 atalean Saguilloren (2005) hitzetan ikusi bezala, irakaslearen aginte zuzena alde batera utzi eta ikasleengandik ikasten joatea lortu nahi dugu, eta hori, haiei protagonismoa emanda lortu daiteke soilik. Horregatik, saioen hasierako eta amaierako ataletan, gorputza berotzeaz eta lasaitzeaz aparte, haiekin hitz egitea eta hausnartzea egunerokotasunaren parte izatea pentsatu dugu. Ikasleen beharrak eta usteak irakaslearengana heltzea garrantzitsua da guztiek ikusteko ea helburuak betetzen ari diren edo ez ikusteko. Horrez gain, garrantzitsua izango da ikasle bakoitzak, izan ditzakeen gaitasun edo habileziak kontuan izanda, hobekuntzak izatea gorputzaren hezkuntzari dagokionez. Ikasgai guztietan gertatzen den bezala, ikasle bakoitzak maila jakin bat izango du, baina guztien arteko hausnarketarekin eta horrela lor daitekeen gertutasunarekin, ikasleen ikaskuntza kurba errespetatzea errazagoa izango da.

Azkenik, irakasleak bere hausnarketak idazteko gunea egongo da. Atal hau ereduko zabalena jartzea erabaki dugu, pentsatzen dugulako hausnarketa dela hezkuntza eraginkorretik kalitatezko hezkuntzara igarotzeko bidea, 2.1.3.3 atalean Tinningen (1992) hitzetan azaldu bezalaxe. Hainbat aspekturen inguruan hausnartzeko erabil daitekeen atala da honakoa, adibidez, saioan zehar irakasleari gustatu zaiona edo hobetzekotzat ikusi duena, edota egindako planteamendutik hobetuko litekeena zehaztea. Horrez gain, teknologien eta kompetentzia digitalaren inguruko hausnarketak ezartzea ere eskatzen da hausnarketa honetan. Kompetentzia digitala ikasgaiaren behar bezala integratzen den edo atal honen inklusioarekin ikasgaiaren esentzia mantentzen den jakin nahi da, besteak beste. Honela, saio bakoitzaren hausnarketa kritiko bat eginda, ikasgaiaren eta unitate didaktikoen hobekuntza bilatu nahi dugu etorkizun baterako eta pixkanaka kalitatezko hezkuntzarantz bideratu Gorputz Hezkuntza.

4.2- Sortutako unitate didaktikoak partekatzeke sare soziala

Proiektu guztia zabaldu eta hedatu ahal izateko, oso garrantzitsua da euskarri sendoa izatea. Azken finean, Gorputz Hezkuntzan irakasten dabilzan irakasleengana heltzea da helburua. Guztiak aurrez aurreko bilera batean biltzea posible ez denez, baliabide digitalak laguntza paregabea dira guztiak birtualki elkartu eta elkarri lagundu ahal izateko. Behin erabaki hori hartuta, zein baliabide erabili pentsatzea izan da hurrengo

pausoa, eta zalantza hori argitzeko irtenbidea sare sozialetan aurkitu da. Hori zehaztuta, sare soziala aukeratu behar izan da, eta horretarako marko teorikoan aipatutako erreferentzia hartu da kontuan, hau da, Facebook munduko sare sozial erabiliena dela dioen erreferentzia (Multiplicalia, 2018). Hori ikusita, jendearengana, eta zehazki Gorputz Hezkuntzako irakasleengana, heltzeko bide egokiena dela pentsatu da, sare sozialen alorrari dagokionez.



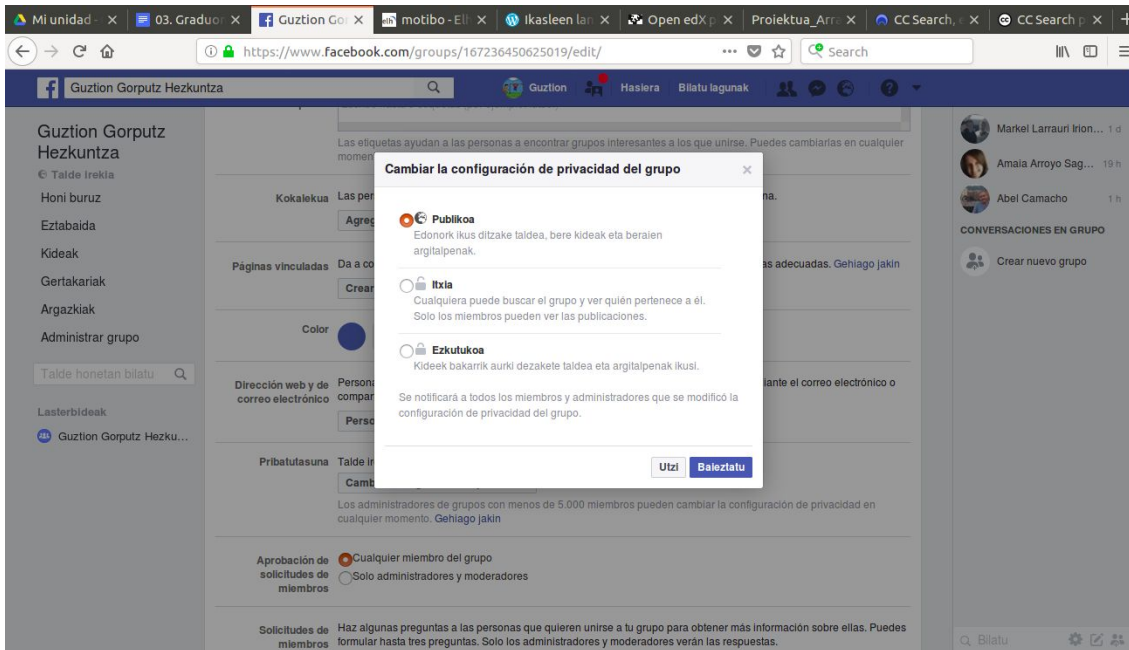
3. Irudia: Facebook logoa.

Iturria: Sarah Marshall, 2013.

Proiektuaren zabalkunderako euskarria Facebook izango dela argituta, hurrengo pausoa honako hau izan da: sare sozialaren erabilera zein izango den zehaztea. Hasiera batean, bi aukera posible egon ziren mahai gainean: Facebook orri bat edo talde bat sortzea hainbat motatako edukiak zabaltzeko eta partekatzen. Bakoitzaren ezaugarriak 2.4.3 atalean aztertu eta gero, Facebook talde bat sortzea erabaki da, hezkuntzako testuinguru baterako tresna egokiagoa dela uste baitugu. Facebook orri bat enpresa edo produktu baten erakusleho bezala planteatu daiteke haien bezeroekiko, baina talde bat, Daviden (2014) hitzekin bat eginez, interes berberak dituzten profesionalak elkartu eta berdinen arteko elkarreragina sortzeko modua izan daiteke. Hala ere, talde mota ezberdinak badaudela ere ohartarazi behar da. Mota batetik bestera badaude ezberdintasunak, eta horiek aztertzea beharrezkoa izan da azken erabaki bat hartzeko. Konkrétuki hiru talde mota daude:

- Publikoak: Facebookeko erabiltzaile bat edozein momentutan batu daiteke eta edonor gonbida dezake bertako kide izatera eta taldeko informazio eta edukiak edozein pertsonarentzako ikusgai egon daitezke.
- Itxiak: Taldean sartu ahal izateko, eskakizuna egin eta hau administratzailearengandik onartua izatera itxaron behar da. Edonork ikus dezake taldearen deskripzioa, baina berriak, argazkiak edo elkarrizketa foroak kideentzako soilik egongo dira ikusgai.

- **Ezkutuak:** Taldea ez da bilaketa bat egitean edo kideen profiletan agertuko. Bertara sartzeko, gonbidapen bat onartuz bakarrik lortuko dugu. Gainera, taldeko kideek bakarrik ikusi ahalko dute taldeko informazio eta eduki multzoa.



4. Irudia: Talde motak.

Iturria: egilea bera.

Aukera horiek ikusita, talde publiko bat sortzea erabaki dugu, interesa izan dezakeen edonork ikusi eta parte hartu ahal izateko. Gainera, norbera gonbidapenik gabe sar daitekeenez, bertan parte hartzeko pausua ematea errazagoa dela uste dugu. Gerta daiteke talde batean sartu nahi izatea baina hau itxia izatea. Ondorioz, administratzaileari abisatu beharko litzaioke norbera onartua izateko eta hori taldean sartu nahi ez izateko motibo bat izan daiteke. Azken finean, taldea Gorputz Hezkuntzako gaiei lotuta dago eta horiekiko interesa duten erabiltzaileak bertan parte hartzea nahi dugu. Modu horretan, parte hartzaileen jakin-mina eta parte hartze aktiboa sustatzea bilatzen da, guztien arteko elkarlana eta laguntza sortzeko.

Taldearen izena “Guztion Gorputz Hezkuntza” izango da. Pentsatzen dugu garrantzitsua dela izenetik beretik irakasleei taldearen intentzio eta esentzia transmititu ahal izatea. Azken finean, parte hartzaile guztiek protagonismo bera izateko aukera izatea lortu nahi dugu proposamen honekin eta hori lortzeko, egin behar den eskaintza edo proposamena modu erakargarrian aurkeztea garrantzitsua da.



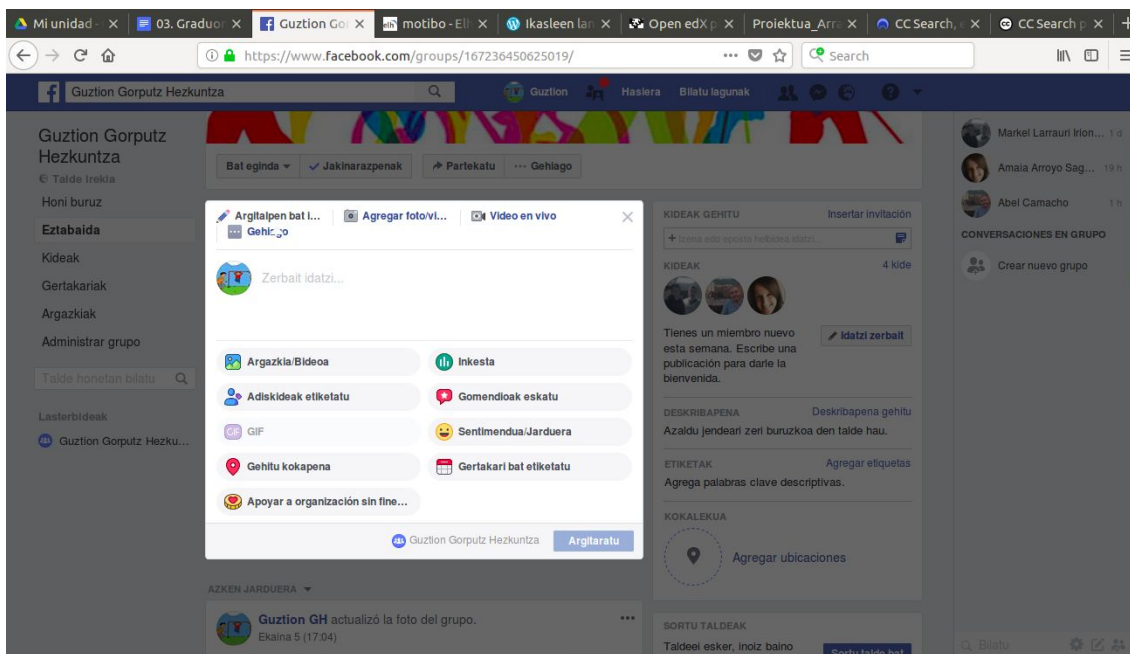
5. Irudia: Taldearen izena
Iturria: egilea bera.

Horrek ekartzen duen beste abantaila bat espazio- eta denbora-mugak apurtzea da. Hau da, kontuan izan behar da ikastetxe bakoitzeko irakasle bat edo bi egongo direla Gorputz Hezkuntzaren alorrean. Horrek esan nahi du ez dela aukera handirik egongo haien guztien arteko elkarlana edo interakzioa sustatzeko aurrez aurreko testuinguru batean. Sare sozialekin, kasu honetan Facebook taldearekin, muga hori apurtu eta taldeko edozein parte hartzailek elkarrekin lan egiteko, elkarri laguntzeko edo aholkuak emateko eta jasotzeko aukera aukera izango du, sarera konexiorik baldin badu. Elkarlan horrekin, taldea handitzen joateaz gain, garapen profesionala sustatzeko aukera ere egon daiteke, irakasleek elkarrekin lan egin eta elkarri laguntza eskainiz. Modu horretan, Gorputz Hezkuntzako irakasleen sarea hazten joateaz gain, irakasleen gaitasun digitala garatzen joateko aukera egon daiteke.

Atal honetan ikusitakoaz gain, Facebook talde batek eskaintzen dituen aukera edo baliabide interesgarri batzuen inguruan hitz egingo dugu jarraian. Honi ahalik eta probetxu handiena ateratzeko, oinarritzko jarraibide hauek begiratzea ondo etor dakioket edonori, batez ere mota honetako talde batean aurretik egonda ez badago.

Taldeko *Eztabaida* atalaren barruan dagoen aukerei buruz hitz egingo dugu lehenbizi. Bertara sartzean, argitalpenak modu ezberdinetan egiteko aukera dauka partaideak.

Argitalpen bat idazteko aukera ematen du, eta bertara sartzean, beheko irudian ikusten dena agertuko da. Nabarituko denez, hainbat aukera ematen zaizkio erabiltzaileari argitalpena egiteko. Goian agertzen den aukera idatzizkoa da. Norberaren ideia bat edo ondoren gehituko duen eduki bat aurkezteko erabiltzen da batez ere. Idatzizkoaz gain edukiren bat gehitzen bada, testua aurkezpen modura erabiliko da gehienbat. Intereseko estekak ere bertan itsatsi daitezke jendeak hori bisitatzeko. Hala ere, ikus daiteke beste hainbat aukera eskaintzen dituela Facebookek. Argazki edo bideo interesgarriak txertatu daitezke gainontzeko taldekideek ikus dezaten. Hau modu bisual eta entretenigarria izan daiteke intereseko gai baten inguruko arreta erakartzeko. Adiskideak etiketatzeko aukera ere ematen du baita, taldeko norbaitekin aurkitu eta gertakariaren bat partekatu nahi izatekotan. Inkestak, animazioak edo gomendio eskaerak egiteko aukera ere ematen du. Gainera, aipagarria izan daitekeen beste aukera bat gertakari bat etiketatzearena da. Gure kasuan Gorputz Hezkuntzarekin edo orokorrean hezkuntzarekin lotutako ekitaldiren bat ezarrita badago, honen inguruko oharra jar daiteke taldean eta jakinarazpen bikaina izan daiteke bertara joateko interesa duen edonorentzat.

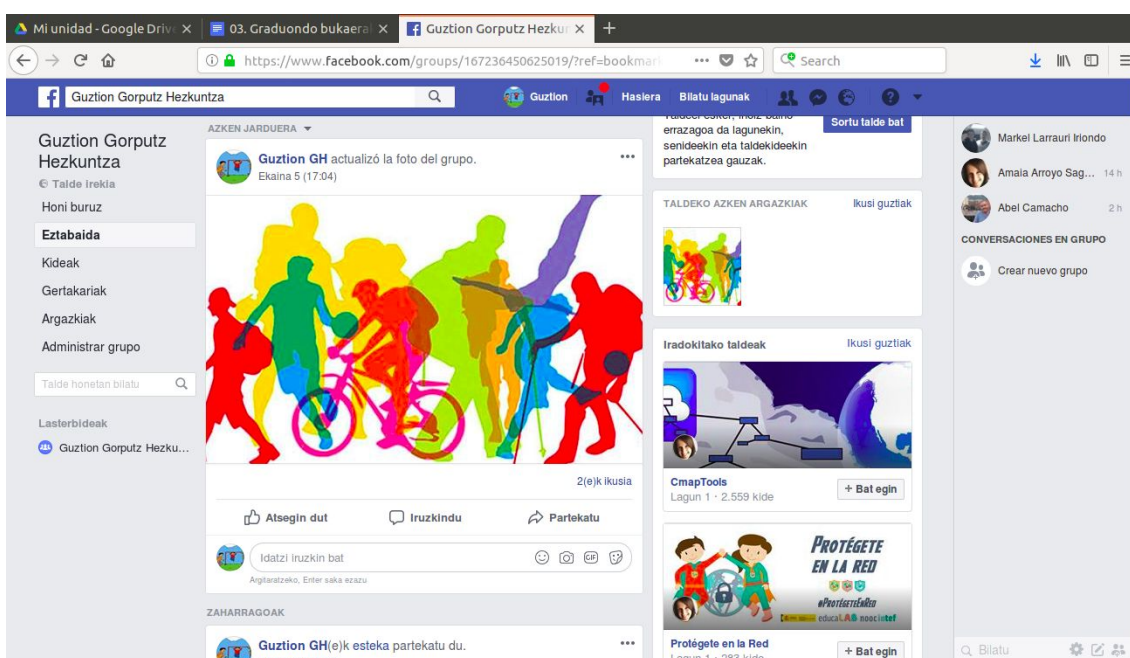


6. Irudia: Edukiak txertatzeko aukerak.

Iturria: egilea bera.

Behin publikazioa eginda dagoenean, taldekide bezala hainbat aukera daude horrekin aritzeko. Guneren bateko estekarik eskegi badute, hori klikatzeko eta gunea bisitatzeko

aukera egongo da. Argazkirik igo badute (azpiko irudiko adibidean bezala), hauek ikusteko aukera egongo da. Baina horrez gain, publikazio bakoitzaren azpiko aldean hainbat aukera eskaintzen zaizkie taldekideei haien iritzia adierazteko. Lehenik, *atsegin dut* ikonoa azaltzen da. publikazioa gustuko duen edonork ikono hau klikatzeko aukera izan dezake, publikatzaileak egindako lana eskertzeko keinu gisa. Bigarrenik, gaiaren inguruan iruzkin bat idazteko aukera dago. Bertan, norberaren iritzia azaldu daiteke eta publikazioaren inguruko uste esanguratsuenak bertan adierazi daitezke. Gainera, publikazioa partekatzeko aukera ere badago. Modu honetan, hau ikusteko aukera izan ez duten pertsoneri aukera ematen zaie horren parte izateko eta publikazioa taldetik haratago zabaltzen joateko.

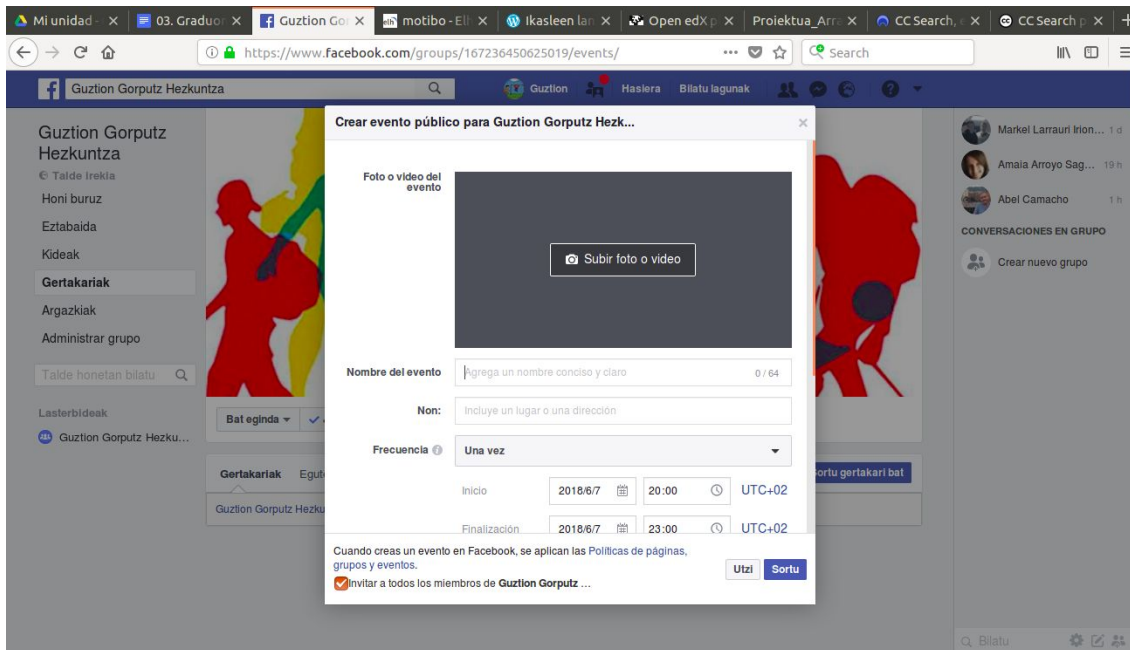


7. Irudia: Publikazioak komentatzeko aukerak.

Iturria: egilea bera.

Probetxua atera dakiogun beste atal bat gertakariena da. Azpiko irudian ikus daitekeen bezala, ezkerreko zutabean badago *Gertakariak* atal bat. Bertan sartuta, gertakaria sortzeko botoiari klikatu eta azpiko moduko eredu bat agertuko da. Bertan, gertakariaren izena, tokia, data (hasi eta bukatu) eta argazki bat jartzeko aukera dago. Gure kasuan, Gorputz Hezkuntzarekin lotutako gertakari interesgarriren baten inguruan berri eman nahi bada, Facebookek ematen duen aukera hau oso baliagarria izan daiteke, taldean dauden partaide guztiek horren berri izateko aukera dutelako. Taldea

geroz eta ugariagoa izan, orduan eta aukera gehiago egon daiteke partekatutako gertakaria jarraituagoa izateko.



8. Irudia: Gertakariak.

Iturria: Egilea bera.

Atal honetan azaldutako baliabideak eta aukerak geroz eta probetxugarriagoak izateko, taldea handitzen joatea beharrezkoa litzake. Geroz eta jende gehiago egon, orduan eta ideia eta proposamen gehiago egoteko aukerak daude eta guztiek guztiengandik gehiago ikasteko modua. Argi utzi behar da talde bat bizirik mantentzeko, partaideen parte hartze aktiboa beharrezkoa dela, pertsona baten edo gutxi batzuen lanak soilik asko zailduko lukeelako funtzionamendu eraginkor bat.

Lan egiteko modu hau, berdinen artekoa eta ikastetxe batekoa baino testuinguru informalago batean, hasiera ona izan daiteke sare sozialak (Facebook kasu honetan) hezkuntza munduan sartzen joateko. Gaur egun hauek eskaintzen dituzten baliabideak norberaren intereserako erabiltzen jakin eta ikasi behar dugu eta konturatu behar gara denbora pasa edo aisialdiko uneetako elkarrizketak izateko baino baliabide indartsuagoak direla. Enpresekin, marka ezberdinekin edo pertsona ezagunekin gertatzen den bezala, sare sozialak norberaren intereseko funtziorako erabil daitezkeela ikusi da. Beraz, hauen erabilerarekiko kontzientzia hartuta, ikastetxe ezberdin askotako Gorputz Hezkuntzako profesionalak batzea posible egin dezakeen

baliabide baten aurrean gaudela esan dezakegu. Gainera, honelako gune baten garapenak onura egin dakieke etorkizunean ikasgai honetako irakasle diren pertsoneri. Ikasketak amaitu berri dituzten pertsonak ez dute materialik eskuragarri izaten edo ikastetxe bateko egunerokotasunarekiko berririk izaten, beraz, mundu honetara hurbiltzen joateko modua izan daiteke. Atal honetan aipatu ditugun puntu ezberdinak kontuan izanda, uste dugu honelako ekimen batek etorkizuna izan dezakeela eta irakasleen interesa erakar dezakeela.

5. KAPITULUA

Ondorioak

Txosteneko azken atal honetan lanaren inguruan ateratako ondorioen inguruan hitz egingo dugu. Aspektu honi dagokionez, puntu ugari daude komentatzeko eta ondorioztatzeko, baina bi atal nabarmenduko dira beste guztien gainetik: alde batetik, proiektuaren hasieran ezarritako helburuen inguruko ondorioak agertuko dira, eta hauek bete diren edo ez komentatuko da. Beste alde batetik, prozesuaren inguruko ondorioak bete diren argudiatuko da, eta lanak garapen pertsonalean izandako eragina argituko da.

5.1- Helburuekin erlazionatutako ondorioak

Proiektu idatziaren lehen atalean agertzen den bezala, lanak bi helburu nagusi ditu, eta helburu horietako bakoitzak azpi helburu bat dakar. Horiek izan dira proiektu honekin eskuratu nahi izan diren lorpen nagusiak eta bete diren edo ez aztertzea eta hausnartzea da atal honen eginbeharra. Ondorioen jarraipena errazagoa izateko, aurrez ezarritako helburuak jarraian ikusgai egongo dira eta hauen segidan, bakoitzaren inguruko ondorioak azalduko dira. Beraz, hona hemen hausnarketaren lehen atala.

1- Gorputz Hezkuntzarako Unitate Didaktikoak diseinatzeko txantilo baten eredu diseinatzea, konpetentzia digitala eredu honetan barneratuz.

Lehen helburuari dagokionez, uste dugu hasiera batean planteatutakoa betetzea lortu dela. Gaur egungo eta etorkizunerako Gorputz Hezkuntzarako txantilo eredu bat sortzea lortu nahi izan da, konpetentzia eta alor digitalaren berritasuna barneratuz eta ikuspegi tradizionala alde batera utziz. Eredu honekin ikasle eta irakasleentzat

baliagarria izan zitekeen formatu bat lortu nahi izan da. Alde batetik, ikasleei dagokienez, hauek ikaskuntza prozesuaren protagonistago izango diren modu bat lortzea izan da helburua. Saioak eraikitzeke egiturarekin eta atal bakoitzean bete beharreko helburuekin, hori lortzea posible dela uste dugu. Gainera, konpetentzia digitala barneratzeko moduko ereduak sortu nahi izan da, ikasleek alor hau haien ikaskuntzara gehitu ahal izateko eta Gorputz Hezkuntza bera aberasteko. Horretarako, materialen gunean alor digitalarekin zerikusia duten materialak sartzeko aukera utzi da eta irakaslearen hausnarketan, jarraian azalduko den bezala, honen inguruko indarguneen eta hobekuntzen inguruan idazteko gunea egongo da baita. Beste alde batetik, irakasleen ikuspuntuari dagokionez, hauen ikuspuntu kritikoa azaltzeko moduko ereduak sortu nahi izan da, hausnarketarentzat gune zabala eskainiz. Modu honetan, saioen arteko lotura aberasgarriagoa eta unitate didaktikoen hobekuntza konstantea bilatu nahi izan da. Ondorioz, unitate didaktikoak garapen konstantean egoteko aukera eskaintzen da eta saio praktikoetan ikusten diren akatsak zuzenduz, hauek eguneratuak eta ikasleen beharretara egokituak egoteko aukera egongo da.

1.1- Konpetentzia digitala Gorputz Hezkuntzako saioetan landu daitekeela erakustea.

Azpi helburu honi dagokionez, pentsatzen dugu lortzeko moduko helburua dela, Gorputz Hezkuntzan izan ditzakeen onurak marko teorikoan zehar azaldu direlako eta, beraz, oinarri sendo bat dagoela esan dezakegu. Onartu behar dugu proiektuaren hasieran, zalantzak izan genituela alor hau benetan bideragarria izan zitekeen ala ez, honen inguruko ezagutza sakonik ez genuelako. Are gehiago, konpetentzia digitalak Gorputz Hezkuntzako saioetan lantzearen inguruko aipamenik ez genuen entzun proiektu honekin hasi aurretik, beraz, honen inguruko ikerketak egitea eta iturri ezberdinak kontrastatzea garrantzitsua izan da prozesu osoan zehar. Marko teorikoko 2.1 eta 2.2 atal eta hauen azpiataletan konpetentzia digitalaren lanketa eta hau lantzeko baliabideen erabilera saioetan zehar aurrera eramatea posible dela argudiatu da autore ezberdinen ideiak ahalik eta koherentzia handienarekin azalduz. Ondorioz, esan daiteke, aspektu teorikoan behintzat, helburu hau betetzat ematen dugula.

Beste alde batetik, eta azpi helburu hau ezarri genuenean horren jakitun ginen, atal praktikoa ere honen barruan sartzan da, hau da, Gorputz Hezkuntzako saioak aurrera eramatea beharrezkoa da benetan ikusteko helburu hau betegarria den edo ez. Kasu

honetan, proiektuan bertan ezingo da helburu hau beteko dela ziurtatu, baina aurrez aipatutako atal teorikoaren oinarria izanda, hau posible dela ikusten dugu. Azken finean, hezkuntza prozesu ororen helburuak betetzen diren edo ez egunerokotasunean ikusten dira eta proiektu hau kasu erreal batean martxan jarrita, hobekuntzarako tartea egon daitekeela pentsatzen dugu, eta egin berri dugun lan hau etorkizun batean aberatsagoa eta eguneratuagoa izan daitekeelakoan planteatu dugu.

2- Gorputz Hezkuntzako irakasleentzat elkarlanean aritzeko baliagarria izango den gune bat sortzea, ideiak eta materialak eskuratu eta partekatzeko.

Bigarren helburu nagusi hau lortzea izan da ziurrenik, proiektuaren atal praktikoaren xede nagusia. Lanean zehar behin baino gehiagotan errepikatu den bezala, IKTek gaur egun duten ahalmena probetxugarria izan daiteke hezkuntza munduan, hauen erabilera egokia egiten bada. Helburua betetzeko, gune aproposa aukeratzea garrantzitsua izan da baita, jendearengan eta profesionalengan inpaktu handia sortuko zuen baliabide bat izan nahi genuelako. Gauzak horrela, munduan erabiltzaile gehien dituen sare soziala hautatzea erabaki ona izan dela uste dugu, pertsonengan heltzeko eta sarean zabaltzeko aukera gehiago egon daitezkeela uste dugulako.

Gainera, eta sare sozial hau hautatzearen beste arrazoi bat, taldeak sortzeko aukera izan dugula izan da. Interes berdineko pertsonak batzeko aukera ematen duen baliabide bat eskura izatea aprobeixatu beharreko aukera bat zela pentsatu dugu, eta gaia transmititzeko eta etorkizunean geroz eta pertsona gehiago batzen joateko aukera ematen digun modu bat aurkitu dugula uste dugu. Hala ere, hasi berri dugun proiektua da, beraz, lanean jarraitzea beharrezkoa da taldea garatzeko eta pixkanaka bertara geroz eta erabiltzaile gehiago erakartzeko.

2.1- Gunea, partaideen kolaborazio eta laguntzaz, hazten eta aberasten joatea, partaideen parte hartze aktiboaren ondorioz.

Bigarren azpi helburu honi dagokionez, lehen azpi helburuan gertatzen den bezala, prozesu bat behar duen xedea dela uste dugu, eta proiektu honek, hori lortzeko hasierako pausoak ematen laguntzen dituela. Argi dago, horretarako intentziorik eta jarrerarik badago behintzat, mota honetako talde bat egunero hazten joan daitekeela, bai edukiz eta baita partaidez ere. Gure kasuan, garrantzitsua iruditu zaigu, lehenik eta

behin, izenburu argi bat duen taldea sortzea, helburu berdina duten pertsonak honegatik erakarriak izateko. Deskribapenak ere horretan lagundu behar du, eta hau irakurrita, pentsatzen dugu argi ikusten dela kide bakoitzaren parte hartzea eskertzen dela.

Gainera, taldea publikoa izatea gure printzipioekin bat datorrela esan behar dugu. Atal praktikoan aipatu bezala, hiru motako taldeak sortu daitezke: publikoak, itxiak edo ezkutuak. Guk erabiltzaileei bidali nahi izan diegun mezua kontuan izanda (partaide orok protagonismo bera izatea talde barruan), pentsatzen dugu horri erantzuten dion eredu egokiena talde publikoarena dela, kideei askatasun gehiago emango baitie bertan aritzerako orduan.

Horrez gain, uste dugu taldea erakargarri mantentzea funtsezkoa dela hasiera batean kideak erakartzen joateko, eta bertan dauden kideek beste erabiltzaile batzuei taldea gomendatzeko baita. Sare sozialek pertsonak konektatzeko botere ikaragarria dute, eta badakigunez Gorputz Hezkuntzarekin lotutako taldeak badaudela, gure taldean eta gaiarekin lotutako beste talde batean dauden pertsonak gure taldea gomenda dezakete beste guneeetan, kide gehiago izateko aukera izanez.

5.2- Bestelako ondorioak

Ondorioen ataleko bigarren zati honetan, proiektuak berak alor pertsonalean egindako ekarpenei buruz hitz egin nahi dugu. Edozein proiektutan gerta daitekeen bezala, fase ezberdinak bizi daitezke lanean zehar. Momentu batzuk inspirazio handiagokoak dira, beste batzuetan badirudi lanarekin aurrera jarraitzeko modurik ez dagoela, proiektuaren egitura aldatzen joan daiteke aurrera egin ahala eta hasiera batean izandako ideia eta amaierakoa aldatzen edo moldatzen joan daiteke.

Lehenik eta behin, proiektua aurrera eramateko aukeratutako gaiaren inguruan hitz egin nahi dugu. Gorputz Hezkuntzako gradua egitetik etorrira, IKTen erabilera ikasgai honetan egin zitekeen ikusi nahi genuen hasiera batean, aurretik bi alor hauen inguruko loturarik ikusi gabe geundelako. Proiektu hau egitea posible zela ikusita, interesgarria izan zen hasierako planteamendua egitea, hau da, zein onura ekar ditzakete IKTek Gorputz Hezkuntzako arlora, eta behin hori zehaztuta, nola planteatu daiteke proiektua, atal teoriko sendo bat izateko, eta horrekin, proposamen praktiko erakargarri bat planteatzeko.

Planteamendu guzti honek bai Gorputz Hezkuntzan eta baita teknologien erabileraren inguruan sakontzeko balio izan digu. Orain arte genituen ikasgaiaren inguruko jakintzetatik haratago joatea eskatu digun proiektua izan da hau, teknologiaren osagaia gehitzea guztiz berria izan delako guretzat. Ondorioz, iturri ezberdinetako informazio ugari irakurtzea beharrezkoa izan da, gai honetan adituak diren autoreen ikuspuntua zein den ikusteko eta gure lanerako erreferentziak izateko.

Irakurketa horiek marko teoriko bat sortzera eramán gaituzte. Konturatu gara badaudela gai honen inguruan artíkulu ugari idatzi dituzten autore batzuk eta horien irakurketa egitea baliagarria iruditu zaigu, gaiaren inguruan jakintza sakonagoak izan ditzaketen autoreak iruditzen zaizkigulako. Horrez gain, aitortu behar dugu garatzeko atal konplexuena iruditu zaigula. Irakurri ditugun iturriak ugariak izan dira, baina garrantzitsuak iruditu zaizkigun ideiak elkarren artean lotzea ez da horren erraza izan. Hasiera batean, marko teorikoan sartu nahi ziren ideiak argi genituen, baina horien arteko kohesioa ez zen onena izan. Atal hau errebisatzen joatearen ondorioz, konturatu ginen aldaketak egiten joatea beharrezkoa zela eta ideia batzuk aldatuz, ezabatuz edo kokapen ezberdin baten jarriz, marko teoriko koherenteago bat osatzea lortu genuen.

Atal praktikoaren osaketari dagokionez, hainbat ondorio atera ditzakegula uste dugu baita. Gure kasuan, teknologiak Gorputz Hezkuntzako ikasgaiaren erabilgarriak izan zitezkeela ikus arazteaz gain, irakasleentzat lagungarria izango zen zerbait osatu nahi genuen. Egin zitekeenaren inguruan hausnartzen egon ondoren, bi proposamen ezberdin aurrera eramatea bideragarri ikusi genuen beti ere lan egiteko denbora kontuan izanda. Proiektuan aurrera egin ahala, ikusi dugu garrantzitsua izan dela atal teoriko eta praktikoaren arteko lotura ahalik eta estuena ezartzea, amaieran solte ezer ez gelditzeko. Premia horrek proposamen praktikoaren ezagutza sakonagoa izaten lagundu digu, eta proiektuan eman dugun pauso bakoitza hobeto ulertzen.

Unitate didaktikoak osatzeko ereduaren ideia bat hasieratik izan dugu buruan, nahiz eta moldaketaren bat edo beste egin, batez ere, kompetentzia digitalaren alorrak beharrek garrantzia izan zezan. Baina irakasleen artean elkarlanean aritzeko atalari dagokionez, aldaketa ugari izan dituen atala izan dela aitortu behar dugu. Hasiera batean, Google Sites bat osatzea pentsatu genuen, erabil erraza den baliabidea

izateagatik. Gainera, edonork editatzeko modu badago bertan, eta beraz, horrenbeste bilatu dugun elkarlana eman zitekeela ikusi genuen. Hala ere, ikusi genuen Sitesarekin ez zela horren erraza izango jendearengana iristea, eta beraz, inpaktu gehiagoko baliabide bat behar genuela ikusi genuen. Buruari buelta bat baino gehiago eman ondoren, sare sozialen kontua irten zen. Bi sare sozialen artean egon ginen: Twitter eta Facebook. Horretarako, 2.4.2 puntuan azaltzen den bezala, munduan erabiltzaile gehien zituena aukeratu genuen, Facebook kasu honetan.

Esan behar dugu Facebookekin eginiko lanketa interesgarria izan dela, hau hobeto ezagutzen lagundu baitigu. Facebookeko talde publiko bat egitea erabakitzean, honek eskaintzen dituen abantailak begiratzen egon gara eta honi atera diezaiokegun probetxua ahalik eta handiena izaten. Gure kasuan, lehen esperientzia izan da modu honetako talde bat sortzen, beraz, esan behar dugu ikasketa prozesuan jarraitzen dugula. Horrenbestez, baliagarria ikusten dugu taldeko edozein partaidek bertan aritzeko eta publikatzeko aukera berdinak izatea, modu horretan taldearen erabileren inguruan ikasi dezakegulako, Gorputz Hezkuntzako arloan jakintzak gehitzen goazen batera.

Komentatu nahi dugun beste alor bat denboraren kudeaketarena da. Proiektuarekin hasi ginenetik, argi izan genuen egingarria izan zitekeen zerbait planteatu behar genuela, helburu errealista bat izanda. Gauzak horrela, hasieran planteamendu egoki bat egitea garrantzitsua izan zen eta erabakitakoaren inguruan hausnartzea, ideia horiek genuen denborarekin bat egiteko. Esan behar dugu, orokorrean, lan erritmoa pentsatu bezala joan dela, nahiz eta momenturen baten etenak egon diren. Erritmo egoki hori funtsezkoa izan da hasieran pentsatutakoa burutu ahal izateko, alde batetik atal teorikoko irakurketak eta ideien loturak egitea eta bestetik, proposamen praktikoa ondo burutzea ahalbidetu digulako. Gainera, prozesuan zehar ikusi ditugun hutsuneak konpontzeko denbora izan dugu baita, eta hori ezinezkoa litzateke denboraz justu ibilita.

Ondorioz, eta amaierako hausnarketa gisa, uste dugu hasiera batean planteatu genituen ideiak aurrera eraman ahal izan ditugula. Egia da momentu batzuetan zalantzak egoten direla denbora faltaren beldurragatik, baina orokorrean izan dugun lan erritmoa ona izan da eta pentsatuak genituen eginkizunak betetzeko aukera izan dugu. Gainera, ikaskuntza prozesu polita izan da baita, ikusi dugulako Gorputz

Hezkuntzaren eta IKTen konbinaketa errealitate bat izan daitekeela eta ikasgaia garatzen lagun dezakeen konbinazio bat dela. Marko teorikoak aditu ezberdinen jakintzak irakurtzen eta ezagutzen lagundu digu eta atal praktikoak, gure burua lortu nahi dugun errealitatean kokatzen. Egingarria izan daitekeen proiektu batean lan egiteak lana gogoz hartzen lagundu digu eta Gorputz Hezkuntza geroz eta eguneratuago bat posible dela ikusi dugu denbora honetan zehar.

6. KAPITULUA

Bibliografía

- Abuín, N. (2009). Las redes sociales como herramienta educativa en el ámbito universitario. *Relada*, 3(3), 199-205.
- Alcalá, P., Del Socorro, M., Ortiz, O., Gloria, M., Briseño, F. eta Mima, M. (2015). Redes sociales en Educación y propuestas metodológicas para su estudio. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, 26(50), 188-206.
- Area, M. (2008). Las redes sociales en internet como espacios para la formación del profesorado. *Razón y Palabra*, 13(63), uztaila-abuztua, 2008.
- Arroyo, A., (BG IKT Taldea). (2016, abenduak 14). Unitate Digitalak sortzen. <https://labur.eus/ioEe8-tik> berreskuratua.
- Arroyo, A. (2016ko maiatzaren 10a). Homo digitalis. Educación y comunicación en la red. <https://labur.eus/vtgQC-tik> berreskuratua.
- Bastarrechea, N. (2015). Guía de Facebook para educadores. *Una herramienta para enseñar y aprender*.
- Caldevilla, D. (2010). Las Redes Sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la Información*, 33, 45-68.
- Colás, P., Jiménez, R. (2008). Evaluación del impacto de la formación (online) en TIC en el profesorado. Una perspectiva sociocultural. *Revista de Educación*, 346, 187-215.
- Corrales, A. R. (2009). La integración de las Tecnologías de la información y comunicación (TIC) en el Área de Educación Física. *Hekademos. Revista Educativa Digital*, Año II (4), 45-56.
- David, V. (2014). *Redes sociales y educación: El uso de los grupos de Facebook como herramienta de formación de profesores* (Master amaierako lana). Universitat Pompeu Fabra, Bartzelona.
- Díaz, J. (2011). La educación física y sus maestros en el marco de una enseñanza competencial. *Escola Universitaria de Magisteri "Ausiás March"*. 1-16.

- Díaz, J. (2012). La enseñanza de la Educación Física implementada con TIC. *Revista Educación física y deporte*, 31 (2), 1047-1056.
- Díaz, J. (2013). Ideas para innovar e implementar la enseñanza de la educación física mediante TICs. *Material TIC y EF. De: José Díaz Barahona*.
- Díaz, J. (2015). *La Competencia Digital del profesorado de Educación Física en Educación Primaria: estudio sobre el nivel de conocimiento, la actitud, el uso pedagógico y el interés por las TICs en los procesos de enseñanza y aprendizaje* (Doktoretza tesia). Universitat de Valencia, Espainia.
- Espuny, C., González, J., LLeixá, M. eta Gisbert, M. (2011). Actitudes y expectativas del uso educativo de las redes sociales en los alumnos universitarios. *Revista de Universidad y Sociedad del Conocimiento*, 8(1), 171-185.
- Eusko Jaurlaritzak, (2013), *Programazio didaktikoak egiteko orientabideak*, Gasteiz, Espainia, Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia.
- Eusko Jaurlaritzak, (2016). *Heziberri 2020*, Euskal Herriko Agintaritzaren Aldizkaria.
- Fernández, F. D., Hinojo, F. J. eta Aznar, I. (2002). Las actitudes de los docentes hacia la formación en tecnologías de la información y comunicación (TIC) aplicadas a la educación. *Universidad de Granada. Contextos Educativos*, 5, 253-270.
- Gómez, M., Roses, S. eta Farias, P. (2012). El uso académico de las redes sociales en universitarios. *Revista Científica de Educomunicación*, 38(19), 131-138.
- Hernández, S. (2008). El modelo constructivista con las nuevas tecnologías: aplicado en el proceso de aprendizaje. *RUSC. Revista de Universidad y Sociedad del Conocimiento*, 5, (2), 26-35
- Majó, J. (2003). *Nuevas tecnologías y educación*. Ponencia presentada en el 1er. Informe de las Tics en los centros de enseñanza no universitaria. UOC. <https://labur.eus/rt78Y-tik berreskuratua>.
- Munató, C. (2016). Las tecnologías de la información en la Educación Física. Buenos Aires: *efdeportes*. <https://labur.eus/1kG2F-tik berreskuratua>.
- Ochagavía, R. (2015). Diferencias entre grupos y páginas de Facebook. *Zoping*. <https://labur.eus/hgG16-tik berreskuratua>.
- Phillips, L. F., Baird, D., & Fogg, B. J. (2013). Facebook para educadores. *A Secretaria Geral de Educação a Distância da Universidade Federal de São Carlos (SEaD/UFSCar), s/a*. <http://www.sead.ufscar.br/outros/Facebook%20para%20Educadorestik> berreskuratua.
- Redes sociales más usadas en 2018. (2018). *Multiplicalia*. <https://labur.eus/JDtcD-tik berreskuratua>.

- Saguillo, M. (2005). La lección de Educación física en Educación Primaria: el fruto de un proceso de formación permanente. En N. Bores (Coord.), La lección de Educación Física en el Tratamiento Pedagógico de lo Corporal (pp. . INDE. Barcelona.
- Tinning, R. (1992). La educación física la escuela y sus profesores. Valencia: Universidad de Valencia.
- Valenzuela, R. (2013). Las redes sociales y su aplicación en la educación. *Revista Digital Universitaria*, 14(4), 1-14.