

LEHEN HEZKUNTZAKO GRADUA

2018/2019 ikasturtea

GORPUTZAREN ERABILERA LEHEN HEZKUNTZAKO IKASGELAN

Egilea: Aiala Etxabe Merino

Zuzendaria: Gaizka Mejuto Hidalgo

Leioan, 2019(e)ko maiatzaren 28(a)n

AURKIBIDEA

1.	SARRERA.....	4
2.	ESPARRU TEORIKO ETA KONTZEPTUALA	5
2.1.	GORPUTZA OINARRI DUTEN PEDAGOGIAK	5
2.1.1.	GORPUTZ SINBOLIKOAREN PEDAGOGIA.....	5
2.1.2.	NATURAN OINARRITZEN DEN PEDAGOGIA.....	6
2.1.3.	ESKOLA BERRIA.....	6
2.1.4.	GORPUTZ AUTONOMOAREN PEDAGOGIA.....	7
2.1.5.	GORPUTZAREN PEDAGOGIA	7
2.2.	GORPUTZAREN BALIOA HEZKUNTZAN	8
2.3.	CURRICULUMA ETA GORPUTZA.....	8
2.4.	GORPUTZ DESBERDINAK ESKOLAN	10
2.5.	TARTE MOTORRAK.....	11
3.	METODOLOGIA.....	13
4.	LANAREN GARAPENA	14
5.	EMAITZAK ETA ONDORIOAK/EZTABAIDA	16
5.1.	BEHAKETA BIDEZKO EMAITZAK	16
5.1.1.	GORPUTZAREN BALIOA TESTUINGURU ZEHATZEAN	16
5.1.2.	ESKOLAN AURKI DAITEZKEEN GORPUTZ MOTAK.....	19
5.1.3.	TARTE MOTORREK IKASLEENGAN DUTEN ERAGINA.....	20
5.2.	EMAITZA KUANTITATIBOAK.....	22
6.	ONDORIOAK	26
7.	ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOAK	27
	ERANSKINAK	30
1.	TARTE MOTORREN EBALUAZIO FITXAK.....	30
2.	TARTE MOTORREN DESKRIBAPEN FITXAK.....	34

GORPUTZAREN ERABILERA LEHEN HEZKUNTZAKO IKASGELAN

Aiala Etxabe Merino

EHU/UPV

Lanaren helburua gorputzaren erabilera Lehen Hezkuntzako ikasgelan aztertzea da. Horretarako, eskola konkretu batean gorputzari eskaintzen zaion tarte eta tarte motorrek ikaskuntza garapenean zer nolako eragina duten aztertu da. Ikerketan, ikastetxeko dokumentuak aztertu eta esku-hartze txiki batzuk diseinatu, inplementatu eta ebaluatu dira. Datuen arabera, gorputzari beste ikasgaiei ematen zaien garrantzia emateak ikaskuntza garapena hobe lezake. Beraz, interesgarria izango litzateke horrelako ekintzak egitea ikaskuntza esanguratsua lortu ahal izateko.

Hezkuntza, gorputza, mugimendua, garapena, tarte motorrak.

El objetivo del trabajo es analizar el uso del cuerpo en Primaria. Para ello, se ha observado el espacio que se le ofrece al cuerpo en una escuela concreta, y también la influencia que tienen las cuñas motrices en el desarrollo del aprendizaje. En esta investigación, se han analizado documentos de la escuela y se han realizado pequeñas intervenciones. Según los datos recogidos, si al cuerpo se le diese la misma importancia que a las otras materias, el desarrollo del aprendizaje podría mejorar. Sería interesante realizar este tipo de actividades para lograr un aprendizaje significativo.

Educación, cuerpo, movimiento, desarrollo, cuñas motrices.

The aim of this work is to analyze the use of the body in Primary Education. Has been observed the space offered to the body in school and also, the impact that the movement slots have on the development of learning. Therefore, school documents have been analyzed and some interventions have been designed. According to the data obtained, giving the body the same importance that is given to other subjects, we can conclude that the development of learning could be improved. We also believe that more research like this, could help to achieve meaningful learning.

Education, body, development, movement, movement slot.

1. SARRERA

Gaur egun, gorputza eskola askotan ustekabeen pasatzen da. Hau da, Barberok (2005) eta beste zenbait adituek esaten duten bezala, eskolan garrantzia arlo intelektualei soilik ematen zaie, eta horrenbestez, gorputzak ez du baliorik. 236/2015 dekretua aztertuz gero ordea, konpetentzia guztiak elkarri laguntzen dietela dio; beraz, konpetentzia motorra garatzeak beste konpetentziak lortzen lagun dezake. Castañer eta Trigok (1988) berriz, zerbait egin, ezagutu eta sentitzeak norbanakoarengan eragin handiagoa duela diote, bizitakoa ulertzea errazagoa delako. Le Boulchek (2001) ere, Gorputz Hezkuntzak gainerako irakasgaiak bezalako garrantzia duela dio, beraz, landu beharrekoa da. Ondorioz, adituek diotena ikertzeko burutu da ondorengo lana.

Ikerketa honekin, gorputzaren eragina Lehen Hezkuntzako ikasgelan aztertu nahi izan da. Bertan aurkitzen diren atalei erreferentzia eginez, gaiaren garrantzia azaltzen duen marko teorikoa, ikasleen garapenean lagunduko duen esku hartzearen diseinua eta metodologia, bertan ateratako emaitzak eta eztabaidak eta ondorioak jorratuko dira. Gaiaren ardatz nagusia, izenburuak dioen bezala, gorputzaren erabilera Lehen Hezkuntzako ikasgelan da. Hau frogatzeko, pedagogia eta gorputza ulertzeko modu desberdinak aztertuko dira eta ondoren Vacak (2001) proposatzen dituen tarte motor desberdinak landuko dira teorian ikusitakoa praktikan jarri ahal izateko eta aditu desberdinek esandakoa eztabaidatzeko.

Hau guztiaren bitartez bi helburu lortu nahi dira. Lehen mailako helburua, gorputzari emandako trataerak ikasleen garapenean zer nolako eragina izan dezakeen aztertzea da. Horretarako aipatutako ekintza txikiak diseinatu, inplementatu eta ebaluatu dira 2. zikloko bi gelatan. Bigarren mailako helburua berriz, testuinguru konkretu bateko eskolan gorputzari eskaintzen zaion tarte ikertzea da. Azken hau, eskolako esparru desberdinetan ikerketa eginez aztertuko da. Beraz, ikerketa misto bat aurkitzen da jarraian.

2. ESPARRU TEORIKO ETA KONTZEPTUALA

Gaur egun, ohikoa da entzutea gorputza eskolan ustekabeen pasatzen dela eta ez dela lantzen. Scharagrodskyk (2007) dioten bezala, “es común escuchar el supuesto de que el cuerpo históricamente ha estado ausente en la escuela. La mayoría de los actores de la trama educativa ha insistido en la poca o nula atención a la educación del cuerpo” (3). Hau ordea, ez da gaiaren inguruan aztertu ez delako, garrantzirik eman ez zaiolako baizik.

XVI. mende bukaera eta XVII. hasiera arte, gizakia eta bere gorputza bat ziren; hau da, gizakia osotasunean hartzen zen inongo banaketarik egin gabe (Scharagrosky, 2007). Handik aurrera, zientzia biomedikoa garatzen joan da eta anatomia eta fisiologiaren bitartez, gorputzak bere garrantzia hartu du, gizakia eta gorputza bi kontzeptu ezberdin izanik. Banaketa hau eman zenean, gorputza ikerketa gai bihurtu zen eta hezkuntza arloan, hainbat pedagogia ezberdin sortu ziren gorputzaren erabileraren garrantzia aztertuz.

2.1. GORPUTZA OINARRI DUTEN PEDAGOGIAK

Aztertuko diren pedagogia hauek, gorputzaren beharra adierazten duten ikuspuntu ezberdinak dituzte.

2.1.1. GORPUTZ SINBOLIKOAREN PEDAGOGIA

Pedagogia honen ardatza eta hezteko baliabide nagusia gorputza da. Honek duen garrantziaz jabetzeko, gorputzaren bidez komunikatzeko eta adierazteko gaitasunean oinarritzen da (Planella, 2005). Beraz, esan daiteke gorputza pasibo izatetik aktibo izatera pasatzen dela, egoera fisikotik sinbolikora igaroz. Planellak (2005) dioten bezala:

Nos encontramos en un cruce de caminos en el cual se entrecruzan una pedagogía del cuerpo físico y una pedagogía del cuerpo simbólico. No se trata tampoco abandonar la pedagogía del cuerpo físico (Körper), sino más bien de dar cobijo a la pedagogía del cuerpo simbólico (Leib) que hasta el momento se encontraba, mayoritariamente, en el estado de latencia (199).

Körper gorputza, esaneko gorputza bezala definitzen da, non objektiboki erraz eraikitzen edo modelatzen den gizarteak gorputzaz duen irudietara. Leib berriz, subjektiboki eraikitzen da, ukitu pertsonala emanaz. Planellak (2005) dioen bezala, “el cuerpo no está finalizado y todos podemos añadir nuestra propia marca, nuestro propio signo de identidad” (194). Azken finean, pedagogia honen bitartez, gorputzari esateko, komunikatzeko eta subjektibatzeke aukera eman nahi zaio. Horretarako, ezinbestekoa da gorputz hezkuntza lantzea, beti ere pertsona osotasunean hezten bada.

2.1.2. NATURAN OINARRITZEN DEN PEDAGOGIA

Pedagogia pleinairista frantseseko plein-air esamoldetik dator, hau da, bere oinarria pedagogia naturalean du eta ekintzak naturarekin harremanetan egitea bultzatzen du, non gorputza protagonista nagusia den (Planella, 2006). Korrante pedagogiko honek ekintza ezberdinak egiteaz gain, gorputzarekin esperimintatzea eta natura zuzenean bizitzea du helburu.

Pedagogia honen jatorria, 1876an antolatutako udaleku batzuetatik dator (Planella, 2006). Bertan, naturako ekintzen bitartez hurren bizi kalitatea hobetzea, gaixotasunak gutxitzea eta eskolan errendimendu hobea eskuratzea lortu zitekeela ikusi zuten. Horregatik, gorputz ekintzei intelektualei baino garrantzia handiagoa eman nahi izan zitzaion. Lortutako emaitzak ikusita, udaleku batzuk zirena eskolako proiektu bat izatera pasa ziren, helburu berdina mantenduz.

2.1.3. ESKOLA BERRIA

XIX. Mendearen ostean, gorputzaren erabileraren beharra ikusita, “Escuelas Nuevas” izeneko korrante pedagogiko berritzaile bat sortu zen. Honek metodologia aktiboak proposatzen ditu non arreta berezia jartzen zaien pertsonen aspektu fisikoei. Korrante honen ezaugarri esanguratsuena, hezkuntza tradizionalaren aurka azaltzen dela da, gorputza ikuspuntu desberdin batetik ikusten duelako. Hezkuntza tradizionalan gorputza konnotazio negatibo batetik ikusten da, zerbait baldarra,

basatia eta maltzurra bezala. Beraz, korronte pedagogiko honen bitartez gorputzari garrantzia ematea lortu nahi da, konnotazio negatiborik gabe (Planella, 2006).

2.1.4. GORPUTZ AUTONOMOAREN PEDAGOGIA

Gorputz autonomoaren pedagogiak indibiduo autonomoak eta aktiboak lortzea du helburu, intuizio bidezko hezkuntza soilarekin indibiduo pasiboak besterik ez baitira lortzen. Horretarako, ekintzak esperimendu eta aurkikuntza bidez burutzea bultzatzen du, honen bitartez ikasleak beraien ikaskuntzaren jabe izatera iritsiz. Planellak (2006) dioen bezala, “es por eso que insistimos en la necesidad de que el educando tome la actitud activa y busque el camino de la autonomía” (283). Beraz, pedagogia honek gorputzaren autonomiaren bitartez, indibiduo bakoitzaren eraikuntza lortu nahi du.

2.1.5. GORPUTZAREN PEDAGOGIA

Gorputzaren pedagogiak sentimenduak, zirrarak, esperientziak, bizipenak, etab. kontuan hartuz norberaren eta besteen gorputzak ulertzea bilatzen du (Villamizar, 2018). Beste modu batera esanda, pedagogia honek subjektuaren autonomia indartzea du helburu (Planella, 2006). Gorputz pedagogia, irakasle eta ikasleen artean elkarren arteko bizipenik gabe ezin izango litzateke ulertu, korronte honen oinarria gorputzaren bitartez esperientzietatik ikastea baita.

Ikerketa eta pedagogia hauen guztien bitartez, gorputzak pertsonengan eta hezkuntzan izugarrizko balioa duela ikus daiteke. Barberok (2005) dioen bezala, “[...] el valor del cuerpo y la motricidad, cuyo papel se enfatiza, se acaba subordinando al desarrollo de las estructuras mentales sobre las que se apoya el aprendizaje escolar” (38).

2.2. GORPUTZAREN BALIOA HEZKUNTZAN

Eskoletako bizitza aztertzen jarriz gero, argi ikusi daiteke burutzen diren ekintza gehienek gorputza geldirik egotea behar dutela, hau da, ustekabeen pasa behar dela (Vaca eta Varela, 2008). Gorputzari egiten zaizkion eskaera hauek, gorputza modu desberdinetan ikusi eta ulertzeraz eraman dute, eskolan ematen zaion tratamendua baldintzatuz.

Honen harira, adituek iritzi desberdinak dituzte gorputzaren balioaren inguruan. Alde batetik, gorputzak eskolan ez duela balio defendatzen duten esaldi asko entzun daitezke (Barbero, 2005). Bestetik ordea, Le Boulchek (2001) eskolan alde intelektuala eta gorputzezkoa modu orekatu batean eman behar dela dio, alde bakoitzari beharrezko garrantzia emanaz. Castañer eta Trigok (1998) bat egiten dute Le Boulchekin, ondorengo ideian sakonduz:

Quando algo se vivencia con todos los sentidos (hacer-conocer-sentir) queda una huella en el yo mucho más profunda que cuando se utiliza un sólo ámbito o extensión del ser. Por esta razón, creemos que, partiendo de la motricidad global inteligente, de las situaciones vividas, es más fácil, en las edades de la escolaridad obligatoria, abordar otras realidades. (644)

2.3. CURRÍCULUMA ETA GORPUTZA

Hezkuntzan indarrean dagoen 236/2015 dekretua aztertuz gero, kompetentzia motorra da gorputzaren erabileraz arduratzen dena, eta honela definitzen da:

Autonomiaz, izaera kritikoz, sormenez eta adierazkortasunez lantzea norberaren, gainerako pertsonen eta ingurune fisiko eta kulturalaren jardun-eremu motorreko egoerak, eta jokabide motorra lantzen laguntzen duten jakintzak, prozedurak eta jarrerak barneratzea, jarduera fisikoa eta kirola egiteko ohiturak hartu eta, bizimodu osasungarri baten oinarrituta, ongizate osoa lortzea. (236/2015 dekretua, 103)

Kompetentzia honek gorputza lantzeaz gain eta bere izaera ludikoa den aldetik, oinarrizko kompetentziak lortzen laguntzen du, bizipenetan oinarritzen baita egoera desberdinak landuz. Besteak beste, kompetentzia motor eta sozioekonomikoaren funtsezko elementuetako bat, komunikazioa da (hitzezko eta hitzik gabeko eta hizkuntza- eta literatura-komunikaziorako kompetentzia) eta honen bidez, komunikazio-harreman ugari sortzen dira non elkarlanaren, lankidetzaren,

bizikidetzaren, eta abarren bitartez balioetan hezten laguntzen duten (elkarbizitzarako kompetentzia). Hau guztia lantzeko egiten diren ekintzetan edo jolasetan erabiltzen diren estrategien eta erantzukizun batzuen bitartez, egiten ikasten dute (ikasten eta pentsatzen ikasteko eta ekimenerako eta espiritu ekintzailerako kompetentzia). Azkenik, norberaren autoestimua, autokontrola, motibazioa, etab. indartzeko ere balio dute (norbera izaten ikasteko kompetentzia).

Aipatutako oinarrizko zehar kompetentziak lortzen laguntzeaz gain, diziplina barneko kompetentzietan ere eragina du. Gorputz Hezkuntzan, espazioaren eta denboraren kudeaketa (matematikarako kompetentzia) ezinbestekoa da ekintza edo jolas batzuk egiterako orduan. Hauek prozesu baten bitartez egiten dira, pentsamendu kritikoa eta estrategia desberdinak erabiliz (zientziarako kompetentzia). Ekintza hauetan, partaidetza beharrezkoa da eta besteekin lankidetzan (kompetentzia sozial eta zibikoa) aritzean ere komunikazioa indartzen da (hizkuntza- eta literatura-komunikaziorako kompetentzia). Jolasen bitartez lortutako esperientzien eta ezagutzen trukaketa egiteko, teknologiak oso baliabide aproposak dira, baita kirol jarduerak kudeatzeko eta antolatzeko ere (teknologiarako kompetentzia). Amaitzeko, aipatutako ekintza hauen guztien artean, inprobisazioak, dantzak, antzerkiak, etab. ere (arterako kompetentzia) aurki daitezke.

Hala ere, kompetentzia motorra gorputz hezkuntzan lantzen da gehienbat. Gorputz hezkuntzak, ohikotasunetik at egin eta bizipenetatik ikastea du helburu. Honek, gorpuztasunaren inguruan esploratzeko aukera ematen du hezkuntzaren hizkuntza berri baten gisa (Gallo, 2009). Beraz, Gorputz Hezkuntza "Pedagogia de la subjetividad corporal"-ean (Planella, 2006) datza; hau da, gorpuztaren bizipenei, esperientziei, harremanei, etab. garrantzia emanez, gizakiari gizaki izaten laguntzen dio. Crisoriok (2013) esandakoarekin bat eginez, "no basta que el maestro diga algo al aprendiz, es preciso que éste escuche verdaderamente, que lo haga suyo y que haga con ello alguna cosa propia que no obstante nunca será propia en el sentido de algo construido por sí solo "(16).

2.4. GORPUTZ DESBERDINAK ESKOLAN

Errealitatea aztertzen jarriz gero, gorputzari garrantzia gutxi ematen zaiola ikus daiteke, bai eskaintako ordu kopuruagatik bai metodologiagatik. Haur eta Lehen Hezkuntza ebazpenaren (2018-2019) arabera, Lehen Hezkuntza guztian zehar gutxienez bederatzi ordu eskaini behar zaizkio Gorputz Hezkuntzari. Honek, ikasturte bakoitzean ordu eta erdi edo bi ordu Gorputz Hezkuntzari eskaini behar zaizkiola esan nahi du.

1. taula. Lehen Hezkuntzarako gutxieneko eta erreferentziako ordutegia. (Iturria: 2018-19ko ikastetxearen antolaketa. Haur eta Lehen Hezkuntzako ikastetxe publikoetan hezkuntza sailburuordearen ebazpena)

ORDUAK ASTEAN	Gutxieneko orduak	Erreferentziako ordutegia, mailaz maila					
		1.	2.	3.	4.	5.	6.
Natura-zientziak	9	2	1,5	1,5	1,5	1,5	2
Gizarte Zientziak	9	1,5	2	1,5	1,5	1,5	2
Gaztelania eta Literatura	18	4	4	4	4	4	3,5
Euskara eta Literatura	18	4	4	4	4	4	3,5
Matematika	18	3	3	3	3	3,5	3,5
Atzerriko lehen hizkuntza	14	2	2	3	3	3	3
Arte Hezkuntza	9	2	2	1,5	2	1,5	1,5
Gorputz-hezkuntza*	9	2	2	2	1,5	1,5	1,5
Erligioa / Ballo sozialak eta zibikoak	6	1	1	1	1	1	1
Tutoretza	6	1	1	1	1	1	1
Jolas-ordua	15	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5
Ikastetxeak erabakitzeak	19	-	-	-	-	-	-

Kontuan hartuz gero haurrek astean gutxienez hogeita bost eskola-ordu dituztela, Gorputz Hezkuntzari eskaintzen zaizkionak bi ordu dira gutxi gora behera. Datu hauen bitartez ikus daiteke gorputzak eskolan duen garrantzia. Hala ere, aurretik aipatu bezala, esan beharra dago Gorputz Hezkuntzako saioretatik at ere, gorputzari garrantzia ematea ezinbestekoa dela.

Metodologiei dagokienez aldiz, egia da gero eta metodologia berritzaile gehiago sortzen ari direla, baina hauek zertan dira berritzaileak? Gehiengoak teknologia arloan egin dute aurrerapen nagusiena, artea eta gorputz hezkuntza eskola tradizionaletan bezala mantenduz. Oro har, eskoletan ustekabeen pasatzen den gorputza topa daiteke (Scharagrodsky, 2007). Barberok (2005) dioten bezala,

[...] En la escuela tradicional el cuerpo era el objetivo primero de la intervención educativa. Su desaparición, para que no molestase ni alterase el orden de las cosas, era necesaria por un doble motivo. De un lado, se trataba del sometimiento y el moldeamiento del sujeto en su sentido más amplio, es decir, de su forma de ser. De otro, como prerrequisito para acceder al perfeccionamiento de sus cualidades nobles, o sea, las específicamente humanas (28).

Gorputzak eskolan duen rola edo papera ikusita, Vaca-k (2001, 2002, 2007) eskolan topa daitezkeen gorputz mota desberdinak identifikatu eta aztertzen ditu.

- Isildutako gorputza. Beste zenbait gaitasun lortzeko ustekabeen pasatzen den gorputza da (Vaca, 2001). Irakaslearen azalpenak, taldeko tertuliak, irakurketa, idazketa, kalkulua, etab. lantzean ematen da.
- Gorputz askea. Mugimenduan eta libre ikus daitezkeen gorputza da, eskolako nekea arintzeko momentuetan. Momentu hauetan gorputza aske sentitzen da, gehienbat jolas-ordu eta etxera joateko uneetan ematen da (Vaca, 2002).
- Inplikaturako gorputza. Parte hartzen duen gorputza da, hau da, eskolako ekintzetan gorputzaren parte hartzearen beharra dagoenean. Gorputz mota hau irakaslearen eskakizunekin bat ematen da, eskolako nekea saihesteko ekintza batzuk sartzen dituenean adibidez.
- Gorputza tresna gisa. Gorputza kontzeptu berriak ikasteko baliabide gisa erabiltzean ematen da. Vacak (2007) dioten bezala, “se utiliza el cuerpo y su capacidad de movimiento para explicar conceptos y construir aprendizajes que se corresponden con otras áreas” (93).
- Tratatutako gorputza. Gorputz Hezkuntzan aditua den pertsona baten bitartez eskolako ordutegian gorputzari eskaintzen zaion orduetan ematen da. Gorputz Hezkuntzako irakasgaietan lantzen da gehien eta bere helburua gorputzaren garapena sustatzea da.

Vacak (2002) dioten bezala, eskolako ordutegian isildutako gorputza eta gorputz askea dira gehien ikusten direnak; alde batetik, eskolako ekintzek gorputza ustekabeen pasatzea eskatzen dutenean eta bestetik, jolas eta etxera joateko ordutegian gorputza aske sentitzen denean.

2.5. TARTE MOTORRAK

Aurretik aipatutako guztia kontuan izanik eta gorputzak hezkuntzan duen funtzioa ikusirik, Vacak (2007) eskola ordutegian gorputzari garrantzia emateko proiektu berri bat proposatzen du. Tarte motorrak dira proiektu honen ardatz eta Vacak (2007) honela definitzen ditu: “[...] se trata de introducir en la jornada escolar, a

modo de corte publicitario, una práctica corporal entre dos situaciones educativas en las que el cuerpo de los escolares pase desapercibido” (98).

Tarte motorrek bi betebeharrak dituzte: alde batetik, eskola-bizitzan atsedendaldi bat ematea haurren interesa, gorputz beharrak eta nahiak kontuan hartuz, eta bestetik, irakasle-ikaskuntzaren garapena gorputz hezkuntza ardatz dutela egitea. Hauen bitartez, irakasleek gorputzari eskatutako eskakizuna eta tolerantzia kontrolatzen dituzte, ikasleak irakasle-ikaskuntzan arreta handiz eta konpromisoz jardun dezaten (Vaca, 2007).

Haurrek etengabe nekea eta larritasuna adierazten dute gorputzaren bitartez eta horregatik beraien jarrerak geroz eta okerragoak dira, arreta maila jaisten da, mugimendua areagotzen dute eta egin beharrekoa egiteari uzten diote. Gorputzek adierazkortasun gaitasuna izanik, mezuak transmititzen dituzte eta irakasleek mezu hauek ulertu eta une egokia bilatu behar dute tarte motorrak sartuz irakasle-ikaskuntza egoki bat eman dadin.

Tarte motorretan egindako ekintza txikien bitartez, ikasleak lasaitu, erlaxatu eta arreta maila hobetzen dute beraien gorputza kontrolatzearekin batera. Honez gain, irakasleek gaitasun motorrak ere garatzen eta esperimentatzen dituzte. Vaca (2007) dioenarekin bat eginez, tarte motorren emaitzak aztertuz gero, desintegrazioaren eta eskola porrotaren aurkako borroka bat ikus daiteke. Haurrek mugimendua behar dute beraien bizitzan eta eskolan hainbeste ordu eserita eta geldirik egoteak, zenbaiti norberaren garapenean ondorioak ekartzen dizkie. Crattyk (1974) (Vazquezek 1989an aipatua), esan bezala, “[...] buenos programas de experiencias motrices en niños de preescolar y de educación básica puede mejorar las tareas escolares [...]” (165). Hau ondorio desberdinengatik izan daiteke, adibidez, norberarekiko kontzeptua hobetzeagatik eta akzio mentala eta gorputz akzioa orekatzeagatik.

Nahiz eta jada tarte motorrek dituzten zenbait helburu aipatu, Cebrián, Martín eta Arroyok (2013) beste zenbait helburu aipatu dituzte. Alde batetik, lehen planoko helburu batzuk daude, besteak beste:

- Ikasleen mugitzeko beharrei aukera bat ematea.

- Gorputz, kontzeptu motor edo bestelako arloak garatzea ekintza fisikoen bitartez.
- Unitate didaktikoen interes zentroak sendotzea.
- Beste aldetik, bigarren planoko helburuak daude, hurrenez hurren:
- Gelan giro lasaia lortzea.
- Klase bukaerak, banaketak eta loturak ezartzeko baliabide izatea.
- Arreta maila handia eskatzen duten ekintzetarako erlaxatzea eta prestatzea.
- Pentsatu bezala atera ez den ariketa bat aldatzeko baliabidea izatea.

Aipatu bezala, tarte motorrak une desberdinetan sar daitezke baina orokorrean klaseko lehenengo minutuetan, erritmo aldaketetan, sarreretan eta irteeretan egiten dira, batzuetan gorputza pizteko eta bestetan berriz lasaitzeko (Vaca, 2007). Une hauez gain, beste une batzuk ere egongo dira gorputza isiltasunean mantendu behar direnak, arreta eta kontzentrazio maila altua eskatzen duten ekintzetan esaterako.

3. METODOLOGIA

Teorian ikusitako ikertzen jarraitzeko, Gipuzkoan aurkitzen den herri txiki bateko D ereduko eskola publiko batean esku-hartze desberdinak egin dira. Ikerketa ikastetxeko 2. zikloko bi gelekin burutu da; ikastetxean Amara Berri Sistema jarraitzen denez, geletan adin nahasketak daude, beraz, kasu honetan 3. eta 4. mailakoak. Gela bakoitzean 15 ikasle daude, guztira 11 neska eta 19 mutil izanik.

Bi gelatan ezaugarri desberdinetako ikasleak aurkitu ditzakegu, bakoitza behar desberdinekin. Guztira, bost ikasle daude behar bereziak dituztenak eta hauez gain beste bi ikasleren behaketa egiten dabilta dislexia kasuak baztertzeko. Bost ikasle hauen artean bik hizkuntzaren nahasteak dituzte eta horietako batek gainera, terapia okupazionalako laguntza jasotzen du; beste ikasle batek atzerapen kasua du; eta beste biek dislexia dute, eta horietako bat haur psikiatrian dabil. Aipatutako ikasle hauekin PT-ak egoten dira ia saio guztietan. Hala ere, aipatzekoa da ikerketa honetan zehar ikasle guztiak berdin tratatuak izan direla, beraien behar bereziak bereizi gabe. Hau da,

proposatu diren ekintzak guztiek egiteko modukoak izan dira, ikasle guztientzako berdinak izanik eta aniztasuna bultzatuz.

Ikerketa hiru asteetan zehar eman da aurrera. Lehenengo astean, eskolak gorputzari ematen dion garrantzia eta aipatutako bi gelatako beharrak behatu dira. Hurrengo bi asteetan zehar, esku-hartzeak burutu dira ikasleekin, identifikatutako beharren arabera diseinatutako tarte motorren bitartez gorputzak ikasleen garapenean duen garrantzia ebaluatuz.

Egindako behaketen helburua, eskolak gorputzari eskaintzen dion tarte eta ikasgelan aurkitu daitezkeen gorputz ezberdinak identifikatzea izan da. Hau ikastetxeko dokumentu, espazio, funtzionamendua, etab. behatuz ikertu da. Esku-hartzeen helburu nagusia berriz, gorputzari emandako trataerak ikasleen garapenean zer nolako eragina izan duen aztertzea izan da. Azken honetarako, tratatu aurreko eta ondorengo datuak jaso dira (ikus 1. eranskina), jarrerazko edukiak (parte hartzea, errespetua, laguntza, material zainketa, etab.) eta eduki motorrak (mugimendua, orientazio espaziala, koordinazioa, lateralitatea, oreka, etab.) kontuan hartuz, eta ondoren emaitza hauek zenbaki bihurtuz. Beraz, ikerketa misto bat egin da, emaitzak modu kualitatiboan eta kuantitatiboan aztertu direlako.

4. LANAREN GARAPENA

Arestian esan bezala, aditu ezberdinek diotena konprobatu ahal izateko, 15 ikasleko bi geletan esku-hartu da. Saio hauetan, tarte motor ezberdinak proposatu dira, haurren interesa, gorputz beharrak eta nahiak kontuan hartuz eskola-bizitzan atsedenaldi bat emateko eta ikasleen arreta maila erregulatzeko asmoz (Vaca, 2007).

Burutu diren tarte motorrak, saioen hasieran zein bukaeran egin dira. Hauen bitartez, haurren nekea eta arreta erregulatu nahi izan da, beraien beharrak asetzearekin batera. Lehenengo astean burututako behaketaren bitartez, talde kohesioan eta esertzeko jarreretan gabezia handiak dituztela ondorioztatu da. Beraz, proposatzen diren tarte motorrak hauek lantzeko asmoarekin zein aurretik aipatutako

helburuekin egin dira. Bi ideia hauek lantzeaz gain ordea, eduki motorrei ere garrantzia eman zaie, hauek ikaskuntzaren garapenean duten garrantzia kontuan hartuz.

Guztira, bi asteetan zehar hamaika tarte motor ezberdin landu dira saio desberdinetan (ikus 2. eranskina). Ekintza hauek 5-10 minutukoak izan dira eta momentuko irakasgaiekin zenbait lotura ere izan dituzte. Konpetentzia motorra lantzeaz gain, beste konpetentziak ere landu nahi izan dira, gorputzak ikasleen garapen osoan baitu garrantzia eta eragina. Landu diren edukiak ere, orokorrean gorputz hezkuntzakoak izan arren, beste arloetakoak ere landu dira. Modu honetan, irakasgaiak modu ludiko batean lantzeko aukera izan dute.

Hona hemen burututako tarte motorren zerrenda eta bakoitzean gorputzari dagokionez (eduki nagusiak) landu nahi izan dena:

1. Garbigailua: gorputzaren erregulazioa eta oreka.
2. Lurretik batera zutituko gara: gorputzaren eskema orokorra eta mugimendua.
3. Minutu bat nire barnean: gorputzaren kontzientzia, arreta maila eta erlaxazioa.
4. Atzekoaren gainean eserita: esertzeko jarrerak, gorputzaren kontrola eta oreka.
5. Nor da bizkorrena?: mugimendua eta espazioaren eta denboraren pertzepzioa.
6. Sokaren gainean orekan: koordinazioa eta oreka.
7. Isiltasuna: norberaren gorputzaren kontzientzia, gorputzaren jarrerak eta erlaxazioa.
8. Uharte batera bidaia: oreka eta mugimendua.
9. Paperari buelta eman: oreka eta mugimendua.
10. Keinuen jolasa: gorputz adierazpena eta mugimendua.
11. Masajea: gorputzaren eskema orokorra, lateralitatea eta gorputzaren kontzientzia.

Esan bezala, beraz, lan honetan zehar ikerketa misto bat eraman da aurrera. Alde batetik behaketa kuantitatiboa egon da, non aipatu bezala ikastetxeak gorputzari ematen dion tarte behatu den. Bestetik ordea, ikerketa kuantitatiboa egin da tarte motorren bidez lortutako datuak interpretatzeko. Esku-hartze hauetan ikasleek jarrerazko edukien eta eduki motorren aurrean izan duten erantzuna behatu eta datuak jaso dira. Horretarako, ikasleek izan dituzten jarrerak eta mugimenduak maila

desberdinetan mailakatu dira, bakoitzari zenbaki bat emanaz. Ikerketako zati honen helburua gorputzari emandako trataerak ikasleen garapenean zer nolako eragina izan duen aztertzea izan denez, eman den tamainaren efektua aztertu da.

Quezadak (2007) efektuaren tamaina (TE) talde batean tratamendua hasi aurretik eta ondoren ematen diren batz bestekoen desberdintasun gisa definitzen du. Hau neurtzeko hiru modu desberdin daude: “delta de Glass”, “g de Hegdes” eta “d de Cohen” (Grison eta Kim, 2005). Ikerketa honen kasuan, d de Cohen erabili da, bi taldeen eboluzioak aztertu nahi izan direlako.

5. EMAITZAK ETA ONDORIOAK/EZTABAIDA

5.1. BEHAKETA BIDEZKO EMAITZAK

Atal honetan behatutako emaitzak esparru ezberdinetan sailkatuta azalduko dira.

5.1.1. GORPUTZAREN BALIOA TESTUINGURU ZEHATZEAN

Gorputzak hezkuntzan duen balioa aztertuta, eskoletan ustekabeen pasatzen den gorputza topa daiteke gehienbat (Scharagrodsky, 2007) eta bertako metodologiak (Amara Berri Sistema) eta ordutegiek eragina dute honengan. Ikastetxeko Hezkuntza Proiektuaren arabera, bertako helmuga, haurren garapen harmoniko eta osoa bilatzea da: emozionala, soziala eta kognitiboa.

Jarraitzen duten metodologiak, helburu hauek lortzen eta ahalbidetzen laguntzen die, besteak beste, ikasten dutena bizitzarako baliagarria izaten, etengabe ikasteko gaitasuna garatzen eta ikasle guztiek lorpenak jasotzeko aukerak eta laguntzak izaten. Horretarako, ikaskuntza esanguratsu batean sinesten dute, non ikasleen interesak kontuan hartu eta dituzten aurre-ezagutzetatik abiatzen diren, eguneroko bizitzaren egoera errealak edo hauen simulazioak eta aspektu ludikoak ikasteko erabiltzen diren eta egiten denaren funtzionaltasuna eta alderdi praktikoak dituzten jarduerak proposatzen diren. Ondoren, ebaluazioaren bitartez, ikasleak ikasitakoa egoera desberdinetan aplikatzeko gai den edo ez ikusiko da (Zabala eta Arnau, 2008), ikasitakoak zertarako bat izatea baita metodologia honen helburuetako

bat. Honez gain, ikaste prozesu indibidualizatua egiten dute, bakoitzak bere mailan eta erritmoan lana egin dezan, eta elkarrekin ere ikasten dute, kooperazioa bultzatuz eta talde lana eginez.

Beraz, Amara Berri Sistemaren oinarri nagusia jolasa da, era guztietako jolasak. Anautek (2004) dioen bezala, “jolasa ez da gutxietsi behar, ezta edozein denbora-pasarekin nahasi behar; izan ere, hizpide dugun jolasa hezkuntza-asmoaren parte da” (25). Oinarri hau izanda, ikasleak etengabe mugimenduan daude, gorputza ustekabean igarotzetik ikaskuntzaren parte izatera igaroz. Menesesek eta Mongek (2001) bat egiten dute ideia honekin, jolasaren garrantzia azpimarratuz: “La educación por medio del movimiento hace uso del juego ya que proporciona al niño grandes beneficios, entre los que se puede citar la contribución al desarrollo del potencial cognitivo, la percepción, la activación de la memoria y el arte del lenguaje” (114).

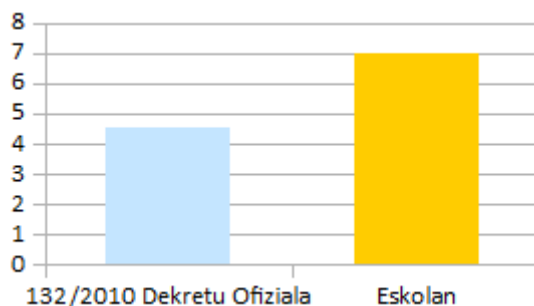
Ikasleak ikaste prozesuan inplikatzeko ere baliabide desberdinak erabiltzen dituzte: lan metodoa (ikasleek modu autonomoan lan egiteko), zertarakoa eta proiektu soziala (interesa eta motibazioa areagotzeko, aktibitateari esangura eta funtzionaltasuna emanez), talde lana (elkar-eragintzak), kritika (auto-balorazioak eta besteen iritziak), ebaluazioaren parte izatea eta ikasleen antolamendua. Honekin guztiarekin, ikaslea bere ikaskuntza garapenaren jabe izatea lortu nahi da, modu autonomo eta talde lanaren bitartez, funtzionaltasuna duten ekintzak eginez (Anaut, 2004).

Ikastetxeko antolaketa erreparatuz, taldeak ziklo bereko bi mailetako ikasleekin osatuta daude, aniztasuna eta elkar-eragintzak areagotzeko eta bakoitzari bere erritmoan eta mailan lan egiteko aukera emateko. Honen bidez, ikaskuntza kooperatiboa lantzen dute eta Johnson, Johnson eta Holubecek (1999) dioten bezala, “el aprendizaje cooperativo es el empleo didáctico de grupos reducidos con el fin de que los alumnos trabajen juntos para optimizar su propio aprendizaje y el de los demás” (65). Ikastetxeko gelak, espezializatuta daude, hau da, bakoitzean arlo bat lantzen da nagusiki, nahiz eta beste irakasgaien presentziarekin arloen arteko loturak egin. Horrelako gelak izateak, irakasleak gelaz gela mugitu beharrean, ikasleak mugitzea eragiten du, saioaren bukaerak, banaketak eta loturak nabarmenduz

(Cebrian, Martin eta Arroyo, 2013). Honek, hurrei mugitzeko beharra asetzeko aukera emate die, baita gelako tentsioak askatzeko ere.

Hau guztiarekin, Ikastetxeko Hezkuntza Proiektuan eta lan egiterako orduan, gorputzari garrantzia ematen zaiola ondoriozta daiteke. Hala ere, gorputzaren presentzia ez da gelan bakarrik gelditzen, jolas orduetan eta eskolako irteerek ere berebiziko garrantzia dute haurren ikaskuntza garapenean eta garapen motorrean.

Jolas orduak aztertzen jarritz gero, eskolan sei eremu desberdintzen dira tarte honetan erabil daitezkeenak. Hauetatik hiru eremu libreko espazioak dira (belardiak orokorrean), beste bi patioak eta azkena, gorputz hezkuntzako gela. Espazio bakoitzari erabilera ezberdina ematen zaio baina ikastetxean dauden ikasleak eta espazioa kontuan izanda, ikasle bakoitzari 6-7m² dagozkio jolas orduetan. 132/2010 Dekretu Ofizialaren arabera, ikastetxeko jolas tokiko espazioak gutxienez 900m² izan behar ditu; datu hau eta ikastetxeko ikasle kopurua aztertuz, ikasle bakoitzari 3-4,5m² dagozkio gutxienez. Beraz, ikasleek jolas orduetan erabilgarri dituzten eremuetan mugitzeko espazioa ia minimoen bikoitza dela ondoriozta daiteke (1. grafikoa).



1. grafikoa. Ikasle bakoitzari jolas tokian dagokion m² kopurua.

Gune guztietan adin ezberdinetako jendea ibiltzen da eta eskuragarri duten materiala ere anitza da, besteak beste: gurgpilak, baloi handiak, mahai-tenisa, sokak, musika, etab. Aipatutako espazio guztien artean ordea badago bat berezia dena, gorputz hezkuntzako gela hain zuzen ere. Gune hau ikasleek eskatutakoa izan da eta bertan oreka lantzen, akrobaziak egiten, dantzan edota lasai egoten aurki daitezke haurrak. Gela girotzeko, ikasleek nahi duten musika jartzen dute eta ikasle bakoitzak bere gorputz trebeziak zein beharrak asetzen ditu.

Ikastetxean gorputzari ematen zaion garrantzia ikertzen amaitzeko, bertan egiten diren irteerak daude. Ziklo bakoitzak, hiru hilabete bakoitzeko irakasgai batekin lotuta dagoen irteera bat egiten du gutxienez, ikasturte hasieratik hitzartuta daudenak. Hauxe gain, lehenengo bi zikloetan igeriketa ikastaroak egiten dituzte eta ziklo guztietan aurretik aipatutako irteerez gain, mendi irteerak ere egiten dira. Honi guztiari, herria ezagutzeko zenbait saio ere gehitu behar zaizkio. Vítoresek (2012) dion bezala, Lehen Hezkuntzan gauzatu daitezkeen irteerak, baliabide didaktiko garrantzitsuak izateaz gain, ekintza pedagogiko eta gizarteratzeko eta haurra osatzeko bideak dira. Beraz, bertan egiten diren ibilaldiak aztertuz, irteerek garrantzia handia dutela eta arlo ezberdinak lantzen ikasleen alderdi desberdinak garatzeko helburua dutela ikus daiteke.

Hau guztiarekin, ikastetxe honek gorputzari garrantzia ematen diola ikus daiteke. Horretarako, ikasleen beharretatik abiatu eta bakoitzaren garapena ahalbidetzen duten ekintza desberdinak egiten dituzte. Hala ere, eskolan gorputz desberdinak identifika daitezke.

5.1.2. ESKOLAN AURKI DAITEZKEEN GORPUTZ MOTAK

Gorputzak eskolan duen rola edo papera ikusita, Vacak (2001, 2002, 2007) eskolan topa daitezkeen gorputz mota desberdinak identifikatu eta aztertzen ditu: isildutakoa, askea, inplikaturakoa, tresna gisakoa eta tratatutako gorputza. Behatutako ikastetxean ere gorputz mota hauek esparru eta eremu desberdinetan identifikatu ahal izan dira.

Isildutako gorputza, beste zenbait gaitasun lortzeko ustekabeen pasatzen den gorputza bezala identifikatzen du Vacak (2001). Gorputz mota hau ez da aztertutako ikastetxean ematen den gorputz mota nagusia, baina hala ere zenbait momentutan topa dezakegu. Besteak beste, irakurketa momentuetan, bakarkako lanetan, kolektiba orduetan eta irakasleak ematen dituen azalpen gutxi horietan topa daiteke.

Gorputz askea, mugimendua eta libre ikusi daitezkeen gorputza da (Vaca, 2002). Hau orokorrean jolas orduetan eta jolas tokira edo etxera joateko momentuetan

ikusten da. Hala ere, ikastetxe bertan jarraitzen den metodologia dela eta, saio bakoitza amaitzean ematen den mugimenduetan agertzen da gorputz mota hau.

Honekin batera, irakasgaiak txokoetan antolatuta daudenez, saio askotan inplikaturako gorputza ikusi dezakegu. Gorputz hau parte hartzen duena da eta orokorrean eskolako nekea saihesten laguntzen die ikasleei. Mota hau, musikako irakasgaietan ematen da gehienbat baina ingurumeneko zenbait txokoetan eta tutoretza orduetan proposatzen diren ekintza desberdinetan ere, orokorrean irakaslearen eskakizun moduan.

Hau guztiaz gain, gorputzak kontzeptu berriak ikasteko baliabide gisa balio du (Vaca, 2007) eta balio honek gorputza tresna gisa erabiltzea ahalbidetzen du. Ikertutako ikastetxean, matematika arloan identifikatu daiteke gorputz hau. Bertan neurrien txoko bat dago eta gorputza neurri desberdinak aztertzeko tresna gisa erabiltzen dute, adibidez, estimazioak egiteko, metrorik gabe neurtzeko, etab. erabiltzen dute gorputza.

Azkenik, ikastetxe guztietan agertzen den trataturako gorputza dago. Hau, gorputz hezkuntzan aditua den pertsona baten bitartez ematen da, gorputzari eskaintzen zaion orduetan hain zuzen ere. Orokorrean, gorputz hezkuntzako irakasgaietan lantzen da eta honen helburua gorputzaren garapena sustatzea da.

Vacak (2002) dio, eskolako ordutegian isildutako gorputza eta gorputz askea direla gehien ikusten direnak, baina ikertutako kasuan, inplikaturako gorputza ere nahiko lantzen dute metodologiaren oinarriak direla eta. Isildutako gorputza etengabe ematen denean, ikasleek mugitzeko beharra sentitzen dute eta hortik dator ikasleek jasaten duten eskolako nekea. Hau saihesteko, Vacak (2007) eskola ordutegian gorputzari garrantzia emateko tarte motorrak izeneko ekintzak proposatzen ditu.

5.1.3. TARTE MOTORREK IKASLEENGAN DUTEN ERAGINA

Cebrian, Martin eta Arroyok (2013) tarte motorrek dituzten helburu ezberdinak mailakatu zituzten (ikus 12. or), lehen planokoak (konpetentzia motorrei lotutakoak gehienak) eta bigarren planokoak (gelako giroari lotutakoak). Helburu gehienak, esku hartzeetan egindako tarte motorren bitartez, egoera desberdinetan lortzeko aukera

izan da. Hala ere badago helburu bat, erabiltzen duten metodologia berak betetzen duena.

Ikasleek orokorrean ordu asko pasatzen dituzte mahai baten aurrean eta oso nekagarria egiten zaie. Horregatik, mugitzeko beharra sentitu eta arreta maila galtzen dute. Aztertu dudan kasuan, ikasleak saio bakoitzaren ostean gelaz aldatzen dira eta horrek beraien nekean eragina du modu positibo batean. Hau da, Cebrian, Martin eta Arroyok (2013) tarte motorrek saioen bukaerak, banaketak eta loturak azpimarratzeko balio dutela diote, baina kasu honetan, gela aldaketek laguntzen die ikasleei atseden apur bat hartzen. Beraz, mugitzeko behar hau saio bakoitzaren osteko aldaketek asetzen dute.

Tarte motorretan proposatutako ekintza fisikoekin, gorputzaren kontzeptu motor edo bestelako edukiak lantzea lortu da. Ikasleen beharrak aztertuta, esertzeko posturan gabezia handia dutela ikusi da, horrenbestez, gaia sakontzea erabaki da. Arlo hau landu ahal izateko, esan bezala, ekintza fisiko ezberdinak proposatu dira. Saio batean baino gehiagotan arlo bera lantzean, ikasleek gaiarekiko interesa adierazi dute eta gorputzaren kontzeptuaz apur bat gehiago jabetzen hasi dira. Beraz, kompetentzia motorrari lotutako helburu bat bete dute.

Beste alde batetik, irakasgaien interesa handitzea lortu da. Hau da, irakasgaiak modu ludikoago batean lantzeak ikasleen interesa piztea dakar eta honek beraien ikaskuntza motibazio gehiagorekin hartzea dakar. Duarte (2003) dioen bezala, jolasek ikasleen motibazioa pizteaz gain, ikasleen gaitasunak indartzeko, sormena lantzeko, egoera desberdinetan trebatzeko eta mundua sinbolizatzeke edo ulertzeko balio dute, hezkuntzarako tresna oso baliagarria izanik. Honez gain, horrelako tarte motorren bitartez, ariketei bigarren aukera bat eman dakieke, modu batean funtzionatu ez duen zerbait beste era batera egiten frogatzeko aukera ematen baitute.

Azkenik, ekintza motor txiki hauen bitartez gelako giroa eta ikasleen arreta maila erregulatzea lortu da. Arreta maila handia eskatzen duten ekintzak egiteko, ezinbestekoa da ikasleak lasai eta adi egotea. Horretarako, proposatzen diren tarte motorrak ikasleak erlaxatzeko izan dira, beraien gorputzak lasaitu eta arreta maila pizteko. Hala ere, badaude beste zenbait momentu ikasleak aktibo egotea beharrezkoa

direnak. Horietan, zerbait dinamikoagoa eta aktiboagoa proposatzen da ikasleak piztu ahal izateko. Tarte motor hauek, irakasleek gorputzari eskatutako eskakizunak eta tolerantzia kontrolatzen dituzte, ikasleak irakas-ikaskuntzan arreta handiz eta konpromisoz jardun dezaten (Vaca, 2007).

5.2. EMAITZA KUANTITATIBOAK

Esku hartzeetan ateratako datuak interpretatzeko eta ondorioak ateratzeko, bi taldeen hasierako eta amaierako datuen konparaketa bat egin da, esku hartzeak baino lehen eta ondoren egon den desberdintasuna ikusteko. Horretarako, estatistikan erabiltzen den efektuaren tamainan (Effect Size) oinarritu da ikerketa.

Kasu honetan, d de Cohen erabili da bi taldeen eboluzioak aztertu nahi izan direlako. Datu hauek interpretatzeko, Cohenek (1988) eskala bat proposatu zuen: $d=0-0,20$ efektua txikia balitz, $d=0,20-0,50$ efektu ertaina eta $d=0,50-0,80$ efektu handia zela esanik. Handik urte batzuetara, Sawilowskyk (2009) eskala hau handitu zuen: $d=1,20$ efektu oso handia eta $d=2,00$ izugarritzko efektua zirela esanik.

2. taula. Efektuaren tamainaren eskala (Cohen, 1988 eta Sawilowsky, 2009)

Efektuaren tamaina	d
Txikia	0.20
Ertaina	0.50
Handia	0.80
Oso handia	1.2
Izugarritzkoa	2.0

Egindako esku hartzeetan lortutako emaitzak aztertu ezker, orokorrean bi taldeetan eman den efektua handia dela ikus daiteke.

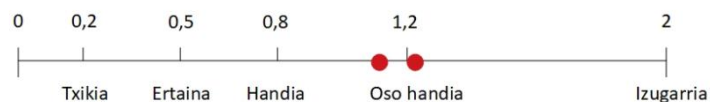
Efektu handiena sentsazio eta pertzepzioan eman da bi taldeetan. Sentsazioa eta pertzepzioa ikasleek tarte motor bakoitzean izan dituzten bizipenak dira, hau da, egindako ekintza nola bizi izan duten eta zenbateraino egin duten beraien. Sentsazio hauek positiboak zein negatiboak izan daitezke, eta guztiz pertsonalak, bakoitzak ekintza bat bere modura bizi duelako. Crisoriok (2013) dioen bezala, zerbait ikasi nahi dugunean hori bizitzea ezinbestekoa da ikaskuntza bat eman dadin. Castañer eta

Trigok (1998) ondorengo esaldian bat egiten dute Crisoriok (2013) esaten duenarekin: “cuando algo se vivencia con todos los sentidos [...] queda huella en el yo mucho más profunda [...]” (644). Beraz, kasu honetan ikus daiteke bizipen honek ikasleengan eragin handia izan duela (2. grafikoa), hain zuzen ere, $d=1,36$ eta $1,29$ izan baitira arlo honetan lortutako emaitzak.



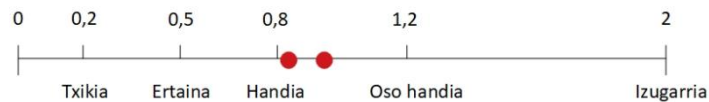
2. grafikoa. Sentsazio eta pertzepzioaren efektua

Koordinazioan ($d=1,22$ eta $1,11$) ikasleek emandako mugimenduaren oinarriak eta talde lanean eta elkarlanean zer moduz moldatu diren baloratu da gehien. Häfelingerek eta Schubak (2010) koordinatzeko gaitasunek mugimendu guztia osatzen dutela diote, eta horregatik, koordinazioak izugarriko garrantzia du eguneroko mugimenduetan. Lortutako emaitzak aztertuta, tarte motorren bitartez eman den efektua handia da (3. grafikoa) eta aipatutako adituak kontuan izanik, koordinazioak ikasleei beraien mugimenduak osatzen lagunduko die.



3. grafikoa. Koordinazioaren efektua

Aztertu den beste aspektu bat lateralitatea izan da. Bertan, gorputz eskema landu dute, ezker eta eskuina bereiziz. Moneok (2014) dioen bezala, “la lateralidad mal establecida o dificultades en el proceso de lateralización pueden desembocar a que el niño/a presente problemas respecto al aprendizaje los cuales pueden derivar en fracaso escolar” (22). Horregatik, lateralitatea ondo finkatuta izatea ezinbestekoa da, ikaskuntzan eremu honekin lotu daitezkeen zailtasunak saihesteko. Lateralitatean lortutako emaitzak $d=0,94$ eta $d=0,82$ izan dira, eman den efektua handia izanik (4. grafikoa).



4. grafikoa. Lateralitatearen efektua

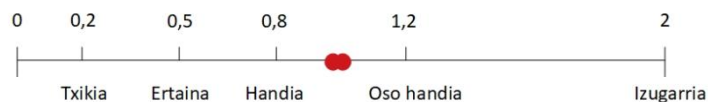
Orekan ($d=1,17$ eta $0,71$) berriz, beraien gorputza eta estabilitatea proban jarri dituzte eta gorputzaren kontrolean ($d=1,43$ eta $0,56$) beraien burua emozio, bizipen, tentsio, eta abarren aurrean nola kontrolatu duten aztertu da (5. grafikoa). Bi eduki hauek, 236/2015 dekretuko Gorputz Hezkuntzako 2. eduki multzoaren parte dira eta beste eduki batzuekin batera, norberaren ezagutza eta kontrola garatzeko balio dute. Lanketa honen bitartez, hain zuzen ere, tentsioarekiko, erlaxazioarekiko eta arnaskarekiko harremanetan norberaren gorputzarekin kontzientzia hartzea lortu nahi izan da (236/2015 dekretua).



5. grafikoa. Orekaren eta gorputzaren kontrolaren efektua

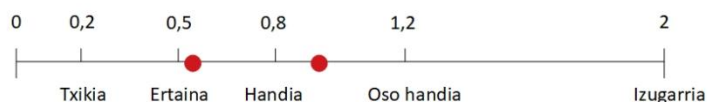
Orain arteko arlo guztietan eman den efektua, esan bezala, nahiko handia izan da. Aipatutako esparruek, konpetentzia motorra laguntzen dute, non norbera garatzen eta gorputz, kontzeptu motor edo bestelako arloak garatzea laguntzen duten (Cebrian, Martin eta Arroyo, 2013).

Aurreko edukietan bezala, mugimenduan eman den efektua (6. grafikoa) edo aldaketa ere handia izan da ($d=1,00$ eta $0,97$). Orokorrean, tarte motor guztietan eman da mugimendua, ikasleen behar nagusietako bat izan baita. Mugimenduaren bitartez, eduki desberdinak landu dira eta ikasleen erantzunen arabera, mugimenduak edukiak hobeto ulertzen lagundu die. Vazquezek (1989) dioen bezala, mugimendua motibagarria izan daiteke ikasterako orduan, ikasteko eta egiteko nahia izatea ezinbestekoa baita. Ostantzean, ikaskuntza gogorik gabe hartzen da eta horrek ikasterako orduan eragozpenak eman ditzake.



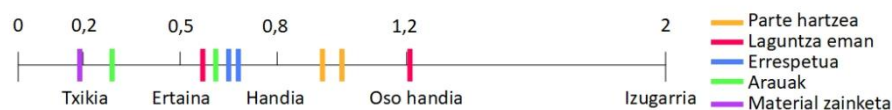
6. grafikoa. Mugimenuaren efektua

Eduki motorrekin amaitzeko, orientazio espaziala landu dute. Denbora eta espazioaren kudeaketa landu da gehienbat, gelan nola mugitzen ziren aztertuz eta tarte bakoitzean denbora nola kudeatzen zuten behatuz. Orientazio espaziala praktikan jartzeak ikasleen garapen kognitiboan laguntzen du (Gonzalo, Fernández eta Díaz, 2011) eta honekin batera, oharkabean zenbait irakasgai modu diziplinarrean lantzeko aukera ere ematen du. Eremu honetako efektua aurrekoena baina zerbait txikiagoa da (7. grafikoa) baina hala ere, esanguratsua ($d=0,55$ eta $0,93$) izan da. Puntu hau garatzeko orduan, aurretik aipatu bezala, oharkabean matematikarako konpetentzia apur bat garatu dute, espazioaren kudeaketa batez ere (236/2015 dekretua).



7. grafikoa. Orientazio espazialaren efektua

Jarrerazko edukiak aztertuz (8. grafikoa) eta efektuaren tamaina handienetik txikienera ordenatuz gero, ekintzetan parte hartzea ($d=0,94$ eta $1,01$), beste ikaskideei laguntzea ($d=1,21$ eta $0,57$), besteekiko errespetua lantzea ($d=0,68$ eta $0,65$), gelako zein tarte motorretako arauak betetzea ($0,29$ eta $0,61$) eta materialaren zainketa ($d=0,19$) ditugu. Hauen lanketaren bidez, ikasleek indibidualki ikasteaz gain taldean lan egiten ikasten dute eta taldekideei ere ikasten lagun diezaieke, guztien artean ikaskuntza kooperatibo bat emanez (Pujolás, 2012). Eduki hauekin guztiekin, oinarrizko eta zehar konpetentzia bana landu dira gehienbat; alde batetik, elkarbizitzarako konpetentzia garatu dute, elkarlanean eta lankidetzan ibili direlako proposatutako tarte motor gehienetan eta bestetik, konpetentzia sozial eta zibikoa partaidetzan eta besteekiko errespetuan landu dute (236/2015 dekretua).



8. grafikoa. Jarrerazko edukien efektua

6. ONDORIOAK

Ikerketaren eta lortutako emaitzen bitartez, azken ondorio batzuk atera dira. Lehen mailako helburua, gorputzari emandako trataerak ikasleen garapenean zer nolako eragina izan dezakeen aztertzea izan da, eta bigarren mailakoa berriz, testuinguru konkretu bateko eskolan gorputzari eskaintzen zaion tartea ikertzea.

Egindako esku-hartzeen bitartez, gorputzari trataera bat emanez ikasleen garapena hobetu daitekeela ikusi da. Tarte motor hauei esker, ikasleak aktibatzea edo lasaitzea eta arreta maila erregulatzea lortu da. Irakasgaiekiko interesa ere piztu zaie zenbait momentuetan eta esku-hartzeak amaitzean hauek egiten jarraitzea eskatu dute. Honez gain, ikasleen garapenean garrantzitsuak diren eduki motorrak ere landu dira, esaterako, mugimendua, lateralitatea, koordinazioa, gorputzaren kontrola, etab. Lortutako emaitzak ikusita, tarte motor hauek saioetan zehar eta ikasleen beharren arabera egitea beraien ikaskuntza garapenerako lagungarriak izan daitezkeela ondorioztatu daiteke.

Eskola konkretu batean gorputzari eskaintzen zaion tartea ere ikertu da eta ikastetxeak gorputzari garrantzia ematen diela ikusi da. Honez gain, jarraitzen duten metodologiak ere eragina izan dezake. Beraz, gehienbat ikasleei mugimenduan egotea ahalbidetzen zaiela ondorioztatu da. Hau da, gorputz askea identifika daitekeen momentuetan, legeak dion espazioaren bikoitza eskaintzen zaio ikastetxe honetan eta irakasgai aldaketetan ikasleak dira mugitzen direnak, saioaren bukaerak, banaketak eta loturak nabarmenduz. Ondorioz, mugimendu hauen bitartez ikasleek eskolako nekea saihestu dezakete.

Gure ustez, gorputzari beste ikasgaiei eskaintzen zaien arreta emanez gero, ikaskuntza esanguratsuagoa lor daiteke.

7. ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOAK

- Anaut, L. (2004). *Amara Berri sistemaren inguruan (1. edizioa)*. Gasteiz: Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia.
- Barbero, J.I. (2005). La escolarización del cuerpo: reflexiones en torno a la levedad de los valores del capital "cuerpo" en educación física. *Revista Iberoamericana de educación*, 39, 25-51.
- Cascón, P. (2010). *Jolasaren Alternatiba [2]: Bakerako hezkuntzako jolasak eta dinamikak*. Madrid: Catarata
- Cascón, P. eta Martín, C. (2010). *Jolasaren Alternatiba [1]: Bakerako hezkuntzako jolasak eta dinamikak*. Madrid: Catarata
- Castañer, M. eta Trigo, E. (1998). Desde la educación física hasta la interdisciplinariedad. *Educación física y deporte en el siglo XXI*, 2, 643-654.
- Cebrián, B., Martín, M. I., & Arroyo, M. A. (2013). *Cómo trabajar la motricidad en el aula. Cuñas motrices para infantil y primaria*. Madrid: Miño y Dávila
- Cohen (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2). Hillsdale: Erlbaum.
- Crisorio, R. (2013). Educación corporal. *Cadernos de Formação RBCE*, 4(2).
- Duarte, D. (2003). Ambientes de aprendizaje: una aproximación conceptual. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, (29), 97-113.
- España. Hezkuntza Ministerioa (2010). Haur Hezkuntzako bigarren zikloko, Lehen Hezkuntzako eta Bigarren Hezkuntzako irakaskuntzak ematen dituzten ikastetxeek bete behar dituzten derrigorrezko baldintzak ezartzen dituen (132/2010 Errege Dekretua). Madrid: BOE.
- Esquivel, J. (2007). *Educación física y juegos: Juegos sensoriales y de conocimiento corporal*. <http://aliso.pntic.mec.es/jesm0021/efjuegos/juegosajustepostural.html> -tik berreskuratua.

- Esteban, E. (2016). *El juego del silencio de Montessori para los niños*. <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/juegos/el-juego-del-silencio-de-montessori-para-los-ninos/> -tik berreskuratua.
- Eusko Jaurlaritza (2015). Oinarrizko Hezkuntzarako Curriculum (236/ 2015eko Dekretuaren II. Eranskina osatzen duen curriculum orientatzailea).
- Gallo, L. E. (2009). *El cuerpo en la educación da qué pensar: perspectivas hacia una educación corporal*. Estudios pedagógicos (Valdivia), 35(2), 232-242.
- Gonzato, M., Fernández, M., eta Díaz, J. J. (2011). Tareas para el desarrollo de habilidades de visualización y orientación espacial. *Números. Revista de Didáctica de las Matemáticas*, (77), 99-117.
- Grissom, R. J., eta Kim, J. J. (2005). *Effect sizes for research*. New York: Routledge.
- Häfelinger, U. eta Schuba, V. (2010). La coordinación y el entrenamiento propioceptivo. Paidotribo.
- Hezkuntza Saila. (2018) Hizkuntza salburuordearen ebazpena, Haur Hezkuntzako eta Lehen Hezkuntzako ikastetxe publikoetan 2018-2019 ikasturtea antolatzeke moduari buruzkoa. *Eusko Jaurlaritza*. Gasteiz.
- Johnson, D. W., Johnson, R. T., eta Holubec, E. J. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires: Paidós SAICF.
- Le Boulch, J. (2001). *El cuerpo en la escuela en el siglo XXI* (Vol. 21). Inde.
- Meneses, M., eta Monge, M. (2001). El juego en los niños: enfoque teórico. *Revista Educación*, 25 (2), 113-124.
- Moneo, A. (2014). *La lateralidad y su influencia en el aprendizaje escolar* (Grado Amaierako Lana). Errioxako Unibertsitatea. https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE000750.pdf -tik berreskuratua.
- Niño Vitores, M. C. (2012). *Las salidas escolares en Primaria* (Grado Amaierako Lana). Palentziako Hezkuntza Fakultatea, Palentzia, Espainia. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/1845/1/TFG-L%2056.pdf> -tik berreskuratuta.

- Planella, J. (2005). Pedagogía y hermenéutica del cuerpo simbólico. *Revista de Educación*, 336, 189-201.
- Planella, J. (2006). *Cuerpo, educación y cultura*. Bilbao: Disclée de Brower.
- Pujolás, P. (2012). Aulas inclusivas y aprendizaje cooperativo. *Educatio Siglo XXI*, 30(1), 89- 112.
- Quezada, C. (2007). Potencia estadística, sensibilidad y tamaño de efecto: ¿un nuevo canon para la investigación?. *Onomázein: Revista de lingüística, filología y traducción de la Pontificia Universidad Católica de Chile*, (16), 159-170.
- Sawilowsky, S. S. (2009). New effect size rules of thumb. *Journal of Modern Applied Statistical Methods*, 8(2), 597 – 599.
- Scharagrodsky, P. (2007). *El cuerpo en la escuela*. Ministerio de Educación.
- Vaca, M. (2001). El ámbito corporal en la Educación Primaria: una propuesta curricular para el curso 2001-02. *Agora para la educación física y el deporte*, (1), 71-84.
- Vaca, M. (2002). *Relatos y reflexiones sobre el tratamiento pedagógico de lo corporal*. Palencia: Asociacion cultural cuerpo, educación y motricidad.
- Vaca, M. (2007). Un proyecto para una escuela con cuerpo y en movimiento. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, (4), 91-110.
- Vaca, M., & Varela, M. (2008). *Motricidad y aprendizaje: El tratamiento pedagógico del ámbito corporal (3-6)* (Vol. 25). Graó
- Vázquez, B. (1989). *La educación física en la educación básica*. Madrid: Gymnos
- Villamizar, D.F. (2018) Categorías para el estudio sobre el cuerpo desde la pedagogía corporal. *Expomotricidad*.
- Zabala, A., eta Arnau, L. (2008). *11 ideas clave: cómo aprender y enseñar competencias*. Barcelona: Graó.

ERANSKINAK

1. TARTE MOTORREN EBALUAZIO FITXAK

Iturria: Cebrián, B., Martín, M. I., & Arroyo, M. A. (2013). *Cómo trabajar la motricidad en el aula. Cuñas motrices para infantil y primaria*. Madrid: Miño y Dávila

1.1. JARRAIPEN INDIBIDUALEKO EBALUAZIO FITXA

Maila eta taldea: Tartearen kodea:						
Ikaslea:						
<i>Jarrerazko ebaluatzeko irizpideak</i>	B	OG	G	N	A	Oharrak:
1. Parte hartzen du						
2. Arauak errespetatzen ditu						
3. Gelakideak errespetatzen ditu						
4. Besteei laguntzen die						
5. Materiala zaintzen du						
<i>Eduki motorrak ebaluatzeko irizpi.</i>	B	OG	G	N	A	
6. Mugimendua						
7. Orientazio espaziala						
8. Koordinazioa						
9. Lateralitatea						
10. Oreka						
11. Gorputzaren kontrola						
12. Sentipen eta pertzepzioa...						
Beste aspektu batzuk:						

1.3. IRAKASLEAREN AUTOEBALUAZIORAKO FITXA

Edukia:		Maila:					Erabilitako tarteen kodeak:					
Behaketa datak												Oharrak
Autoebaluaia	Azalpen garbiak											
	Aurreikusitako ekintzak burutzea											
	Antolaketa (taldeak, materiala, denbora...)											
	Irakasle-ikasle harremanak											
	Ikasleen interesa											
	Irakatsitako ezagutza											
	Ikasleentzako egokitzapena											
	Egokitzapenak egiteko beharrak											
	Feedback edo errefortzuen erabilera											
	Baloreen heziketa											
Beste aspektu batzuk:												
Oharrak:												

E: ezer OG: oso gutxi G: gutxi N: nahiko A: asko

1.4. TARTE MOTOR INDIBIDUALEN EBALUAZIO FITXA

Tartearen kodea:	Edukia:		Adina:		
	Interes puntu posibleak:				
Deskribapena:		<i>(Grafikoa edo argazkia)</i>			
Aldaerak:					
Balorazio irizpideak	E	OG	G	N	A
1. Helburuen lorpena					
2. Proposamenaren bideragarritasuna					
3. Adinaren egokitzapena					
4. Burutzea					
5. Materialen egokitzapena					
Aspektu positibo eta negatiboak:					
Beste aspektu batzuk:					

E: ezer

OG: oso gutxi

G: gutxi

N: nahiko

A: asko

2. TARTE MOTORREN DESKRIBAPEN FITXAK

2.1. GARBIGAILUA

Izenburua	GARBIGAILUA
Azalpena	Ikasle guztiak (talde handian edo txikitan) eskutik emanda jarriko dira gidaria (irakaslea) erdian utziz. Gidariaren aginduak jarraituz, ikasleak biribilean mugitu beharko dira. Gidaria mugimenduaren abiadura esaten joango da, geroz eta azkarragoa izanik. Azkenik, abiadura azkarrenera iritsi direnean, gidariak txistua joko du. Une horretan, ikasleek eskuak askatu eta dauden tokian eta dauden bezala beraien gorputza kontrolatzen saiatu behar dira, oreka mantenduz. Ahalik eta denbora gehien iraun behar dute gelditutako posturan.
Materiala	<ul style="list-style-type: none"> – Txistu bat
Aldaerak	<ul style="list-style-type: none"> – Talde handian – Talde txikian – Norabide aldaketak
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Ahal izanez gero, espazio libre batean egitea aproposagoa izango litzateke baina gelan bertan egin ahal izateko, oztopo guztiak kendu eta talde txikietan egin beharko litzateke. Espazioa antolatzeke orduan biribilak bueltak emango dituela kontuan hartu behar da. Beraz, baliteke taldea osatuta dagoenean eskutik eman eta ahalik eta borobil handiena egitea ikusteko zenbat espazio behar duten.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Norberaren gorputza erregulatzea. – Gorputzaren jarrerak ikertzea. – Oreka eta desorekako egoerak lantzea. Oreka estatikoa eta dinamikoa.
Konpetentziak	<ul style="list-style-type: none"> – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Saioaren lehen edo azken momentuan, tentsioak askatzeko.
Oharrak	Espazioa eta taldearen antolaketan arreta jarri.

2.2. LURRETIK BATERA ZUTITUKO GARA

Izenburua	LURRETIK BATERA ZUTITUKO GARA
Azalpena	<p>Jolasarekin hasi aurretik ezinbestekoa da arauak ondo azpimarratzea:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Eskuak irudia eusteko bakarrik erabili daitezke. – Hitzik ezin da egin (hitzik gabeko komunikazioa erabili) <p>Arauak argi daudela, ikasle guztiak lurrean eseriko dira. Ekintzaren helburua ikasleak lurrean daudela binaka eskuen laguntzarik gabe eta biak elkarri lagunduz zutik jartzea izango da. Horretarako, bakoitzari fitxa bat banatuko zaio, buruz behera ikusi ez dezan. Denek fitxa bat dutenean gidariak agindua emango du jolasarekin hasteko. Jolasa hasi orduko, parte hartzaileek beraien fitxa berdina duten kidea bilatu beharko dute lurretik arrastaka doazela. Behin bikotea aurkituta, bizkarra bizkarren aurka jarri eta eskuen laguntzarik gabe zutik jartzen saiatu beharko dira. Guztiak zutitzen direnean nola lortu duten azaldu beharko dute. Zutik jarri ahal izateko gorputzaren postura zaindu behar dugu, beraz, gelan ere posturak zaintzeko azpimarratu daiteke.</p>
Materiala	<ul style="list-style-type: none"> – Irudi geometriko desberdinen fitxak (irudi bakoitzeko bi eta ikasle bakoitzarentzat bat)
Aldaerak	<ul style="list-style-type: none"> – Mailaren arabera eduki desberdinak landu daitezke
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Espazio libre baten egitea egokia izango litzateke; gelan bertan egitekotan, mahaiak alde batera mugitu eta oztoporik gabeko espazio bat sortu.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Oreka eta desorekako egoerak lantzea. Oreka estatikoa eta dinamikoa. – Gorputzaren jarrerak ikertzea. – Gorputzaren eskema orokorra. – Mugitzeko moduak eta mugimendu-aukerak. – Jolas-arauak ulertzea, onartzea eta betetzea eta jarrera arduratsua izatea ezarritako estrategiekin.

Bestelako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Irudi lau desberdinak identifikatzea. – Taldean ikasteko lanetan laguntzea eta elkarlanean aritzea. – Norberaren komunikazioa erregulatzea (hitzezkoa, hitzik gabekoa eta digitala).
Konpetentziak	<ul style="list-style-type: none"> – Hitzezko eta hitzik gabeko komunikaziorako konpetentzia – Matematikarako konpetentzia – Konpetentzia zibiko eta soziala – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Saio hasieran aktibatze edo amaieran

2.3. MINUTU BAT NIRE BARNEAN

Izenburua	MINUTU BAT NIRE BARNEAN
Azalpena	<p>Ekintza honen helburua ikasleen arreta piztea eta kontzentrazioa lantzea izango da, horretarako gidariak zehaztutako denbora beraien barnean kalkulatu beharko dute. Hau da, ikasle bakoitza bere aulkian begiak itxita eta behar bezala eserita jarriko da, inguruan ezer ere ez duenarik. Ondoren gidariak abisua ematen duenetik minutu bat kontatu beharko dutela azalduko zaie. Kontaketa hau beraien barnekoa izango da baina laguntza bezala, gidariak lehenengo hamar segundoak ozenki zenbatuko ditu, erreferentzia bat izan dezaten. Beraien ustez minutu batera iristen direnean eskua jaso behar dute. Gidariak kontuan izan beharko du ikasleek eskua noiz jasotzen duten, ondoren beraiekin komentatzeko.</p> <p>Guztiek eskua jasota dutenean begiak irekitzeko eskatuko zaie. Jarraian lehenengo eskua eta azkena zenbatgarren segundoan jaso diren komentatuko da eta estimazio hori egiteko zer egin behar izan duten galdetuko zaie. Amaitzeko, minututik ahalik eta gertuen egoteko arreta handia behar izan duten bezala, lanerako ere beharko dutela aipa dakieke, arretaz lan egitera bultzatuz.</p>

Materiala	– Kronometroa
Aldaerak	– Adinaren arabera zenbatu beharreko denbora – Gidariak ematen duen denbora erreferentzia
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Banakako ekintza izango denez bakoitza bere lekuan ondo eserita egongo da. Nahi izanez gero, bakoitzak bere espazioa hartu dezake hobeto kontzentratzeko.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	– Norberaren gorputzaren kontzientzia hartzea, tentsioarekiko, erlaxatzearekiko eta arnasarekiko harremanetan.
Bestelako edukiak	– Zenbakiak – Denbora neurtzea.
Konpetentziak	– Matematikarako konpetentzia – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Saioa hasi aurretik, lasaitzeko eta arreta maila pizteko; ekintzan zehar arretaz badaude, lanean ere horrela hasteko.

2.4. ATZEKOAREN GAINEAN ESERITA

Izenburua	ATZEKOAREN GAINEAN ESERITA
Azalpena	<p>Ikasle guztiak biribilean kokatuko dira bata besteari gerritik helduz. Prest daudenean, gidariak musika jarriko du eta hau isiltzean, ikasleek beraien atzekoaren izterretan esertzea lortu beharko dute. Guztiak egon behar dira atzekoaren gainean eserita, hala egon ez gero, ez lukete helburua lortuko.</p> <p>Ikasleak apur bat motibatzeke, lurrarekin lehiaketa bat dela esan dakieke. Hau da, norbait lurrera eroriz gero lurrak puntu bat irabazten du eta guztiak esertzea lortuz gero ikasleek lortzen dute puntua. Lehiakortasuna sustatuz ikasleak orokorrean gehiago motibatzen dira.</p>
Materiala	– Musika

Aldaerak	<ul style="list-style-type: none"> – Mugimenduaren abiadura – Norabide aldaketak mugitzen ari diren bitartean
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Espazio libre batean talde osoa biribilean jarriko da. Helburua lortzeko bata bestearengandik oso gertu egon beharko da.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Jolas-arauak ulertzea, onartzea eta betetzea eta jarrera arduratsua izatea ezarritako estrategiekin. – Jolasaren oinarrizko estrategiak aurkitzea; hau da, lankidetzak, aurkaritza eta lankidetzak/aurkaritza. – Oreka eta desorekako egoerak lantzea. Oreka estatikoa eta dinamikoa. – Norberaren gorputza erregulatzea. – Gorputzaren jarrerak ikertzea.
Bestelako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Taldean ikasteko laguntzea eta elkarlanean aritzea. – Adi entzutea musika-konposizio laburrak
Konpetentziak	<ul style="list-style-type: none"> – Hitzeko eta hitzik gabeko komunikaziorako konpetentzia – Konpetentzia zibiko eta soziala – Arterako konpetentzia – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Gaizki eserita dauden momentuan egin daiteke jarrera hauek zuzentzeko. Saioaren hasieran eta amaieran ere egin daiteke.
Oharrak	Ikasleak taldean nola moldatzen diren ikusteko balio du ekintza honek. Kontaktua presente dagoen elementuetako bat da eta batzuetan ikasle guztiek ez dute nahi izaten beste batzuekin kontaktuan jartzea. Bestalde, talde bezala ez badute funtzionatzen ez dute helburua lortuko; guztien partaidetza beharrezkoa da.

2.5. NOR DA BIZKORRENA

Izenburua	NOR DA BIZKORRENA?
Azalpena	Ikasle guztiak bi taldetan banatu eta arbelera begira jarriko dira bi ilaratan. Irakasleak bi eragiketa berdin jarriko ditu arbelean, bat talde bakoitzarentzat. Arbelean idatzitako eragiketa ebatzi ahal izateko, errelebotan ibili beharko dira. Hau da, ilarako lehenengo pertsonak (A) lehenengo zenbakia jarriko du eta hurrengo pertsonari (B) idazteko tresna pasatuko dio, ondoren honek (B) hurrengo zenbakia idatzi dezan. Horrela eragiketa osoa amaitu arte ibili beharko dute. Ikasle bakoitzak bere txandan zenbaki bakar bat jartzeko aukera izango du, baita aurrekoak jarritakoa zuzentzeko ere baina kasu honetan ezingo du berari zegokion zenbakia jarri. Esaterako, ikasle batek bere aurrekoak idatzitakoa gaizki dagoela ikusiz gero aldatzeko aukera du baina aldatzean hurrengoari pasa beharko dio txanda. Azkenik, guztien artean eragiketa zuzenduko da. Prozesu hau eragiketa desberdinekin errepikatuko da.
Materiala	<ul style="list-style-type: none"> – Arbela eta arbelean idazteko tresna
Aldaerak	<ul style="list-style-type: none"> – Maila eta adinaren arabera eragiketa motak – Eduki desberdinak landu daitezke
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Arbelaren aurrean espazio librea uzten saiatu, hau da, arbelaren inguruan dauden objektuak alde batera mugitu espazio librea uzteko. Espazio horretan bi ilara sartu behar dira arbeletik 3 metrotara kokatuko direnak. Beraz, espazio hori guztia libre egotea komeni da.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Espazioa eta denboraren pertzepzioa. – Mugitzeko moduak eta mugimendu-aukerak. – Jolas-arauak ulertzea, onartzea eta betetzea eta jarrera arduratsua izatea ezarritako estrategiekin. – Jolasaren oinarritzko estrategiak aurkitzea; hau da, lankidetzak, aurkaritza eta lankidetzak/aurkaritza.
Bestelako	<ul style="list-style-type: none"> – Batuketa (biltzeko edo gehitzeko egoerak) eta kenketa

edukiak	(bereizteko edo kentzeko egoerak) egiteko eragiketen esanahia, eta eguneroko bizitzan erabiltzea, problemak ebazteko. <ul style="list-style-type: none"> – Buruzko kalkulu matematikoa. – Harremanak eta komunikazioa lantzea.
Konpetentziak	<ul style="list-style-type: none"> – Hitzezko eta hitzik gabeko komunikaziorako konpetentzia – Matematikarako konpetentzia – Konpetentzia zibiko eta soziala – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Saio hasieran ikasleen arreta pizteko edo amaieran tentsioak askatzeko.
Oharrak	<ul style="list-style-type: none"> – Lehiakortasuna sortu nahi izanez gero ondo egindako eragiketa bakoitzagatik puntu bat eman dakieke. – Eragiketak ikasleen altueran idatzi, ondo iritsi daitezten.

2.6. SOKAREN GAINEAN OREKAN

Izenburua	SOKAREN GAINEAN OREKAN
Azalpena	<p>Ikasle guztiak lerro batean kokatuko dira eta ezingo dute lerro horretatik atera. Lerroa soka bat dela imajinatu behar dute eta soka horretatik atera edo eroriz gero, itsasora eroriko dira. Soka horretan mugitzeko modu bakarra alboetara izango da. Guztiak sokaren gainean daudenean gidariak irizpide desberdinak esango ditu eta ikasleak, sokatik erori gabe, irizpidearen arabera ordenatu behar dira. Adibidez: jaiotze dataren arabera kokatu behar dira, horretarako, sokatik erori gabe, gazteenetik zaharreneara jarri beharko dira. Taldeko laguntzaren bitartez emaitza lortuko dute. Amaitzeko, ekintzan zehar nola sentitu diren komentatzea interesgarria izan daiteke: <i>nola sentitu zara besteek lagundu dizutenean? Eta lagundu ez dizutenean? Nola izan da errazagoa emaitza lortzea, taldean edo bakarka?...</i></p>

Aldaerak	<ul style="list-style-type: none"> – Irizpide desberdinak landu daitezke: <ul style="list-style-type: none"> ○ Jaiotze data ○ Altuera... – Irizpideen zailtasuna adinaren araberakoa izan daiteke
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Lerro luze bat egiteko espazioa behar da, lerro horren aurrean eta atzealdean tarte pixka bat utziz badaezpada.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Mugitzeko moduak eta mugimendu-aukerak. – Koordinazioa – Oreka eta desorekako egoerak lantzea. Oreka estatikoa eta dinamikoa.
Bestelako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Norberaren komunikazioa erregulatzea (hitzezkoa, hitzik gabekoa eta digitala). – Talde-lana norberaren lan gisa bere gain hartzea. – Lortutako emaitzaren berri ematea.
Konpetentziak	<ul style="list-style-type: none"> – Hitzezko eta hitzik gabeko komunikaziorako konpetentzia – Konpetentzia zibiko eta soziala – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Saioaren hasieran ikasleen arreta pizteko.
Oharrak	Ordenatzen asko tardatuz gero, denbora bat esleitu irizpide bakoitzari.

2.7. ISILTASUNA

Izenburua	ISILTASUNA
Azalpena	Ikasleei lurrian borobil batean esertzea eskatuko zaie. Ekintzaren helburua isilik eta geldik egotea izango da, baita lasaitzea ere. Horretarako begiak itxi eta harroketako lore bat bezala geldik egon beharko dute. 30 segundo pasa ostean, gidaria ikasleen izenak baxu-baxu eta banaka esaten hasiko da. Ikasleek beraien izena

	entzutean beraien lekuetan eseri beharko dute, isiltasuna mantenduz eta inolako zaratarik atera gabe. Bakoitza bere lekuan kokatzen denean lanean hasiko da, aurretik lortutako isiltasuna mantenduz. Saioaren amaieran (isiltasuna apur ez dadin), nahi izanez gero nola sentitu diren komentatu dezakete.
Aldaerak	<ul style="list-style-type: none"> – Izenak esan beharrean instrumentu musikal baten doinua entzutean beraien lekuetan eseri daitezke. – Behin eta berriz egiten bada ekintza, denbora luzatzen saiatu.
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Guztiak biribilean sartzeko espazio bat besterik ez da behar. Ez badira sartzen, biribila osatu gabe lurrean eseri daitezke, ondoren ezer mugitu gabe lanean has daitezten.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Norberaren gorputzaren kontzientzia hartzea, tentsioarekiko, erlaxatzearekiko eta arnasarekiko harremanetan. – Gorputzaren jarrerak ikertzea.
Bestelako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Lortutako emaitzaren berri ematea.
Konpetentziak	<ul style="list-style-type: none"> – Hizkuntza komunikaziorako konpetentzia – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Saioaren hasieran, ikasleak oso aktibo datozenean eta lasaitzea behar dutenean.
Iturria	<p>Esteban, E. (2016). <i>El juego del silencio de Montessori para los niños</i>.</p> <p>https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/juegos/el-juego-del-silencio-de-montessori-para-los-ninos/-tik berreskuratua.</p>

2.8. UHARTE BATERA BIDAIA

Izenburua	UHARTE BATERA BIDAIA
Azalpena	<p>Bi ikasleko orri bat jarriko da lurrean, denak lerro berean. Lerro horretatik bost metrotara uharte izango den beste orri bat kokatuko da. Ikasleak lerroa osatzen duten orrietan jarri beharko dira, harriak izango dira hauek. Beraien helburua, harriak mugituz uhartera iristea izango da, beti ere hankak harrian dituztelarik. Ekintzan zehar, behar bada, dagoen arau bakarra hankak harrien gainean izatea dela behin eta berriz gogoratu.</p> <p>Ariketa ondo egiten badute, taldean lagunduz helburua errazago lortzen dela konturatuko dira. Beraz, interesgarria izango litzateke ekintza amaitu ostean nola sentitu diren eta emaitza nola lortu duten komentatzea.</p>
Materiala	<ul style="list-style-type: none"> – Bi ikasleko orri (A4) bat eta beste bat uharte egiteko (berrerabiliak izan daitezke).
Aldaerak	<ul style="list-style-type: none"> – Orrialde kopurua eta tamaina ikaslearen arabera.
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Ikasle guztiak kokatuta dauden lekutik bost metroko tartea utziko da uhartearen orrialdea jartzeko. Beraz, tarte hori libre egotea ezinbestekoa da.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Oreka eta desorekako egoerak lantzea. – Mugitzeko moduak eta mugimendu-aukerak. – Jolas-arauak ulertzea, onartzea eta betetzea eta jarrera arduratsua izatea ezarritako estrategiekin. – Jolasaren oinarritzko estrategiak aurkitzea; hau da, lankidetzak, aurkaritza eta lankidetzak/aurkaritza.
Bestelako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Taldean ikasteko lanetan laguntzea eta elkarlanean aritzea. – Talde-lanaren bidezko garapena. – Lortutako emaitzaren berri ematea.
Konpetentziak	<ul style="list-style-type: none"> – Hitzezko eta hitzik gabeko komunikaziorako konpetentzia – Konpetentzia zibiko eta soziala

	– Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Talde kohesiorako unean (tutoretza edo kolektiba) edo talde lana egin beharreko unearen aurretik.
Oharrak	Batzuek orriak apurtzeko joera dute, hori ikusiz gero, apurtzeak ez duela balio esan.

2.9. PAPERARI BUELTA EMAN

Izenburua	PAPERARI BUELTA EMAN
Azalpena	Ikasleak binaka jarri eta bakoitzari orri bat emango zaio. Orri horren gainean jarri beharko dute bikote bakoitzak eta beraien helburua orriari buelta ematea da, hau da, behera begira dagoen aldea gorantz jartzea. Horretarako, ezingo dute zorua zapaldu, orrien gainean egon daitezke (norberaren edo beste baten orrian). Helburua lortu ahal izateko, ezinbestekoa izango da taldekideen laguntza. Eraitza lortzen dutenean, izan dituzten zailtasun eta sentimenduen inguruan hausnarketa bat egin talde osoarekin.
Materiala	– Bikote bakoitzeko orri bat (berrerabiltzekoak badira hobe)
Aldaerak	– Orri kopurua adinaren arabera
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Espazio libre batean egitea da egokiena; klasean egin nahi bada, mahaiak mugitu beharko lirateke ikasle guztiak bere espazioa izateko moduan.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Oreka eta desorekako egoerak lantzea. – Mugitzeko moduak eta mugimendu-aukerak. – Jolas-arauak ulertzea, onartzea eta betetzea eta jarrera arduratsua izatea ezarritako estrategiekin. – Jolasaren oinarrizko estrategiak aurkitzea; hau da, lankidetzak, aurkaritza eta lankidetzak/aurkaritza.
Bestelako edukiak	– Taldean ikasteko lanetan laguntzea eta elkarlanean aritzea.

	<ul style="list-style-type: none"> – Talde-lanaren bidezko garapena. – Lortutako emaitzaren berri ematea.
Konpetentziak	<ul style="list-style-type: none"> – Hitzezko eta hitzik gabeko komunikaziorako konpetentzia – Konpetentzia zibiko eta soziala – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Talde kohesiorako unean (tutoretza edo kolektiba) edo talde lana egin beharreko unearen aurretik.
Oharrak	Emaitza lortu ezinik daudela ikusiz gero orri kopuruak gehitzen joan banan-banan.

2.10. KEINUEN JOLASA

Izenburua	KEINUEN JOLASA
Azalpena	<p>Ikasleak bikoteka jarriko dira, bat bakarrik geldituz. Bikote bakoitzak aulki bat hartu eta borobil bat osatuko dute. Bikote bakoitzeko bat aulkian eseriko da eta bestea berriz bere atzealdean kokatuko da. Bakarrik dagoen ikaslea, aulkiaren atzean jarriko da. Honek keinu bat botako dio eserita dagoen norbaiti. Keinua jasotzen duenak libre dagoen aulkira joan beharko du baina bere atzekoak eserleku aldaketa hau eragotzi behar du; horretarako, eskuekin heldu beharko dio eserleku atzetik mugitu gabe. Prozesu hau behin eta berriz errepikatuko da.</p> <p>Ekintza honen helburua ikasleak esnatzea eta arreta piztea da.</p>
Materiala	<ul style="list-style-type: none"> – Aulkiak
Aldaerak	<ul style="list-style-type: none"> – Aulki bat baino gehiago jarri hutsik
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Aulki guztiekin borobil bat egiteko haina toki izan behar da ekintza hau egin ahal izateko.
Gorputz Hezkuntzako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Mugitzeko moduak eta mugimendu-aukerak. – Jolas-arauak ulertzea, onartzea eta betetzea eta jarrera

	arduratsua izatea ezarritako estrategiekin.
Bestelako edukiak	– Norberaren komunikazioa erregulatzea (hitzezkoa, hitzik gabekoa eta digitala).
Konpetentziak	– Hitzezko eta hitzik gabeko komunikaziorako konpetentzia – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Saio hasieran ikasleak esnatzeko.
Oharrak	Ikasle kopurua bikoitia bada, gidariak parte hartu dezala ekintza burutu ahal izateko.

2.11. MASAJEA

Izenburua	MASAJEA
Azalpena	Ikasle guztiak bikoteka jarriko dira batak besteari masaje bat emateko. Horretarako, eroso sentitzen diren leku batean kokatuko dira, behar duten espazioa hartuz. Lehenengo batek besteari emango dio masajea eta ondoren rol aldaketa egingo dute. Masajea nola eta non eman jakiteko, gidariak aginduak emango ditu. Agindu horietan gorputzeko zein ataletan eta ezker edo eskuinean emango duten esango da. Masajea goitik behera edo behetik gora ematea gomendatzen da, ordena bat jarraitzeko. Bi rolak egiten dituztenean hausnarketa txiki bat bultzatuko da, nola sentitu diren azalduz adibidez.
Materiala	– Musika lasaia
Aldaerak	– Ikasleen ezagutza mailaren arabera gorputzeko atalak eta muskuluak sartu daitezke gidariak ematen dituen aginduetan.
Taldearen eta espazioaren kudeaketa	Bakoitzak behar espazio hartu beharko du ekintzaz gozatzeko baina ez du inporta nola kokatzen diren. Bakoitza eroso sentitu behar da hartzen duen espazioan.
Gorputz Hezkuntzako	– Gorputzaren eskema orokorra eta atalkakoa arakatzea eta egituratzea.

edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Norberaren gorputzaren kontzientzia hartzea, tentsiorako, erlaxaziorako eta arnasarekiko harremanetan. – Lateralitatea eta haren espazio-proiektzioa finkatzea.
Bestelako edukiak	<ul style="list-style-type: none"> – Sentimenduak eta emozioak. – Lortutako emaitzaren berri ematea.
Konpetentziak	<ul style="list-style-type: none"> – Hizkuntza komunikaziorako konpetentzia – Konpetentzia motorra
Egiteko unea	Saio amaieran tentsioak askatzeko edo momentu bizi baten ondoren lasaitzeko.
Oharrak	Gorputzeko atalak esatean, baxu-baxu esan dagoen giro lasaia ez apurtzeko.