



Universidad del País Vasco Euskal Herriko Unibertsitatea

# Titulua: Gorputz Adierazpena Lehen Hezkuntzan.

Egilea(k)

Maria Teresa Vizcarra Morales (Koord.)

Deialdia 2008 ikasturtekoa.  
Orrialde kopurua: 235

**EUSKARA                      ETA                      ELEANIZTASUNeko**  
**ERREKTOREORDETZAREN SARE ARGITALPENA**

Liburu honek UPV/EHUko Euskara eta Eleaniztasuneko Errektoreordetzaren  
dirulaguntza jaso du



# GORPUTZ ADIERAZPENA LEHEN HEZKUNTZAN



**EUSKAL HERRIKO UNIBERTSITATEA  
KOORDINATZAILEA: MARIA TERESA VIZCARRA MORALES**



# SARRERA



2. argazkia. Ikus dezagun zer kontatu behar diguzun.



## SARRERA

Gorputz-adierazpena da gorputz-heziketako irakasleen artean pasio gehien sortzen duen eduki multzoa: batetik, beldurra, konfiantza eza, ikara, ezinikusia sortzen ditu eta, bestetik, poza, algara, lilura, miresgarritasuna. Irakasleak eduki multzo horrekiko duen iritziaren arabera modu batean edo bestean iritsiko da ikasleengana eta, hala, eduki horiek ekiditeko edo lantzeko gogoia sortuko da.

Gorputz Heziketako irakasleen artean kirolak, jolasek eta jarduera kodifikatu eta egituratuek buruko min gutxiago sortzen dute; badakigu nola egin, zer egin, nola kudeatu taldea eta eginbeharra (nire esperientziaren arabera, hala esan dezaket behintzat); baina gorputz-adierazpenean ez dakigu zer egin, nola sortu giroa, nola ekidin lotsa. Urtez urte, Irakasleen Unibertsitate Eskolan irakasgai bat baino gehiago ematea egokitu zait, esango nuke Saileko ia ikasgai guztiak eman ditudala; gehienetan, saiatu naiz gorputz-adierazpenarekin harreman estua mantentzen, eta modu batean edo bestean lortu dut ikasleen lanak eduki horietara gerturatzea. Aurreko kurtsoan (2007-08) Gorputz Adierazpena ikasgaia ematea egokitu zitzaidan berriro; ikasle batzuek lan bikainak egin zituzten, eta haiekin froga bat egitea bururatu zitzaidan. Hori dela eta, proposatu nien practicumeko lana (unitate didaktikoa egitea) gorputz-adierazpenaren inguruan egitea, eta unitate didaktikoen bilduma bat egitea irakasleei eta ikaskideei zuzenduta. Era horretan, unitate didaktikoak egituratzeaz gain, aukera izango zuten beren beldurrak, esperientziak eta bukaerako inpresioa kontatzeko.

Urte zaila izan da 2008/09ko ikasturtea. Irakasle Ikasketen planak berritzeko prozesuan sartu gara, ikastoletan LOE legearen aplikazioa ere aurten hasi da, eta oztopo bat baino gehiago izan dugu lana hasieran pentsatu bezala gauzatzeko; hasierako asmo batzuk bidean gelditu dira, eta azken produktua urriagoa eta eskasagoa atera zaigu, behintzat, espero genuena baino apalagoa.

Testu honetan Gorputz Adierazpena ikasgaia guk ulertzen dugun moduan aurkeztu dugu. Oinarri teorikoak irakasleak jarri ditu (lehenengo bi gaietan daude) eta garapen praktikoa ikasleek jorratu dute, oinarri teorikoak beren erara interpretatu eta gero; badakigu hainbat gai edo aukera jorratu gabe gelditu direla ere (mugatuak gara). Era horretan, atzera begiratu dugu, kontzeptua berrasmatzeko eta gure erara interpretatzeko. Legeak gainbegiratu ditugu, orain arte izan dugun LOGSE legea ginetik berrikusi dugu, eta LOE legean sakondu dugu gorputz-adierazpeneko edukiak proposatu baino lehen, Dekretu berriak duen logika ulertu nahian. Horren arabera, edukien proposamen bat idatzi dugu eta, ikasleen laguntzaz baliatuta, eduki horietako batzuk jorratu dira bereziki teoriatik praktikara joateko, eta unitate didaktikoaren diseinu bat egiteko. Izan ere, diseinu praktikoa proposatzeko gai teorikoen gainean hausnarketa sakona egin beharra dagoela uste dut. Diseinua ez zen nahikoa gure lana aurkezteko; emozioak, ilusioak, bizipenak eta sentrazioak ere kontatu behar genituen; modu horretan, practicumean ikasle horientzat diseinu baten proiektua zena ikasgelara eraman dute, gerora bizipenak kontatu ahal izateko. Edozein lanetan bezala, gai bakoitzaren amaieran kontsultatutako bibliografia agertzen da. Edukiak direla eta, ikasle bakoitzak erabaki du zein eduki jorratu teorian, zein ikuspegitatik jorratu eta nola eraman praktikara; nik aholku batzuk eman dizkiet, baina lana haiena izan da, azken finean; dagoena eta ez dagoena beren ardura da, berek aukeratu baitute zer hartu eta zer utzi lan honetan.

Gure esperientzia “ezinezko abentura” izatetik errealitate izatera pasatu da. Espero dut esperientzia hau baliagarria izatea beste norbaitentzat ere, ordu asko baitaude lan honen atzean.

Eskerrak eman nahi dizkiet lan honetan parte hartu duten ikasleei (Amaia Martinez de Guereñu, Naroa Murua, Asier Otegi, Eneko Rodriguez, Itziar Urkijo, Ivan Villalba, Libe Laskurain, Ibon Llano) eta bidelagun izan ditugun guztiei (practicumeko ikasleak eta tutoreak). Mila esker.



Mariate

**Ikastetxe kolaboratzaileak lan honetan:** Bizkaiko Zamakola-Juan Delmás H. P. E. eta Emilia Zuza Brun L.H.I. Arabako Abendaño Ikastola, Laudioko Ikastola eta Abetxukoko Inmaculada Concepción Eskola.

## AURKIBIDEA



3. argazkia. Ea ba... Ea zer topatzen dugun, eta zein ordenatan, gure adierazpena antolatzeko.



# GORPUTZ ADIERAZPENA LEHEN HEZKUNTZAN

**Testuaren koordinatzailea: Maria Teresa Vizcarra Morales.**

## AURKIBIDEA

Sarrera .....	1
Aurkibidea.....	5
1. Gorputz-adierazpena zer da? Kokapen historikoa. Kontzeptua, hainbat autoreren eskutik. Korronteak.....	17
<b>Maria Teresa Vizcarra eta Naroa Murua</b>	
1.1. Gorputz-adierazpenarekin hasi aurretik.....	19
1.2. Gorputz-adierazpena zer da? Kontzeptu hau berrikusten, hainbat autoreren eskutik.....	20
1.3. Gorputz-adierazpena. Kokapen historikoa.....	23
1.4. Gorputz-adierazpena. Gaur egungo korronteak.....	26
1.5. Gorputz Adierazpena ikasgaia lantzeko edukien proposamen bat.....	29
1.5.1. Gorputza, ezagutzeko tresna.....	29
1.5.2. Gorputza, komunikaziorako tresna.....	31
1.5.3. Dramatizazioa: komunikazioa hobetzeko eta ideiak adierazteko tresna.....	32
1.5.4. Dantzak.....	34
1.5. Bibliografia.....	35
2. Gorputz-adierazpenaren trataera LOE legearen arabera.....	39
<b>Maria Teresa Vizcarra Morales</b>	
2.1. Sarrera.....	41
2.2. LOE legea eta gorputz-adierazpena Euskal Autonomia Erkidegoan.....	44

2.2.1. Gorputz-adierazpenaren inguruan LOEn agertzen diren gaitasunak .....	51
2.2.2. Gorputz-adierazpenaren edukiak eta ebaluatze-irizpideak zikloka, LOE legearen arabera.....	53
2.3. Unibertsitatean Gorputz Adierazpena ikasgaiak dituen edukiak.....	61
2.4. Erreferentzia bibliografikoak.....	66
3. Gorputza: ezagutzarako tresna.....	67
<b>Ivan Villalba Moya</b>	
3.1. Gorputzaren garrantzia.....	69
3.2. “Neure burua” ezagutzen dut; nork bere burua ezagutzeko tresna	70
3.3. “Bestea” ezagutzen dut: gorputza, bestearen gorputza ezagutzeko tresna.....	75
3.4. “Espazioa eta objektuak” ezagutzen ditut: gorputza, espazioa ezagutzeko tresna.....	78
3.5. Nondik sortzen den proposamen praktikoa.....	80
3.6. Proposamen didaktikoa: “gorputza, ezagutzarako tresna” unitate didaktikoa .....	81
3.7. Erreferentzia bibliografikoak.....	88
3.8. Unitate didaktikoa egiteko erabili den bibliografia.....	89
4. Gorputz-adierazpena: gorputza, komunikaziorako tresna.....	93
<b>Eneko Rodriguez San Juan</b>	
4.1. Sarrera.....	95
4.2. Ez-hitzezko komunikazioa.....	96
4.3. Dimentsio komunikatiboa.....	98
4.3.1. Keinuen hizkuntza.....	101
4.3.2. Komunikazioko soinua eta erritmoa.....	104
4.4. Keinua eta zinesika.....	105
4.5. Gaitasun adierazkorra.....	107
4.6. Mimoa.....	108

4.7.	Teoriatik praktikara: lan praktikoaren justifikazioa.....	108
4.8.	Proposamen praktikoa: gorputzarekin eta hitzik gabe komunikatzen gara.....	110
4.9.	Erreferentzia bibliografikoak.....	125
5.	Dramatizazioa.....	127
	<b>Asier Otegi eta Itziar Urkijo</b>	
5.1.	Dramatizazioa, hainbat autoreren eskutik.....	129
5.2.	Dramatizazioa: hainbat eredu .....	132
	5.2.1. Jolas dramatikoak .....	133
	5.2.2. Ipuin motorra edo ipuin antzeztua. ....	135
	5.2.3. Txotxongiloak.....	138
	5.2.4. Itzal txinatarrak.....	139
	5.2.5. Role playing.....	142
	5.2.6. Antzerki beltza.....	142
	5.2.7. Bikoizketa-tailerra.....	143
5.3.	Dramatizazioan garrantzia duten hainbat faktore.....	143
5.4.	Teoriatik praktikara.....	144
5.5.	Lehenengo proposamen didaktikoa: “ni ipuin baten barruan nago, eta zu?” (Asier Otegi).....	145
5.6.	Bigarren proposamen didaktikoa: “eta zu nor zara?” (Itziar Urkijo).....	154
5.7.	Erabilitako bibliografia.....	165
5.8.	Web-orriak.....	167
6.	Dantzak Lehen Hezkuntzan.....	169
	<b>Amaia Martinez de Guereñu</b>	
6.1.	Sarrera.....	171
6.2.	Zer dira dantzak? .....	173
6.3.	Dantza motak .....	175
6.4.	Dantza-sailkapenak, hainbat autoreren eskutik.....	177
6.5.	Dantzaren dimentsioak.....	180
6.6.	Dantza eskolan .....	181

6.6.1. Dantzaren kokapena curriculum barruan.....	182
6.6.2. Zergatik dantzatu eskolan? .....	186
6.6.3. Dantza hezitzailea .....	187
6.7. Dantza libreak .....	188
6.8. Funtsezko mugimenduen dantza .....	191
6.9. Dantza koreografikoak .....	193
6.10. Teoriatik praktikara .....	195
6.11. Proposamen praktikoko bat: dantzatu nahi duzu? .....	196
6.12. Kontsultatutako bibliografia .....	204
<b>7. Emozioak, motibazioak, oztopoak gorputz-adierazpenean.....</b>	<b>207</b>
<b>Itziar Urkijo</b>	
7.1. Sarrera.....	209
7.2. Emozioak.....	209
7.2.1. Irakasleen emozioak.....	210
7.3. Irakasleen motibazioa gorputz-adierazpenean.....	214
7.3.1. Jolastearen plazerra eta jomuga ludikoak bilatzea.....	215
7.3.2. Komunikazioa eta gizarteratze-prozesua erraztea.....	215
7.3.3. Garapen pertsonala hobetzea .....	216
7.4. Alda daiteke zerbait? .....	217
7.4.1. Programazioa sortzea eta antolatzea.....	217
7.4.2. Materialak eta baliabideak.....	219
7.4.3. Saioa bideratzea .....	221
7.4.4. Irakaslearen jarrera .....	222
7.5. Bibliografia.....	222
<b>8. Bibliografia orokorra.....</b>	<b>225</b>

## Argazkien aurkibidea

1. argazkia. Pailazoak gara.....	Azala
2. argazkia. Ikus dezagun zer kontatu behar diguzun .....	1

3. argazkia. Ea ba... Ea zer topatzen dugun, eta zein ordenatan, gure adierazpena antolatzeko.....	5
4. argazkia. Ipuinaren bukaera karta-jolasen arabera erabakiko dugu. ....	17
5. argazkia. Nor zarela esan duzu?.....	24
6. argazkia. Dantzatu behar bada... dantzatuko dugu.....	26
7. argazkia. Gure sudurrak politikak dira, ezta?.....	31
8. argazkia. Antzezpenak.....	33
9. argazkia. Gure etxe barruan gaude.....	34
10. argazkia. Zein motatako zirkotik atera zaretela diozue? .....	39
11. argazkia. Ui, ui, ui, ui.... beldurra esan duzu?.....	45
12. argazkia. Zeinen politikak gauden! .....	51
13. argazkia. Piratak gara.....	56
14. argazkia. Zeinek erabaki du besoak mugitu behar ditugula? .....	59
15. argazkia. Ahalik eta espazio gutxien beteko dugu; gure gorputzaren bidez espazioaz jabetzen gara.....	67
16. argazkia. Badakizu nor naizen? Hegazkin paregabea.....	70
17. argazkia. Gorputzarekin esperimentatzen ari gara. ....	73
18. argazkia. Meditazioa eta erlaxazioa; horrela bai ondo! .....	74
19. argazkia. Egia esaten ari da?.....	76
20. argazkia. Zu zara nire txotxongiloa, nik mugituko dut haria .....	77
21. argazkia. Nola esango dizugu, ba, pozik gaudela?.....	93
22. argazkia. Nola kontatuko dizuet ba hori?.....	97
23. argazkia. Lurrean zer dagoela?????.....	100
24. argazkia. Ui, ui, ui, ui.... beldurra esan duzu?.....	104
25. argazkia. Pasatu agindua.....	112
26. argazkia. Hori bai aurpegia!.....	112
27. argazkia. Pasatu azkar mezua.....	113
28. argazkia. Hain gazte tabernan.....	114
29. argazkia. Eskolara goaz.....	114
30. argazkia. Hori bai keinu harroa!.....	115
31. argazkia. Gozatu masajeaz.....	115
32. argazkia. Ezetz asmatu zer naizen?.....	116
33. argazkia. A ze pareta!.....	116
34. argazkia. Goazen ibiltokira.....	117
35. argazkia. Hain txiki eta bakarrik gosaltzen!.....	117
36. argazkia. Athletic-en gola izango zen!.....	118
37. argazkia. A ze hotza!.....	118
38. argazkia. Bai zera, beroa!.....	118
39. argazkia. Bihotzaren bidez ulertzen gara.....	119
40. argazkia. Espazioan zehar agurtzen gara.....	120
41. argazkia. Sentimendu-aldaketak.....	120
42. argazkia. Hauek bai museoko eskulturak!.....	121
43. argazkia. Gelako zintzoa eta maltzurra.....	121



44. argazkia. Bat, bi, hiru... pitxerlean sartu diru!.....	122
45. argazkia. Hori bai irudimena.....	122
46. argazkia. Sekulako adierazkortasuna.....	122
47. argazkia. Nor da orkestrako zuzendaria?.....	123
48. argazkia. Mugitu, mugitu eta antzeztu.....	127
49. argazkia. Orain, pertsonaia hauekin eta zuekin istorioa asmatu behar dugu.....	132
50. argazkia. Jolas dramatikoan, materiala utzi espazioan zehar. ....	133
51. argazkia. Ez didazu ondo ulertzen? E, e... panpoxa?.....	134
52. argazkia. Irakaslea sartzen da ipuinean edo berak irakurtzen du ipuina. ....	136
53. argazkia. Antzezten... zer ari dira kontatzen?.....	137
54. argazkia. Txotxongiloak itzaletan.....	139
55. argazkia. Zer egiten ari naiz?.....	140
56. argazkia. Polita nago, ezta?.....	141
57. argazkia. Jarri bikoteka eta dantzatu!.....	171
58. argazkia. Bira, bira eta bira.....	172
59. argazkia. Hau festa! .....	175
60. argazkia. Hau eromena! .....	194
61. argazkia. A ze ikara!.....	207

## Irudien aurkibidea

1. irudia. "Komunikazioa eta gorputz-adierazpena" eduki multzoan garatu nahi diren gaitasunak.....	21
2. irudia. Dimentsio komunikatiboaren eduki orokorrak eta espezifikoak (Learreta, Sierra, eta Ruano, 2005: 80-81).....	99
3. irudia. Gorputz-irudiaren eredua (Sladen, 1994: orrialdea).....	102
4. irudia. Gaitasun adierazkorra. Arteaga, Viciano eta Conde (1997: 37).....	107

## Taulen aurkibidea

1. taula. Euskal Herrirako curriculumean proposatzen genituen gaitasunak eta edukiak, alderatuta (334. or.).....	55
2. taula. EHAA 2007ko azaroak 13, asteartea. 218 zk. Oinarrizko Hezkuntzako curriculumean agertzen diren edukiak eta ebaluatze-irizpideak, gorputz-adierazpenaren kasuan.....	58
3. taula. Euskal Herrirako curriculumean proposatzen genituen gaitasunak eta ebaluazio-irizpideak, alderatuta (339-340).....	60
4. taula. Oinarrizko Hezkuntzako (EHAAko dekretua) curriculumeko edukiak eta unibertsitateko programan agertzen direnak, alderatuta. ....	65
5. taula. Antzerkia eta dramatizazioa alderatzen. Ortiz Camacho, M. Mar (2002).....	130

---

6. taula. Quebec-en egokitzapena 1981:78 (Garcia Ruso, 1997: 89. or.).....	180
7. taula. Dantzaren dimentsioak. Batalha-k (1983) eta Xerez-ek (1992) jasotako sailkapena.....	181
8. taula. LOGSEtik euskaratutako 3. eduki multzoa.....	184
9. taula. LOEren 2. eduki multzoa: komunikazioa eta gorputz-adierazpena.....	185
10. taula. Ereduen aplikazioa ehunekotan, zikloaren arabera.....	188
11. taula. Dantza praktikatzeko oinarriko hiru osagaiak (Ortiz, 2002: 207).....	189



# 1. GORPUTZ-ADIERAZPENA ZER DA? KONTZEPTUA



4. ARGAZKIA. Ipuinaren bukaera karta-jolasen arabera erabakiko dugu.

Egileak: Maria Teresa Vizcarra eta Naroa Murua

# 1. GORPUTZ-ADIERAZPENA ZER DA? KONTZEPTUA

Egileak: Maria Teresa Vizcarra eta Naroa Murua

## 1.1. GORPUTZ-ADIERAZPENAREKIN HASI AURRETIK

Aurreko argitalpen batean esaten genuen (Vizcarra eta Macazaga, 2009) komenigarria litzatekeela ikasgai batekin hasi aurretik ikasleen ideiak eta aurreiritziak aztertzea. Beraz, Gorputz Adierazpenarekin hasi aurretik interesgarria litzateke jakitea zer dakien ikasleak gorputz-adierazpenari buruz. Coll-ek (1991) eta Perez Gomezek (1997) zera esaten dute: “Ikuspegi konstruktibista batek ez ditu bakarrik aztertzen ikasleek ikasi behar dituzten edukiak; irakasleak irakasten duen guztia ere begiratu behar da”. Zerbait irakatsi aurretik, ikasleek gai horri buruz dakitena aztertu behar da lehenengo; hau da, interesgarria litzateke ikasleek izan dituzten esperientziak eta bizipenak ezagutzea, eta hortik abiatzea. Aurrezagutzak bat-batean sortzen dira, eta nahiko finkoak dira (Perez Gomez, 1997); hala, nahiz eta aurkikuntza zientifikoaren aurka egon eta ezaguera zientifiko horiek izan, hainbat aurrezagutzak bizirik irauten du denbora luzean.

Gorputz-adierazpenarekin sartu aurretik, hainbat gai eztabaidatu behar ditugu: zer da ikasleentzat gorputz-adierazpena? Zein dira ikasleen usteak eta ezagupenak gorputz adierazpenari buruz? Zein bizipen dituzte? Landu dute noizbait? Egin dutena gustukoa izan da? Irakasle Eskolan bestelako eztabaidak ere izan beharko lirateke: zer den interesgarria ikasleekin lantzea gorputz-adierazpenari buruz ari garenean, zer ekidin behar dugun, nola jokatu lotsarekin, nola bultzatu behar den ikasleen partaidetza, komunikazio eta adierazpenaren aldetik zein onura lor daitezkeen, zer nolako balioak gara daitezkeen...

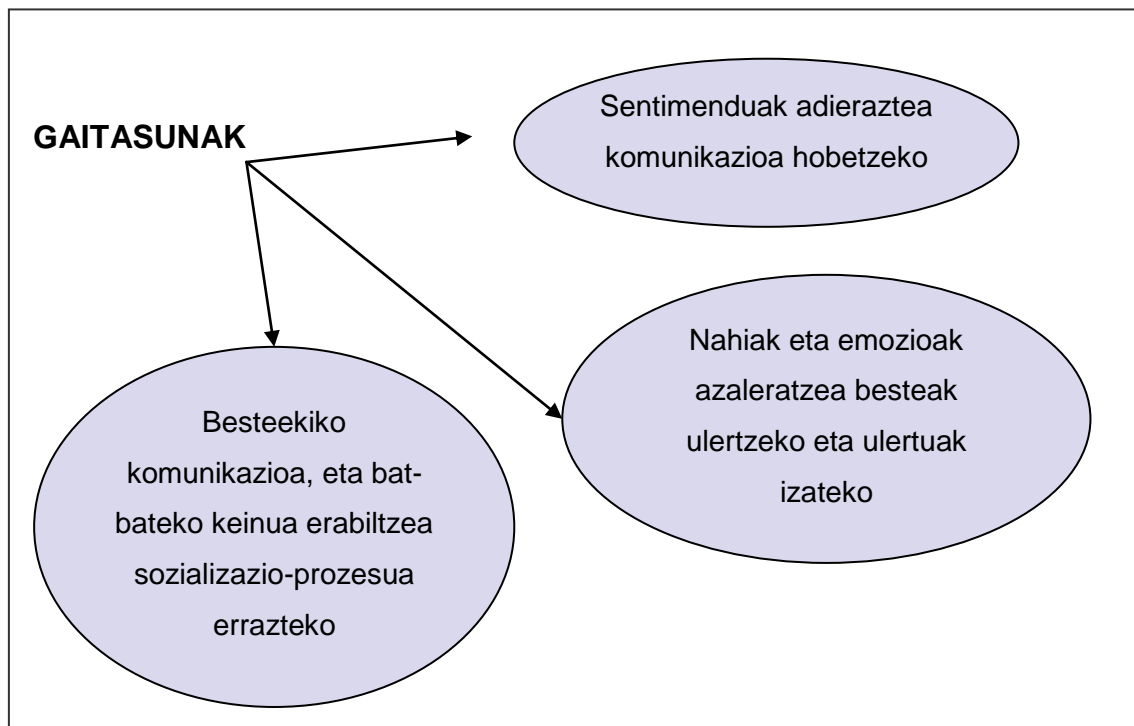
Ikasleen aurrezagutzak aztertzen ditugunean, has gaitezke ikasgaia lantzen; baina jaso ditugun erantzunen arabera modu batera edo bestera eramango dugu aurrera gure programa, ikasleen ikaskuntza autonomia bultzatu nahi baitugu. Gorputz-adierazpenarekin hasi aurretik umeen beharrak aztertu behar dira, irakaskuntza-ikaskuntza metodoak gainbegiratzuz eta eskola bakoitzaren errealitatea ikusiz. Hala ere, gure ustez, hainbat gai ikasle guztiekin landu behar dira era batean edo bestean; horregatik, edukiak lantzeko proposamen bat plazaratzen dugu testu honetan, baina edukiak aztertu aurretik, gorputz-adierazpenari buruzko gure ikuspegia azalduko dugu, jakiteko nola ulertzen dugun gorputz-adierazpena.

## **1.2. GORPUTZ-ADIERAZPENA ZER DA? KONTZEPTU HAU BERRIKUSTEN, HAINBAT AUTOREREN ESKUTIK**

Gaur egungo *gorputz-adierazpena* terminoak aldaketa bat baina gehiago izan du. *Gorputz-adierazpena* terminoa antzerkigintzan sortu zen; Jacques Copeau antzerki-zuzendari frantsesak (Sierra, 1998) erabili zuen lehen aldiz. Patricia Stokoe-k 1950ean erabili zuen berriro, baina ez da hori erabili den izen bakarra; beste termino edo modu batzuk ere jaso dira: gorputz-lana, mugimenduaren teknika eta adierazpena, mugimenduaren artea, gorputz-jarduera, gimnasia estetikoa, gimnasia adierazkorra, gimnasia organikoa...

Gorputz-adierazpena gorputzaren onarpenean oinarritzen da. Gorputzaren mugimendu-aukerak aztertzen dira egoerak, emozioak, ideiak, bizipenak, pentsamenduak, eta abar deskribatzeko eta, horretarako, gorputza komunikatzeko eta adierazteko tresna bihurtuko da, keinuak eta mugimenduak eginez; batzuetan hitza erabiliz, beste batzuetan, ordea, ez. Baliabide adierazkorrak erabiliz (keinuzkoak zein hitzezkoak) komunikatzeko eta adierazteko gaitasuna hobetuko dugu. Zerbait adierazten dugunean, gure nortasuna azaltzen dugu besteen aurrean; besteekin lan egiten dugu, eta nork bere burua finkatzen du. Gorputz-adierazpenaren bidez, gaitasun motorra hobetu daiteke, eta baita mugimenduaren balioespen estetikoa ere, baina ez da hori lehenbiziko helburua. Gure planteamenduak ez du bilatzen errendimendu

estetikoa; gorputzaren inguruko ikerketa bultzatu nahi du, esperimentazioa, eta ez errendimendu estetikoa; hain zuzen ere, parte-hartzea goستن du. Gure planteamenduak ikasle eta pertsona guztiak onartu nahi ditu mugimenduaren bidez komunikatzeko, estereotipoak alde batera utzita. Komunikazioa eta adierazpena osasunarekin eta autoestimua indartzearekin lotuta daude: nork bere buruarekiko ziurtasuna eskura dezan, besteekiko harreman egokiak izan ditzan eta sozializatzeko gaitasuna hobetu dezan. Planteamendu horren ildotik, ez da zaila hainbat autoreren lanak eskuratzea; hala nola, antzeko ideiak daude jasota honako lan hauetan: Camacho, 2002; Learreta, Sierra eta Ruano, 2005; López, Monjas eta Pérez, 2003.



1. irudia. "Komunikazioa eta gorputz-adierazpena" eduki multzoan garatu nahi diren gaitasunak.

Gorputz-adierazpenaren definizio bat ematea nahiko zaila da; izan ere, kontzeptua abstraktua da, eta era askotan ulertu izan da historian zehar. Sierrak (1996) dio gorputz-adierazpena dela gorputza erabiltzea, barneratzea, bilatzea eta onartzea, gorputza erabilia adierazten direlako emozioak, ideiak, pentsamenduak, sentipenak, sentimenduak eta bizipenak; era horretan, gauza guztien aurretik sormena jartzen dela dio. Bere ustez, barnean duguna adierazteko gorputzaz baliatzen gara, hau da, gorputzarekin keinuak,

mugimenduak, eta abar egiten ditugu barneko ideiak kanporatzeko; horregatik, triste gaudenean gure aurpegiak sentimendu hori islatzen du, eta pozik gaudenean ere adierazteari ematen dio garrantzia. Montesinosek (2004), berriz, komunikazioa goraiatzen du; bere ustez, gorputz-adierazpena da beste bati barnean duguna adieraztea, espazio- eta denbora-teknikak erabiliz. Bere ustez, gorputza erabiltzen dugu beste bati barnean duguna adierazteko, hau da, gure pentsamenduak, emozioak, sentimenduak, eta abar adierazteko; beraz, adierazpen horrekin oinarritzko kontzeptuak ulertzen ditugu, hain zuzen, gorputza, espazioa eta denbora. Learreta, Ruano eta Sierraren ustez (2006), gorputz-adierazpenak komunikazioarekin du zerikusia, gorputza erabiltzen delako zerbait komunikatzeko, azaleratzeko; eta horretarako, ezinbestekoa da sormena izatea. Gorputz-adierazpenak giza ahalmenei laguntzen die gaitasun sozialak garatzen direlako; ideiak, pentsamenduak, sentimenduak eta emozioak hobeto ulertzen direlako. “Gorputz-adierazpenak azaltzea lagungarria da ideiak adierazteko eta komunikatzeko ahalmena hobetzeko, komunikazioarekin eta sormenarekin zerikusia duten giza ahalmenak hobetzeko”.

Tomas Motos-ek (1983) gorputz-hizkuntzaren ideia aipatzen du, ingurune psikikoa ulertzen laguntzeko. Quintanak (1997) ere gorputz-hizkuntzaren kontzeptua aipatzen du; gorputza erabiliz hizkuntza bat sortzen dugula esaten du, eta gorputzaren mugimenduei esker komunikatzen garela. Marta Schinca-rentzat (2002), berriz, “gorputz-adierazpena da gorputza erabiliz hizkuntza propio bat aurkitzen laguntzen duen diziplina, pertsonen barneko prozesuak aztertze baliagarria”. Emozioak, ideiak, sentimenduak... antolatuta daude hizkuntza propio bat sortzeko eta, beraz, gorputza erabiliz egiten diren mugimendu edo keinu guztiak zerbait adierazi nahi delako sortzen dira. Introspekzioa egiteko baliagarria da.

Patricia Stokoek (1997) gorputz-adierazpenaren eta dantzaren arteko lotura egiten du, eta honako hau ulertzen du: “gizaki guztiak jaiotzez duten jarrera bat da; dantza moduan aztertuz gero, gizabanakoak dantzatzeko duen modua da”. Dantzarekiko jarrera bat agertzen da eta, horrela, pertsona bakoitzak barruan duena kanporatzen du; modu horretan, bere ustez, dantzaren bidez bakoitzak barruan duena ikus daiteke. Ideia horren alde egin



zuen aldez aurretik Rudolf Von Laban-ek (*in* Langlade eta Langlade, 1986): “Izaki osoa mugimendua da. Ekintza oro dantza da. Erritmoak gobernatzeko dituzten izakiak egiten dituen harreman natural guztiak. Dantzaren zentzuak ahalbidetzen du gertakizun naturalen naturaltasun erritmikoa argitasunarekin ikustea, erritmoa ordena artistiko eta kultural bihurtuta”. Von Labanek mugimendua deskribatzerakoan gorputza etengabe mugimenduan dagoela dio; adibidez, eskuak itxita besoak altxatzen baditugu pozik gaudela adieraziko dugu, eta besoak gurutzatzen baditugu haserre gaudela. Beraz, mugimenduak naturaltasunez egiten baditugu mugimendu artistikoak sortuko ditugu.

Horregatik, aurreko lanetan (Vizcarra 1994, 2007, 2009) esaten dugun gisan, gorputz-adierazpena modu desberdinetara landu daiteke: norbaiten aurrean zerbait komunikatzen dugunean, haurrak barnean duena aztertzen dugunean, barnean duguna adierazten dugunean, mugimendu zehatz bat ikasten dugunean, erritmo bat errepikatu edo sortzen dugunean...

### **1.3. GORPUTZ-ADIERAZPENEN KOKAPEN HISTORIKOA**

Aztertu dugu jada gorputz-adierazpena nola definitu ohi den, baina bere jatorria bilatu behar dugu orain. Gaur egun ezagutzen dugun gorputz-adierazpenak 1968ko maiatzaren 20an jatorria (aurrerago aipatuko dugu), baina gorputzaren erabilera adierazgarria ez da XX. mendekoa; Sierraren ustez (2007) gizakia bezain zaharra da, betidanik ezagutzen baititugu dantza tribalak. Dantzak, musikak eta antzerkiak ekintzak edo emozioak adierazten dituzte, mugimenduaren bidez edo ahotsaren bidez. Badirudi, historiaurrean, gizakia hitzen bitartez komunikatu baino lehen keinuen bidez komunikatzen zela, edo baita irudi piktografikoen bidez ere. Sierrak (2007) jaso du lehenengo adierazpenek jardura fisiko gisa dantzetan zutela oinarria; hain zuzen ere, errituarekin zerikusia zuten dantza magikoetan (uzta hobetzeko, gerrak irabazteko edo oparotasuna lortzeko erabiltzen ziren dantza tribalak). Sierrak, Popplow-engandik jasota, esaten du dantzak Neolitotik Brontze Arora pasatu zirela esanahi berriekin, funtzio sozial bat betetzeko asmoz.



##### 5. argazkia. Nor zarela esan duzu?

Edozein modutan, dantzak, musikak eta antzerkigintzak zibilizazio guztien interesa piztu dute; hala ikusten da historia gainbegiratzen bada, erreferentziak agertzen baitira Egiptoko kulturaren, Mesopotamiakoan, Indiakoan, Txinakoan, Kretakoan, Greziakoan, Etruriakoan, Erromakoan, Germaniakoan, kultura hebrearren, eta zeltan, besteak beste.

Garai modernoetan eta Per Henrik Ling-en gimnasia estetikoaren eskutik (Langlade eta Langlade, 1986), XIX. mendean ariketa fisikoa eta gimnastika ulertzeko beste modu bat hasiko da Alemaniako eskolan. Gaur egungo gorputz-adierazpena mugimendu gimnastiko estetiko horietan oinarritzen da. Horri jarraitu zioten Jacques Dalcroze-k musika- eta erritmo-irakaskuntzarekin, Rudolf Bode-k gimnasia adierazkorrarekin, Rudolf Von Labanek ikosaedroarekin dantzan, eta Isadora Duncan-ek dantza naturalarekin.

1910ean Jacques Dalcrozek musika-irakaskuntza emateko eskola bat sortu zuen; bere metodoa irakasten zuen erritmo eta mugimenduaren bidez, eta

hiru elementu nagusi azpimarratzen zituen: erritmoa, solfeoa eta inprobisazioa. Dalcrozeren ekarpena iraultzailea izan zen, pertsonak mugitzeko eta erritmo bat jarraitzeko zuen ahalmenean oinarritzen baitzen garapen musikala. Dalcrozek sortutako eskola horretan ikasi zuen Rudolf Bodek, eta 1911n bere eskola sortu zuen Munichen; gimnasia erritmikoa irakasten zuen. 1922an “Bode Liga” sortu zuen heziketa erritmikoa bultzatzeko eta beste lurralde batzuetara hedatzeko. 1935ean nekazarietzako heziketa fisikoa prestatu zuen eta, horren bidez azpimarratu zuen ariketa gimnastikoak ez zirela emakumeentzat soilik eta gizonezkoak ere adierazteko gai zirela. Rudolf Von Labanek mugimendua ulertu nahi zuen bere dimentsio guztietan; balletean aditua eta koreografoa zen, eta dantzaren teknika berriak sortu zituen. Era horretan, mugimenduaren espazioko norabide guztiak deskribatu zituen ikoesaedroarekin, espazioko armoniaren legea sortuz (Langlade eta Langlade, 1986: 75).

Dantzaren teknika eta filosofia berri nahi zituen Isadora Duncan, Noverre eta Delsarteren ideiak jarraituz dantza eta adierazpen librearen ideia bultzatu zuen; akademizismoaren kontra agertu zen. 1950ean, Patricia Stokoe “gorputz-ekintza” irakasten hasi zen Buenos Airesen. Ikasgai horrek eduki hezitzailea zuen eta dantza, gimnasia edo antzerkia soilik izatetik balio hezitzailea edukitzera pasatu zen. Stokoek dantza-eskola bat sortu zuen eta, ikusi zuenean klaseetara emakumeak soilik joaten zirela, izena aldatu zion, ekintzatik adierazpenera.

Dantza, antzerkigintza, eta abar lantzen XX. mendearen hasieran hasi ziren arren, gaur egun ezagutzen dugun gorputz-adierazpena 1968ko Maiatzeko iraultzaren ondorioz sortu zen. Iraultza horrek aldaketa handiak ekarri zituen kulturaren arlo guztietan, artean, musikan eta baita gorputz-adierazpenean ere. 60ko hamarkadan gorputzaren adierazpen librea garrantzia hartzen hasi zen korrante gisa, Frantziako Maiatzaren ideologia gisa. Horrekin batera, gorputza bere askatasun sexualarekin ulertzen zen, eta horrek bat egiten zuen bat-bateko komunikazioarekin, gorputzarekiko arreta eta entzumenarekin; gorputza errealitate sozial bat zen. Gorputz-adierazpena ariketa fisikoa egiteko aukera bihurtu zen; hasieran kirolaren teknizismoen kontra egin zuen, baina ez zuen arlo guztietan abegi ona izan, kritika handiak

jaso baitzuten. Gorputz-adierazpenak kirola kritikatzeko zuten, gizarte kapitalisten printzipioei salbidea zegoela esanez; eta hala, kirolak lehia bultzatzen zuten produkzioan gertatzen zen bezala, mugimendu honek lehiaketa gizartearen zerbitzutara jarrita dagoela. Gaur egun, hezkuntza-curriculumean aldatu da gorputz-adierazpenaren esanahia, ez da kirolaren kontra agertzen; biak gorputzaren adierazpen ezberdintzat hartzen dira. Gorputz-adierazpena bat-bateko komunikazioan oinarritzen da, teknika eta mugitzeko eredu asko landuz; horien artean, dantza, adierazkortasuna, psikomotrizitatea, mimoa, antzerkigintza, eta abar; mugimendua gorputzaren bidez komunikazioa bultzatzeko tresna bihurtzen da, sormena eta inprobisazioa bultzatuz.



6. argazkia. Dantzatu behar bada... dantzatuko dugu.

#### 1.4. GORPUTZ-ADIERAZPENA. GAUR EGUNGO KORRONTEAK

Sierraren ustez (1998), gorputz-adierazpenak izan behar ditu justifikazio eta lan egiteko modu propioak. Gorputz-adierazpena gorputz-hezkuntzako eduki bat da eta ezaugarri hauek ditu: gorputzaren kontzientzia, gorputza

onartzea, barneratzea eta erabiltzea bere dimentsio osoan, eta aukera guztiak erabiliz. Gorputzaren bidez adierazi behar ditugu bizipenak, emozioak, pentsamenduak, ideiak, sentazioak eta sentimenak, beti ere sormena erabilia.

Sierrak (1998) dioen gisan, gorputz-adierazpenak bi adiera ditu:

- Lehenengoa. Biologiarekin eta portaera sozialarekin du zerikusia; estimulu baten aurrean sentimenduak adierazten ditu, gogoaldatea azalduz. Komunikazioa eta adierazpena lotuta daude bere izatearekin. Ikuspegi antropologiko batetik jasotzen da gorputz-adierazpena.
- Bigarrena. Gorputza ikuspegi artistiko batetik ikusten da, eta imitazio, sormen edo adierazkortasunarekin lotuta dago kontzeptu hori. Modu horretan, gorputzarekin teknika batzuk birproduzitu, adierazi, imitatu, edo birsortzen dira mugimendu artistikoaren bidez. Adiera hori borondatezkoa da; aurrekoa, aldiz, biologikoa edo naturalagoa.

Autore horren ustez, bi adiera horiek fusionatu behar dira gorputz-adierazpenaren curriculum horretan: lehenengoa, umearen biologiarekin zerikusia duelako eta, bigarrena, adiera artistiko eta nahitakoarekin zerikusia duelako. Heziketako eremutik aterata, gorputz-adierazpena erabili izan da beste helburu batzuk betetzeko ere; Romerok (2005) aipatzen duenez, gaur egungo gorputz-adierazpena, bete nahi duen helburuaren arabera, izan daiteke:

- Gorputz-adierazpen eszenikoa gertatzen da publiko baten aurrean mezu bat komunikatzen denean; koreografia bat izan daiteke edo antzezpen bat.
- Gorputz-adierazpen terapeutikoa: askotan, terapia psikoanalitikoarekin lotuta, norberak barruan dituen gatazkak eta frustrazioak kanporatzeko erabiltzen da, edo norberaren barruan gertatzen dena azaltzeko; metodo introspektiboekin lotuta dago.
- Gorputz-adierazpen metafisikoa izan daiteke espiritualtasuna balioesten denean, korrante orientalistekin lotuta, suprafisikoa den guztia lortzeko asmoz.

Honako sailkapen honetan oinarritzen da Contreras (1998: 241), gorputz-adierazpenaren inguruko joerak sailkatzeko:

- Joera terapeutikoa. Nork bere gorputza ezagutzean datza besteen gorputzekiko harremanak sortzea. Tentsio-egoerak ezagutu eta kontrolatzen dira. Modu horretan, gorputz-bilgune guztiak ezagutzea lortuko da, oldarkortasuna eta beste zenbait jarrera hobetzea lortuz. Keinuek eta mugimenduek duten adierazpen propioa bermatzea lortuko dugu. Talde dinamikaren bidez, pertsonen arteko komunikazioa hobea izango da lotsa eta beldurrak aldentuz eta besteenganako ezagutza lortuz. Eutoniaren bidez, gorputzaren kanpoaldea zein barrualdea ezagutzea lortuko da, muskulu-tonu egokia erabiliz.
- Joera eszenikoa. Antzerkigintza eta dantzaren bidez, trebetasun handia eta gorputzarekiko kontrol handia lor daiteke. Antzezpenak lantzen dira zehaztasun eta aberastasun handiagoa lortzeko. Hizkuntza menderatzea eta lasaitzea lortu behar da, behar den momentuan arnasketa kontrolatuz eta eutsiz. Gorputz-adierazpena baliagarria da irakaskuntza-prozesuan gorputzaren hizkuntza ezagutzeko.
- Joera pedagogikoa. Mugimendu honen sortzaileak izan dira antzerkia eta dantza berritzeko prozesuan parte hartu duten pertsonak. Psikomotrizitateak gorputzaren kontzientzia bermatu du, ikusmolde berri bat eraikiz gorputz-eskema, pertzepzioa eta sormena hitzak garatzen hasi direnean. Beraz, psikomotrizitateak gimnastikak ematen ez zituen komunikazio- eta sorkuntza-elementuak eman zizkion gorputz-adierazpenari.

Errealitate motorra, soziala, kognitiboa eta komunikatiboa joera guztietan oinarritzen dela dio Contrerasek. Gorputz-adierazpenaren bidez, norberaren gorputza eta besteena protagonista bihurtzen dugu, arretaren zentroa.

Gorputz-adierazpenaren bidez, umeak esperientzia ugari bizitzeko aukera izango du; era berean, gorputz-teknika batzuk ezagutzeko eta ikasteko baliagarria izango da, baina gaitasun hezigarri handiak ditu, edonola ere. Norberaren ezagutza hobetuko da eta kode sinbolikoak eta konbentzionalak ezagutzeko aukera areagotuko da.

## **1.5. GORPUTZ ADIERAZPENA IKASGAIA LANTZEKO EDUKIEN PROPOSAMEN BAT**

Gorputz Adierazpena ikasgai dugun programa laburbilduko dugu puntu honetan, eta gure abiapuntua izango da testuan zehar. Sailkapen hau Fuentesek (1992) egindako proposamen batean oinarrituta dago eta, ikasgai erabili ondoren, gure ukitu propioa hartu du. Afektibitatea agerian jarriz gero, adierazpen-gaitasuna aberastu egiten da. Irakaslearen funtzioa, zalantzarik gabe, konplexua izango da; haurrak estimulatzeko gai izan behar du, haiek beren erantzunak aurki ditzaten; horretarako, adorea eman, proposamen berriak sortu, beharrezkoa balitz proposamenak gidatu... egin beharko ditu irakasleak, baina alde aurretik zehaztutako mugimenduak inposatu gabe. Helburua ez da haurrari egun osoan bere kasa jolasten uztea, estimulazio-gabeziak etengabe inposatzeak bezainbeste hertsatuko bailuke haurra; eta horren harira dakarkigu gure edukien proposamena.

### **1.5.1. Gorputza, ezagutzeko tresna**

Gorputzaren bidez nor bere "gorputza ezagutzea eta kontrolatzea" lortu nahi da, gorputza nahi dugun bezala erabiltzeko. Baina, gorputzaren bidez, besteen aurrean agertzea ere lor daiteke, "bestea ezagutzea"; ezagutuko ditugu bestearen ahotsa, jarrera, jokabideak, bere mugak eta ahalmenak. Bakoitzak hizkuntza propioa dugu, gure pertsonalitatearen adierazlea baita. Gorputza arakatuz eta mugitzeko aukerak eta mugak aztertuz sortzen dira antzezpena, imitazioa, mugimendu sortaileak, eta abar. Espazioa betetzeak balio adierazgarria izan dezake. Ikasleak bere autokontzeptua hobetu behar du, eta hori lortuko du bere sentimenduak, emozioak eta adierazkortasuna ulertzen baditu. Bere burua hobeto ulertuko du gorputza ezagutzen badu, eta gorputz-

irudia hobeto finkatuko du. Premiak, sentimenduak eta emozioak islatzeko ispilua da umearentzat bere gorputza. Wallon-en ustez, atsekabea, poza, harridura, eta abar era somatikoan adierazten dira; umearentzat, munduan dagoela adierazteko modu bat besterik ez da. Gorputz-adierazpeneko esperientziak ugari eta askotarikoak dira, eta baliagarriak gorputza, ingurunea eta besteekiko harremanak hobetzeko (Lleixá, 2000). Beraz, honako eduki hauek proposatzen ditugu:

- Nork bere burua ezagutzea:
  - norberaren gorputzaren mugimendu-aukerak eta mugak aztertzea eta ezagutzea
  - gorputz-adarren kokapena eta mugimendua ezagutzea eta kontzientzia hartzea
  - ispiluak erabiltzea gorputza, mugimendua, keinua, eta objektuak berrezagutzeko eta imitazioak egiteko
- Nork bere burua ezagutzea, bestea ezagutzea eta, bestearen mugimenduaren bitartez, norberaren mugimendua egokitzea:
  - nork bere mugimenduen aukerak eta mugak, bestearen mugimenduak eta aukerak
  - bestearen mugimenduaz ohartu, bestearen gorputz-adarren mugimendua ezagutu eta, era berean, norberarena
  - nork bere mugimendua bestearen mugimenduaren arabera egokitu
- “Espazioa eta objektuak”; espazioa ezagutzea eta espazioaren arabera mugimendua doitzea:
  - espazioaz jabetzea
  - espazioan orientatzea
  - ibilbideak eta norantzak ezagutzea
  - lekukotasuna, orientazioa eta espazio adierazgarria ezagutzea
  - espazio baten barruan mugitzeko aukerak eta mugak ezagutzea
  - norberaren mugimendua egokitzea espazio baten barruan, eta oztopo batzuen arabera orientatzea



- espazioak eraikitzea: espazioak sortzen laguntzea (espazio kooperatiboa bilatzea)



7. argazkia. Gure sudurrak politak dira, ezta?

### 1.5.2. Gorputza, komunikaziorako tresna

Barneko eta kanpoko munduarekin harremanetan jarri behar dugu, besteekin komunikatu behar dugu, eta keinuaren erabilera menderatzea ezinbesteko bihur daiteke horrelako kasuetan. Hitzezko mintzaira garrantzitsua bada ere, gorputz-hizkuntzak garrantzi handia hartzen du. Interesgarria da keinua eta adierazpena aztertzea, eta horren inguruan ikertzea adierazpide berriak bilatuz, pertsonen arteko komunikazioa eta ulermena hobetu ahal izateko. Komunikazioa, Lleixá-ren ustez (2000), zerbaiten adierazpen hutsa izan daiteke; halere, sarritan, adierazpen horrekin zeinuak eta esanahiak agertzen dira, eta horrek gure ikasleek beren artean harremanak izatea eta komunikatzea ahalbidetuko du.

- Hitzeko komunikazioa erabiltzea, keinuari eta mugimenduari laguntzeko.
- Keinuaren azterketa.
- Gorputz-jarreraren azterketa.
- Hitzekoa ez den komunikazioa (orokorra zein atalkakoa), adierazteko hainbat elementu aztertu :
  - sentimenduen adierazpena
  - sentipenen adierazpena
  - hitzari laguntzen dion keinuaren azterketa
  - irudiak
  - ideiak
  - ...
- Sentimenduak eta sentipenak aztertu; agurtzeko modua.

### **1.5.3. Dramatizazioa: komunikazioa hobetzeko eta ideiak adierazteko tresna**

Besteekin harremanetan jarriko da gorputz-baliabideak erabilia; baliabide horiek lotsa gainditzen lagunduko diote eta bere mugimendu-aukerak aberasten. Besteekin batera lan egingo du istorioak sortzeko eta taldeen arteko ideiak komunikatzeko. Gorputzak eta mugimenduak eskaintzen dizkioten baliabide adierazkorrak erabiliko ditu sentsazioak, ideiak eta gogo-egoerak komunikatzeko, eta baita gorputzaren mezuak ulertzeko ere. Bide batez, ikuskizunaz eta antzezpenaz gozatuko du, eta sormena garatuko du jantziak eta antzeztokiak prestatzen. Dramatizazioarekin sormena garatzen dugu; jardura sortzaileen bitartez, haurrak aurea hartzea eta irtenbideak bilatzeko irudimena erabiltzea bultzatuko dugu. Irudimenak errealetatik gero eta urrunago dauden ekintzetara eramango gaitu. Jolas dramatikoan, haurrak pertsonaia, animalia edo objektu bihurtzen dira; ohikoa ez duen mundu batean sartzen da, esperientzia berriak bizitzeko; haurra berez sartzen da errealitatearen eta fantasiaren arteko muga oso ondo bereizirik ez duen mundu horretan. Jolas dramatikoan, hainbat adierazpen modu biltzen dira.



8. argazkia. Antzezpenak.

Ahozko adierazpena, keinu bidezkoa, soinu bidezkoa, musika-adierazpena, adierazpen plastikoa, eta abar; eta horiek jardueraren hainbat unetan ager daitezke. Hala, jolas dramatikoak hezkuntza-globalizazioaren elementu garrantzitsu bilakatzen da, adierazpen modu desberdinen arteko lotura bat delako. Jolas dramatikoak gauzatzeko, abiapuntutzat poesia bat, irudi bat, ipuin bat edo abesti bat har dezakegu. Jolas dramatikoak honako baldintza hauek bete behar ditu: haurarentzat esanahia izango du, haren ohiko bizitzarekin lotura duen zerbait delako; umearentzat erakargarria izan behar du eta, horretarako, lotura eduki behar du bere interesekin; eta segurtasun-sentipena eman behar dio.

- Pertsonaia bat imitatu, haren ezaugarriak adieraziz.
- Pertsonaia batzuen ezaugarriak aukeratu eta erabili.
- Objektuak baliatuz, gorputzaren dimentsio adierazkorra aztertu.
- Istorio dramatikoak egin.
- Ipuinak, ipuin motorrak.

- Bizitzako egoerak imitatu.
- Ipuin motorrak.
- Antzerkigintzako teknikak ezagutu (itzal txinatarrak, mimoa, txotxongiloak, eta abar).
- Bikoizketa tailerrak.
- ...



9. argazkia. Gure etxe barruan gaude.

#### 1.5.4. Dantzak

Gaitasun adierazkorrek garatu ditugu, sentimenduen, sentipenen, ideien eta pentsamenduen adierazpenaren bitartez; sormena eta gaitasun sortzaileak, mugimenduak, ipuinak eta taldeko egoera berriak sortzearen bitartez. Gaitasun erritmikoei ere eutsi behar genien eta, horretarako, gaitasun erritmikoak eta dantzak garatzea proposatu dugu, erritmoak errepikatuz edo sortuz, gaitasun komunikatiboak dantza baten barruan landuz; taldeko dantzak sortzea sustatu nahi dugu, hainbat estilo nahastuz eta kultura ezberdinetako dantzak ezagutuz.

- Dantza librea gauzak adierazteko tresna gisa erabiltzea.
- Espazio-denbora egiturak jasotzea eta horren inguruan ikertzea: euskal dantzak eta beste kulturetako dantza tradizionalak.
- Taldeko koreografia errazak (distantziak, espazioa, bestearen mugimenduaren arabera mugimendua egokitzea, eta abar).
- Bestearen mugimendua kontuan izanda, ordena, iraupena eta erritmo-egiturak lantzea.
- Dantzako teknika errazak ezagutzea.
- Erritmoa lantzea.
- Abesti dantzatuak.

Hala ere, badaude gorputz-adierazpeneko edukiak antolatzeko beste era batzuk; Sanchez, Coteron, Padilla, Llopis eta Montavez (2008) autoreek, esaterako, honako hauek direla diote gorputz-adierazpenaren dimentsioak: adierazkortasuna, komunikazioa, sormena eta estetika.

## 1.6. BIBLIOGRAFIA

- Camacho Ortiz, M. M. (2002). *Expresión Corporal: Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Granada: Grupo editorial universitario.
- Coll, C. (1991). *Aprendizaje escolar y construcción del conocimiento*, Bartzelona: Paidós .
- Contreras, O. (1998). *Didáctica de la Educación Física: un enfoque constructivista*. Bartzelona: INDE
- Fernández López, M. D. eta Frade Martín, J. F. (2009). *La Comunicación No Verbal y la Expresión Corporal en la Formación Permanente del Profesorado. Aproximación Teórica y Desarrollo Práctico*,. [http://feadef.iespana.es/almeria/comunicaciones/AT3/C3\\_14.doc](http://feadef.iespana.es/almeria/comunicaciones/AT3/C3_14.doc) (azken kontsulta-eguna: 2009-04-07).
- Fuentes, A. L. (1992). Heziketa Fisikoa Lizentziaturako *Gorputz Adierazpena* ikasgaiaren apunteak (IVEF/SHEE) (argitaratu gabeko material polikopiatua), , Gasteiz: Eusko Jaurlaritzza,.

- Gardoqui, M.L. eta Sierra, M. A. (1994). "Conceptualización y Tratamiento de la Expresión Corporal como materia de la Educación Física en las Facultades de Educación y de Formación del Profesorado", In Romero, S. (koord.): *Actas del XII Congreso Nacional de Educación Física en las escuelas de magisterio*, Sevilla.
- Jaques-Dalcroze, E. (1986). *La Rythme, la musique et l'éducation*, Fostich, 1965. <http://www.ritmica.tuportal.com/> (azken kontsulta-eguna: 2009-04-13).
- Langlade, A. eta Langlade, N. R. (1986). *Teoría general de la gimnasia.*, Buenos Aires: Stadium
- Langlade, A. eta Langlade, N. R. (1991). *Teoría general de la gimnasia*, Buenos Aires: Stadium
- [http://books.google.es/books?id=z0QNVew7Fd8C&pg=PA88&lpg=PA88&dq=RUDOLF+BODE&source=web&ots=CwibArwWZK&sig=voDbOqNx6eev6m6xv8Gc48yneb8&hl=es&sa=X&oi=book\\_result&resnum=5&ct=result](http://books.google.es/books?id=z0QNVew7Fd8C&pg=PA88&lpg=PA88&dq=RUDOLF+BODE&source=web&ots=CwibArwWZK&sig=voDbOqNx6eev6m6xv8Gc48yneb8&hl=es&sa=X&oi=book_result&resnum=5&ct=result)
- Learreta, B., Ruano, K. eta Sierra, M. A. (2006). *Didáctica de la Expresión Corporal. Talleres Monográficos*. Bartzelona: INDE.
- Learreta, B., Ruano, K. eta Sierra, M. A. (2005). *Los Contenidos de la Expresión Corporal*. Bartzelona: INDE.
- Lleixá, T. (2000). *Haur Hezkuntza 0tik 6 urtera*, Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitateko Argitalpen Zerbitzua. [Itzulpenaren koordinatzailea: Xabier Etxaniz. Jatorrizko izenburua: *Educación Infantil de 0 a 6 años*, Paidotribo, Bartzelona, 1998].
- López, V. M., Monjas, R. eta Pérez, D. (2003). *Buscando alternativas a la forma de entender la educación física escolar*, Bartzelona: INDE.
- Mehl, E. (1962) Sobre la historia del concepto de la gimnasia. *Revista Citius, Altius, Fortius*, IV. lib., 2. faszikulua,
- Montesinos, D. (2004). *La Expresión Corporal: su Enseñanza por el Método Natural Evolutivo*, Bartzelona: INDE.
- Motos, T. (1983). *Iniciación a la expresión corporal*, Bartzelona: Humanitas.
- Pérez Gomez, A.I. (1997). Socialización Profesional del futuro Maestro Docente en la cultura de la Institución Escolar, *Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 29. zk. , 125-140.

- Pérez Gómez, A.I. (1999). La Escuela Educativa en la aldea global. *Cuadernos de pedagogía*, 286. zk. 88-96.
- Piernavieja, M. (1960). Francisco Amorós, el primer gimnasiarca español., *Citius, Altius, Fortius*. II. lib., 3. faszikulua.
- Quintana, A. (1997). *Ritmo y Educación Física: de la Condición Física a la Expresión Corporal*, Madril: Gymnos.
- Romero Martin, M. R. (2005). *Los Contenidos de La Expresión Corporal*, Zaragozako Unibertsitatea.  
[Http://cprcalat.educa.aragon.es/jornadasef/los.htm](http://cprcalat.educa.aragon.es/jornadasef/los.htm) 2009-04-1
- Ruano, M. T.: *La Influencia De La Expresión Corporal Sobre Las Emociones: Un Estudio Experimental*, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF-UPM), 2004.  
[http://oa.upm.es/451/01/KIKI\\_RUANO\\_ARRIAGA.pdf](http://oa.upm.es/451/01/KIKI_RUANO_ARRIAGA.pdf) (2009-04-13).
- Sanchez, G., Coteron, J., Padilla, C., Llopis, A. eta Montavez, M. (2008). La expresión corporal en el marco del espacio europeo de educación superior, un proyecto de consolidación. In G. Sánchez, et al. (koord.) *El movimiento expresivo* (17-45 or.) Salamanca: Amarú.
- Schinca, M: *Psicomotricidad, ritmo y expresión corporal*, Escuela Española, Madril, 1989.
- Schinca, M. (2002). *La Expresión Corporal (Técnica y Expresión del Movimiento)*, Madril: Escuela Española.
- Sierra Zamorano, M. A. (1996). La Expresión Corporal desde una doble perspectiva: la de un alumno y la de un profesor. In Pastor Pradillo (koord.): *Actas del III congreso nacional de educación física de facultades de educación y XIV de escuelas universitarias de magisterio*, Guadalajara: Alcalako Unibertsitatea.
- Sierra Zamorano, M. A. (1997). La expresión corporal como contenido de Educación Física Escolar. *Revista electrónica Askesis*, 1.
- Sierra Zamorano, M. A. (1998). *La Expresión Corporal como Contenido de la Educación Física Escolar*, Madrileko Unibertsitate Konplutentsea: Facultad De Educación.  
<http://cdeporte.rediris.es/biblioteca/patio/patio/askesis/sierra1.htm> 2009-04-13

- Stokoe, P. (1987). *Expresión corporal, arte, salud, educación*. Buenos Aires: Humanitas.
- Tanzarchiv, E. V. (2006), *Colección Rudolf Von Laban*. <http://www.tanzarchiv-leipzig.de/?q=es/node/693&PHPSESSID=5a095b95a6f87f3309b322367ebc8be1> (2009-04-13).
- Vázquez, B. (1999). *La educación física en la educación básica*. Madrid: Gymnos.
- Vizcarra, M.T. (1994). *Heziketa Fisikoko Irakaslearen Titulazioko Gorputz Adierazpena ikasgaiaren apunteak*, (argitaratu gabeko material polikopiatua), Gasteiz: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Vizcarra, M. T. (2007). *Garapen Psikomotorra Haur Hezkuntzan (0-6 urte)*, Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Vizcarra, M. T. eta Macazaga, A. M. (2009). *Gorputz Hezkuntza eta bere didaktika I*. Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.





## 2. GORPUTZ-ADIERAZPENAREN

TRATAERA

LOE

LEGEAREN

ARABERA



10. argakia. Zein motatako zirkotik atera zaretela diozue?

Egilea: Maria Teresa Vizcarra Morales



## **2. GORPUTZ-ADIERAZPENAREN TRATAERA LOE LEGEAREN ARABERA**

Egilea: Maria Teresa Vizcarra Morales

### **2.1. SARRERA**

LOE legea publikatu behar zenean, irakasle-mintegi bat osatu genuen, Ana Macazaga dinamizatzailer zela, Lehen Hezkuntzako eta Bigarren Hezkuntzako irakasleek, Unibertsitateko Irakasleen Eskolako irakasleek, eta gorputz-heziketako ikuskatzaile batek. Dokumentu horren osaketa bultzatzen zuten EHIGE, SAREAN, BIHE eta Eusko Jaurlaritza erakundeek. Guk proposatu genuen testutik 2007ko azaroaren 13an argitaratu zen dekretura alde handia dago; testuaren zati bat gure dokumentuan oinarritzen da, baina testu osoak ez du zerikusirik gurearekin; batoren atzean dagoen filosofiak ez du zerikusirik bestearenarekin. Gure proposamena egin eta gero, estatu-mailan (MECen, Hezkuntza eta Zientzia Ministerioan) egiten den Minimoen Dekretua argitaratu zuten, eta horrek markatu zuen Euskal Autonomia Erkidegoan egiten zen dekretua; edo hala uste dugu behintzat. Gure hasierako proposamena aurrerakoia zela uste dugu eta, horregatik, azterketa hau egiteko Dekretuan oinarrituko bagara ere, tarteka gure proposamenaren zatitxo batzuk agertuko dira, edo Euskal Curriculumaren (Ikastolen Elkartek eta Kristau Eskolak egindakoa) ikuspegia jasotzen saiatuko gara.

Argitaratu den lege horren gaitasunak aztertzerakoan, atzera begiratu behar dugu. LOGSE legeak bost gaitasun<sup>1</sup> edo ahalmen garatu behar zirela zioen: ezaguerazkoa, motorra, soziala, afektuzkoa eta komunikaziozkoa.

LOE legea prestatzen ari zirela, honako gaitasun<sup>2</sup> hauek garatu behar zirela esaten zen EHIGE, SAREAN eta BIHEren dokumentuan:

1. Pertsonaren banakako mailan:
  - a. gaitasun kognitiboak
  - b. afektiboak
  - c. sentsorialak eta motorrak
2. Komunitate-espazioaren mailan, konpetentziak honako esparru hauetara daude lotuta:
  - a. komunikazioa
  - b. gizarteratzea
  - c. ekintzaile izatea

Modu horretan, esparru sentsoriala eta motorra definitzerakoan, zera esaten dute (Euskal Herrirako curriculumaren gaitasunak, 70. or.): “garapen fisikoari zein osasunari lotutako gaitasunak, gorputz-koordinazioa, trebetasun eragile finak, orientazioa, gorputz-dosifikazioa, denbora zein espazio antolaketa...”. Bi kasuetan, esparru motorra oinarrizko gaitasunen artean agertzen da. Dekretua argitaratu zenean (2007ko azaroak 13ko EHAA, 218. zk., eta horren gehigarria), giza dimentsioak motorra, kognitiboa, komunikatiboa, soziala, afektiboa eta konatiboa direla esaten zen, eta hala gelditu zen jasota Eskola Kontseiluen topaketan ere (2009: 23-24); baina Dekretuaren 7. artikuluan, oinarrizko hezkuntza-gaitasunak definitzerakoan, honako hauek direla esaten dute:

- a) zientzia-, teknologia- eta osasun-kulturarako gaitasuna
- b) ikasten ikasteko gaitasuna
- c) matematikarako gaitasuna
- d) hizkuntza-komunikaziorako gaitasuna

<sup>1</sup> LOGSE legearekin, gaitasunak ahalmen gisa ulertzen ziren, piztu behar ziren dohain gisa.

<sup>2</sup> LOE legean, gaitasunak konpetentzia gisa ulertzen dira; gaitasun aplikatua, gai izatea zerbait zehatza egiteko.

- e) informazioa tratatzeko eta teknologia digitala erabiltzeko gaitasuna
- f) gizarterako eta herritartasunerako gaitasuna
- g) giza eta arte-hezkuntzarako gaitasuna
- h) norberaren autonomiarako eta ekimenerako gaitasuna

Gure ustez, gaitasun horien artean dimentsio motorra ahaztu da. Gure arloa horietako batzuen artean agertzen dela pentsa daiteke, osasunezko dimentsio bat duelako, pertsona gizarteratzeko baliagarria delako, gorputz-hizkuntza eta komunikazioa bultzatzen duelako, dantza artearekin elkar daitekeelako eta, gure arlotik, etengabe, norberaren autonomia bultzatzen ari garelako. Baina dimentsio motorra eta gorputzekoa galdu egin dira, besteak beste. Gure ikuspegitik, gorputzaren kulturarentzat eta gorputz-hezkuntzako arloarentzat sekulako galera dakar horrek, eta hori Madrilgo dekretuaren ondorioa dela uste dugu.

Euskal Curriculumean, berriz, beste planteamendu bat agertzen da: hezkuntza ez da ulertzen zatituta, gaitasunak integralak dira, diziplinartekoak; gaitasunak komunak dira hezkuntzako arlo guztietan, eta hezkuntza-arloak definitu eta gurutzatu egiten dira horiekin (Euskal Curriculum, 31. or.).

1. Pentsatzen eta ikasten ikasi:
  - 1.1. Informazioaren interpretazioa: ulermenean oinarritu pentsamendua
  - 1.2. Informazioa sortzea: pentsamendu sortzailea
  - 1.3. Informazioaren ebaluazioa: pentsamendu kritikoa
  - 1.4. Erabakiak hartzea
  - 1.5. Arazoak konpontzea
  - 1.6. Baliabide kognitiboen erabilera
2. Komunikatzen ikasi:
  - 2.1. Ahozko hizkuntza
  - 2.2. Idatzizko hizkuntza
  - 2.3. Beste hizkuntza batzuk
  - 2.4. Gizarte komunikabideen baliabideak
  - 2.5. Informazio eta komunikazioa teknologiak
  - 2.6. Kontzientzia sozio-komunikatiboa
3. Elkarrekin bizitzen ikasi:
  - 3.1. Pertsonen arteko harremana
  - 3.2. Parte-hartze demokratikoa
  - 3.3. Elkarlana eta talde-lana

- 3.4. Gizarte-bizikidetzarako arauak
- 3.5. Aniztasuna (generoa eta kultur aniztasuna)
- 3.6. Arazoak konpontzea
4. Norbera izaten ikasi:
  - 4.1. Gorpuztasuna
  - 4.2. Norberaren kontrola eta oreka emozionala
  - 4.3. Nork bere buruaren estimua
  - 4.4. Sentsibilitate estetikoa
  - 4.5. Integrazio pertsonala
5. Egiten eta ekiten ikasi:
  - 5.1. Fase analitikoa: informazioa hartzea eta gordetzea
  - 5.2. Sortze fasea: ideia berriak eta konponbideak lantzea
  - 5.3. Berritze fasea: ideiak gauzatzea
  - 5.4. Ebaluazio fasea: inpaktuaren ebaluazioa
  - 5.5. Ekite-prozesuaren aplikazioa

Gaitasun horiek diziplina guztietako arloetan garatu behar dira, eta arloen proposamena honako hau da: (1) hizkuntzak eta literatura (2) matematika (3) teknologia (4) musika eta dantza (5) plastika (6) soin-hezkuntza (7) gizarte-zientziak (8) mundu-ikuskerak eta erlijioak (9) natur zientziak eta osasun-zientziak (10) tutoretza eta orientazioak. Modu horretan, hezkuntzako arlo guztiek garrantzi berdina jasotzen dute.

## *2.2. LOE LEGEA ETA GORPUTZ-ADIERAZPENA EUSKAL AUTONOMIA ERKIDEGOAN*

Gure taldean sortu zen hasierako planteamenduaren filosofia islatuta dago 2006ko azaroan argitaratutako dokumentuan (Euskal Eskola Publikoaren curriculum). Dokumentu hori, Euskal Curriculum eta LOE legea erabili dira Euskal Autonomia Erkidegoko hezkuntza-dekretua egiteko. Gure dokumentuan (hortik hasiko bainaiz), azkar egindako dokumentua izan arren, hausnarketa sakona egin genuen.



11. argazkia. Ui, ui, ui, ui.... beldurra esan duzu?

Honako ahapaldi hauetan dago jasota testu hartan aipatzen genuena. Komeni da ulertzea guretzat zer den gorputz-adierazpena, beste hausnarketa batzuk egin aurretik. Honela zioen testuak:

“Tradizionalki, gorputz-heziketaren arloan gorputz afektibo-emozionala alboratu egin da eta makina-gorputzak aurrea hartu dio alde emozionalari. Gorputza objektutzat hartu izan da, ikuspuntu mekanizista batetik landu da, emozioetatik aldentuta. Emozioak ez ditugu edukitzat hartu, ezta gaitasun gisa ere eta, horregatik, Gorputz Hezkuntzako curriculumaren edukietatik at utzi ditugu. Horixe konpondu nahi genuen proposatzen genuen *Gorputz Adierazpena eta Komunikazioa* izeneko edukien bloke horrekin. LOGSE legearen 3. eduki multzoa gorputz-adierazpenean oinarritzen da. Gaitzesgarria litzateke emozioak ezagutza-gorputz itxi eta objektibo batera mugatzea; emozioak beti pertsonen bizitzetan daude, eta aldatu egiten dira bizitzan zehar (Castañer eta Camerino, 2004).

XXI. mendeko gizartean makina-gorputza dugulakoan bizi gara, eta gorputz garela ahaztu egiten dugu, sozializazio-prozesuen



emaitza izanda. Irakasle eta ikasle askok zailtasunak izan dituzte beren emozioak onartzeko, eta barne-munduaren ezagutza-bide gisa erabiltzeko; are gehiago, jendearen aurrean emozioak adierazteko, eta baita kanpoko mundua (bestea eta besteak) gorputza ezagutzeko tresna gisa erabiltzeko ere.

Guztiok dakigu ondo baino hobeto gaur egungo hezkuntza emozionalak zer nolako garrantzia duen. Motrizitatea, gorpuztasuna eta emozioa beti hor daudenez, gorputz-adierazpen moduak bizitza osoan zehar lan daitezke. Adierazpen-trebetasunak ez du iraungitze-datarik. Gorputza eta mugimendua espresioaren adierazgarriak izango dira, mundu elkarreragilearen, komunikatiboaren eta sozialaren euskarri gisa, pertsonen emozioak kudeatuz. Horregatik, ezinbestekoa da, ez soilik gorputz-adierazpenari buruz irakurtzea eta hitz egitea, baizik eta baita gorputz-adierazpena bizitzea, eta duen ahalmen eta plastikotasun handia aplikatzea ere (Castañer eta Camerino, 2004).

*Gorputz Adierazpena eta Komunikazioa* izeneko blokeari eusteak eta irakaskuntza-proposamenak egiteak xede nagusi bat du: hain zuzen ere, ikasleek emozioak kudeatzen ikastea, beren barne- eta kanpo-munduaren gain jardun dezaten, gorputzaren hizkuntza jokoan jarrita, eta gainerakoen gorputz-hizkuntzarekin elkarreraginean (komunikazioa).

Pertzepzioa eta adierazpena erabat loturik daude gorpuztasun-eremuari dagokionez. Edozein mugimendu edo keinu eginez gero, aldi berean, hauteman egiten dugu. Izan ere, adierazpen-mugimendua bera sortzea pertzepziozko esperientziaren eta mugimendu-esperientziaren funtsean oinarritzen da; pertsonak zentzumen-, zinetesia-, ikusmen-, entzumen- eta ukimen-aferente eta abar anitzen bidez bizitzeko aukera duen unetik gertatzen da hori, eta maila filogenetiko batean zaindu egiten dira jaiotzen garen unetik beretik.

Lehen Hezkuntzatik hasita, gaitasunen artean:

- Mugimendu-aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta norberari egokitzeke.
- Gorputz-hizkuntzaren bidez pertsonen arteko komunikazioa erabiltzea, eskola-komunitatean integrazioa bultzatuko duten gizarte-trebetasunak eskuratzeko (baliabide nagusien artean, musikarekin edota musikarik gabeko laguntza- eta lankidetzajolasak).
- Gorputzaren alfabetoa erabiltzea, mugimenduak besteek uler ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko; tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igortzea —mimika, dantza eta dramatizazioa— egongo litzateke.

Edukiei dagokionez, eta Lehen Hezkuntzaren barruan jarraituta:

- Kontzeptuzkoen artean aipatu behar dira:
  - a. gorputza, keinua, emozioa eta mugimendua, espresiorako eta komunikaziorako tresna diren moduan
  - b. keinu-hizkuntzaren eta mugimenduaren zein beste hizkuntza batzuen arteko harremana, eta mezuak eta ideiak besteengana eramateko eta besteekin bateratzeko antzezpena
- Prozedurazkoetan nabarmenduko genituzke:
  - a. gorputzak dituen adierazpen-baliabideak miatzeaz eta erabiltzeaz gain, sinbolizazioa eta kodifikazioa mugimenduaren bidez
  - b. planteatutako egoera berriei gorputz-erantzunak eman eta asmatzea eta, baita ere, dramatizazio eta dantza-baliabideen bidez ideiak igortzea besteei mezuak helarazteko eta besteekin mezuak bateratzeko (emozioak adieraztea, itzalen antzerkia, txotxongiloak, ipuinak, istorioak, mimoa, dantzak...)

- Jarrerazkoetan:
  - a. pertsona bakoitzaren nahiz besteen adierazpen-mugekiko errespetua eta, aldi berean, adierazpen-ariketak egitean gozatzea; bestetik, azpimarratu behar da adierazkortasun- eta komunikazio-aukera desberdinak errespetatzea, aniztasuna onartuta.

Ebaluazio-irizpide eta gaitasunaren arteko harremanetan, aipatzekoak dira aurretik lehenengo gaitasunean adierazi dena bizitzea, eta identifikatzea bere emozioak zein sententzioak, hitzez adierazten dituen edota sentitzen duena adierazten duen, hizkuntzaren edota mugimendu propioen bidez. Bigarren gaitasunarekin, aldiz, honako hau aukeratu dugu horien artean: lankidetzaren moduan erlazionatzen da adiskideekin, keinuen eta mugimenduaren bidez sententzioak, emozioak eta mezuak adierazita eta, hirugarren gaitasunarekiko, ideiak eta pentsamenduak besteei adierazten dizkie, irudizko testuinguruan, benetakoan edota sinbolikoan, gorputz-alfabetoak eskaintzen dizkion baliabideak erabilia, seriotasun osoarekin eta inibiziorik gabe.

Bigarren Hezkuntzan badira aurretik errepikatzen diren gaitasun batzuk, baina baita berriak ere. Errepikatzen den gaitasunetako bat honako hau da: lehenengo gaitasunari dagokionez, mugimendu-aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta norberari egokitzeko. Bestalde, eguneroko bizitzan gorputz-hizkuntza erabilia, garrantzia ematen diote pertsonen arteko komunikazioa erabiltzeari, egunerokotasunean komunitate-integrazioa bultzatuko duten giza trebetasunak eskuratzea errazteko —laguntza eta lankidetzaren jolasak—. Hirugarren gaitasuna gorputzaren alfabetoa erabiltzeari dagokio, mugimenduak besteek uler ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igorritako: mimika, dantza eta dramatizazioa. Azkenik, keinu propioen bidez sormena sustatzea bultzatzen da, sormen-baliabide propioekin topatzeak sortzen duen

ongizatea eta plazerra deskubritzeko —dantzak, banakako zein taldekako antzezpenak—.

Edukien artean, bloke bakoitzetik honako hauek azpimarratuko ditugu:

- Kontzeptuzkoen artean:
  - a. Adierazpena gorputzaren eta jarreraren bidez, gorputzaren baliabide adierazgarriak, gorputz-hizkuntzaren eta mugimenduaren baliabideak eta espresio-, komunikazio- eta sortze-aukerak.
  - b. Mezuak eta ideiak besteengana eramateko eta besteekin bateratzeko, antzezpena eta norberaren eta taldearen sormena —mimoa, dramatizazioa eta dantza— azpimarratuko genituzke.
- Prozeduretan, berriz, pertsonak dituen mugak kontuan izanda, norbere adierazpen-baliabideak ikertzea eta horietan sakontzea, keinuen agerpena eta sentimenduen zein arimaren egoeraren agerpena; baita sormen pertsonala suspertzea ere, norberaren adierazpenaren eta besteekiko harremanen bidez.
- Jarrerazkoetan, Lehen Hezkuntzakoak agertzeaz gain, azpimarratuko genituzke gorputzak izan ditzakeen adierazpen-aukerak ezagutzea, emozio propioekiko eta besteekiko errespetua, eta norberak dituen desberdintasunak onartzea eta gainerakoek adierazpen espresiboak errespetatzea.

Ebaluazio-irizpideek islatzen duten elkarrekotasuna adierazten saiatuko gara; horretarako, gaitasun bakoitza eta dagozkion ideiak ordena berean eta hurrenez hurren aipatuko ditugu. Lehengo gaitasuna da bizipena eta emozioak zein sententzioak identifikatzea, hizkuntzaren edota mugimendu propioen bidez adieraziz. Bigarren gaitasuna, gorputzaren adierazpen-baliabideak erabiltzea ideiak eta sentimenduak komunikatzeko, edota lankidetzan moduan erlazionatzea adiskideekin, keinuen eta mugimenduaren bidez sententzioak, emozioak eta mezuak adierazita. Hirugarren gaitasuna, ideiak eta pentsamenduak besteei

adieraztea, irudizko testuinguruan, benetakoan edota sinbolikoan, gorputz-alfabetoak eskaintzen dizkion baliabideak erabilia seriotasun osoarekin eta inhibiziorik gabe. Azkenik, jarrera irekia izatea nabarmenduko genuke ikaslearen nortasunarekin bat egiten duten adierazpen modu berriak aurkitzeko”.

Dekretuak dioenez, helburu hezitzaileekin ongizate pertsonala bilatzen da. Jarduera fisikoaren inguruan sortzen diren pertsonen arteko harremanek hainbat balio barneratzea eragiten dute; besteak beste, errespetua, besteen onarpena, edo lankidetzeta.

Gorputzak eta mugimendu-jarduerek dituzten adierazpen-aukerek gorputz-hizkuntzaren sormena indartzen dute; zehazki, pertsonen arteko harremanak leuntzen dituzten sentimenduak eta emozioak. Era horretan, Gorputz Heziketako curriculumean “gorputz-adierazpena eta komunikazioa” da bigarren eduki multzoa; horren barruan sartu dituzte, gorputz-hizkuntzaren bitartez, adierazkortasuna, mugimendua, eta komunikazioa sustatuko dituzten edukiak. Ikasleak gorputz-adierazpena erabiltzen badu, emozioak, sentsazioak eta sentimenduak adieraziko ditu edozein mugimendu egiten duenean eta, batez ere, gainerakoekin harremanetan jarri nahi duenean edo komunikatu nahi duenean.

Curriculumean gorputz-adierazpenak komunikatzeko duen ahalmena azpimarratzen da eta, era berean, sentimenduak, ideiek, gorputz-hizkuntzak, gorputz-soinuak, hitzik gabeko mintzairak, adierazpen sortzaileak eta dramatizazioak ematen dituzten aukerak. LOGSE legean gorputz-adierazpena agertzen da, baina eduki horiek eta ikaslearen afektibitatea eta adierazpena gehiago landu behar direla adierazten da Dekretuan, elementu horiek autoestimarekin harreman zuzena dutelako. Gorputzaren erabilerarekiko irizpide kritikoa heztea interesgarria litzatekeela azpimarratzen da Dekretuan.

Euskal Curriculumean, gorputz-adierazpenari ez zaio garrantzi handiegirik ematen Soin Hezkuntzako curriculumean; nork bere buruaren ezagutzan, sentipenak ezagutzeari buruz zerbait agertzen da, baita

lateralitatearen eta koordinazioaren inguruan ere, baina komunikatzeko eta adierazteko gaitasunari buruz deus ez da agertzen. Gure ikuspegitik, arestian aipatu dugun gorputzaren erabilera mekanizista horretara itzultzen da curriculum-planteamendu hori. Sentipenak, emozioak, gorputz-tonua eta jarrera, eta komunikazioa taldeko joko edo jolasen barruan soilik ulertzen dira; ez diote izaera propiorik ematen adieraztea plazerra izateko.



12. argazkia. Zeinen politak gauden!

### 2.2.1. Gorputz-adierazpenaren inguruan LOEn agertzen diren gaitasunak

Gure proposamenean, gorputz-adierazpenari funtzio komunikatibo eta adierazkor bat ematen genion, ulertzen genuelako mugimendua bizi egin behar dela, sentitu, umeak mugimendua erabiliko duela emozioak, sentimenduak eta sententzioak ezagutzeko, baina baita besteekin harremanetan jartzeko eta ideiak trukatzeko ere, hau da, komunikatzeko. Gorputzaren ezagutza hobetuko da gorputz-irudia finkatuz, eta modu horretan ulertu behar dira bestearekiko

harremana eta espazioarekin dugun harremana. Honako gaitasun hauek proposatzen genituen:

1. gaitasuna. Mugimendu-aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta norberari egokitzeke.
2. gaitasuna. Gorputz-hizkuntzaren bidez pertsonen arteko komunikazioa erabiltzea, eskola-komunitatean integrazioa bultzatuko duten gizarte-trebetasunak eskuratzeko. Baliabide nagusien artean, musikarekin edota musikarik gabeko laguntza-eta lankidetzajolasak lantzea.
3. gaitasuna. Gorputzaren alfabetoa erabiltzea, mugimenduak besteek uler ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez kanpotik proposatutako ideiak igorri. Baliabideen artean leudeke mimika, dantza eta dramatizazioa.
4. gaitasuna. Sormena sustatzea keinu propioen bidez, sormen-baliabide propioekin topatzeak sortzen duen ongizateaz eta plazerraz jabetzeko. Horretarako, sormen-mugimendua garatu behar da, dantzen eta banakako zein taldeko antzezpenen bidez.

LOE legeko helburuen atalean gaitasunak edo konpetentziak agertzen dira. Konpetentzia edo gaitasun bakoitzean helburua dago eta, gainera, erabilera bat ematen zaio helburu horri; helburu horrek zentzua du pertsonaren bizipenetan. Zortzi gaitasun agertzen dira Dekretuan baina, gorputz-adierazpenari dagokionez, honako hauek interesatzen zaizkigu:

- Norberaren gorputzaren hautemate- eta mugimendu-aukerak aztertzea eta gauzatzea, nor bere buruan arreta jartzeko eta konfiantza hartzeko; horrela, norbera ongi sentitzea onuragarria izango da osasunerako.
- Gorputzaren eta mugimenduaren adierazpen-baliabideak estetikoki eta sormenez erabiliz, gauzak aurkitzea eta adieraztea; horrela, norberaren mugimenduen bidez, horiek sentitu, bizi, onartu eta pertsonalizatu egingo dira.

- Euskal dantzak ezagutzea eta gizarteratzea, euskal kulturaren balioak aintzat hartzeko.

Bi dokumentuak ikusi ondoren, esan dezakegu norberaren pertzepzioa eta ezagutza oso garrantzitsuak direla nork bere buruarengan konfiantza izateko, baina konfiantza hori besteak onartzetik datorrela; horretarako, sentipenak eta sentimenduak garatu behar dira, nola adierazten dugun eta besteengan duen eraginaz jabetzeko. Norberaren ezagutza, bestearen ezagutza, eta inguruan duen espazioaren ezagutza ezinbestekoak dira. Baina ezagutza horretan komunikazio-baliabideak ezagutzea ere ezinbestekoa da; gorputzaren hizkuntza ulertu behar da mintzaira ulertu behar den moduan, gehienetan, gure hitzek zentzua dutelako soilik gorputz-hizkuntzak laguntzen dienean. Komunikazio erak, hizkuntzak, elkarrizketak ezagutu behar ditu umeak (eta azken hori ahaztu egin da Dekretuan: komunikazioa eta bere balioa). Baliabide estetikoa berreskuratu da, dantzen eta dramatizazioen bidez berreskura daitekeena, erritmoa kontuan hartuz ala hartu gabe, istorioak sortuz eta asmatuz barnekoa adierazteko. Dantzen artean euskal dantzak soilik agertzen dira; baina munduko dantza guztiak landu beharko liritekeela uste dugu eta, baita dantza-estilo guztiak ere (klasikoa, modernoa, jazz-a, gaur egungo estilo hiritarrak, brakedance-a, eta abar); hala nola, dantza librea.

### **2.2.2. Gorputz-adierazpenaren edukiak eta ebaluatze-irizpideak zikloka, LOE legearen arabera**

Gure proposamenean ezagutzazko, prozedurazko eta jarrerazko edukiak azpimarratzen ziren, baina zikloz ziklo banatu gabe. Dekretuan, berriz, zikloka agertzen da, esan gabe ezagutzazkoa, prozedurazkoa edo jarrerazkoa den.

Gure ustez, gorputz-adierazpena eta komunikazioaren bidez, neska-mutilek oreka emozionala, segurtasuna eta beren buruenganako konfiantza lortzen dute garapen afektibo-emozionalarekin. Eduki multzo horrek emozioak eta sentimenduak esploratzeko aukera emango dio ikasleari, eta baita horiek adierazteko moduak ezagutzeko aukera ere. Besteekin modu aberatsagoan



komunikatzeko baliabideak eskuratuko ditu, keinua, emozioa eta mugimendua adierazteko tresna bihurtuta. Kodifikatutako gorputz-erantzunak eskatuko ditu eta, era berean, ikasleei testuinguru jakin batean dauden istorioak eta ideia laburrak kontatzeko eskatuko die. Proposatu genituen edukiek gaitasunekin harremana zuten, eta baliagarriak eta lagungarriak izango dira unitate didaktikoak egin nahi baditugu:

Gaitasunak	Ezagutzazko edukiak	Prozedurazko edukiak	Jarrerazko edukiak
1. Gaitasuna. Mugimendu-aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko, eta norberari egokitzeak.	- Gorputza, keinua, emozioa eta mugimendua, adierazpenerako eta komunikaziorako tresna. - Erritmo pertsonal propioa eta emozioak, dinamika adierazkor-komunikatiboa oinarri gisa. - Denbora, espazioa eta erritmoa erabiltzea besteekin eta inguruarekin harremanak izateko.	- Gorputzak dituen adierazpen-baliabideak esploratzea eta erabiltzea. - Barneko eta kanpoko gorputz-erritmoa ikertzea eta horretaz jabetzea. - Keinuen, sentimenduen zein arima-egoeraren adierazpena. - Mugimenduaren intentsitate ezberdinak ikertzea. - Pertsonak dituen mugak kontuan izanda, norbere baliabide espresiboak ikertzea eta horietan sakontzea. - Arnasketarekin eta erlaxazioarekin barne-espazio ezagutzeko saiakerak. - Espazioa erabiltzea: norabideak, ibilbideak, zabaltasuna, leku-aldaketa linealak. - Intentsitate ezberdinak eta barne-erritmoak.	- Adierazkortasuna eta komunikazio-aukera desberdinak errespetatzea, aniztasuna onartuz. - Adierazpen-ariketak egiterakoan gozatzea. - Nork bere buruarekiko segurtasuna eta konfiantza, autonomia. - Gorputzak izan ditzakeen adierazteko aukerak onartzea. - Nork bere irudia onartzea.
2. Gaitasuna. Gorputzaren alfabetoa erabili, mugimenduak	- Keinua-hizkuntzaren eta mugimenduaren zein beste hizkuntza	- Sinbolizazioa eta kodifikazioa, mugimenduen bidez,	- Emozio propioekiko eta besteekiko errespetua.

<p>besteek uler ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igorrita. Baliabideen artean leudeke mimika, dantza eta dramatizazioa.</p>	<p>batzuen arteko harremana.</p> <p>-. Gorputz-hizkuntzaren eta mugimenduaren baliabideak eta adierazpen-, komunikazio- eta sortze-aukerak.</p> <p>-. Besteen mezuak entzutea, haiei arreta jartzea, eta horiei ematen diegun erantzunak.</p> <p>-Adierazteko sormena eta emozioak.</p>	<p>planteatutako egoera berri guztiei emandako eta asmatutako erantzunak.</p> <p>-. Keinuen eta sentimenduen adierazpena.</p>	<p>-. Adierazpeneko mugimendu-jardueretan parte hartzea, besteei laguntzeko eta besteekin elkarlanean aritzeko jarrera izanda.</p>
<p>3. Gaitasuna. Gorputz-hizkuntzaren bidez pertsonen arteko komunikazioa erabili, eskola-komunitatean integrazioa bultzatuko duten gizarte-trebetasunak eskuratzeko. Baliabide nagusien artean, musikarekin edota musikarik gabeko laguntza eta lankidetzajolasak landu.</p>	<p>-. Mezuak eta ideiak besteengana eramateko eta besteekin bateratzeko antzezpenak.</p>	<p>- Dramatizazio eta dantza-baliabideen bidez ideiak, besteei mezuak igortzeko eta besteekin mezuak bateratzeko (emozioen adierazpena, itzalen antzerkiak, txotxongiloak, ipuinak, istorioak, txotxongilo biziak, mimoa, bikoizketa-lantegiak, dantzak...).</p>	<p>- Inhibizio eza, berezkotasuna, plastikotasuna, sormena.</p> <p>- Pertsona bakoitzaren adierazpen-mugekiko errespetua.</p>
<p>4.- Gaitasuna. Sormena sustatzea keinu propioen bidez, sormen-baliabide propioekin topatzeak sortzen duen ongizatea eta plazerra deskubritzeko. Horretarako, sormen-mugimendua garatu behar da, dantzen eta banakako zein taldeko antzezpenen bidez.</p>	<p>-. Dantzak, gizarte zein kultur elementu gisa.</p> <p>-. Dantzak, kultura eta tradizioak helarazteko.</p>	<p>-. Birsormeneko eta sormeneko dantzak, bai banaka bai taldeka.</p> <p>-. Dantza tradizionalak eta herrikoiak.</p> <p>-. Sormen pertsonalaren estimulazioa, norberaren espresioa eta besteena harremanetan jarrita.</p>	<p>-. Taldean parte hartzea, partekatutako helburuak lortzeko.</p>

**1. taula. Euskal Herrirako curriculumean proposatzen genituen gaitasunak eta edukiak alderatuta (334. or.)**



13. argazkia. Piratak gara.

Dekretuan edukiak zikloz ziklo banatuta eta multzoka agertzen dira, eta ebaluatze-irizpideak era berean agertzen dira; honako taula honetan jaso dugu gorputz-adierazpenari dagokiona:

Zikloak	Edukiak	Ebaluatze-irizpideak
1. zikloa	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputzaren eta mugimenduaren adierazpen-aukeren araketa eta erabilera.</li> <li>- Mugimenduen sinkronizazioak, taupaden eta erritmo-egitura errazen bidez.</li> <li>- Euskal dantzen oinarrizko pausoak eta mugimenduak.</li> <li>- Gorputzaren, keinuen eta mugimenduen bidez emozioak eta sentimenduak adieraztea.</li> <li>- Pertsonaiak, egoerak eta objektuen imitazioak.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hainbat modutan mugitzea era koordinatu batean eta espazioan zehar.</li> <li>- Ea egokitzen dituen gorputz-mugimenduak espazio- eta denbora-baldintzen arabera, hau da: iraupena, erritmoa, mugimendu-ordena, norabideak, orientazioak...</li> <li>- <b>Gorputzaren bidez edo tresnekin erritmo-egitura bat erreproduzitzea.</b></li> <li>- Ea erreproduzitzen dituen, mugimenduen bidez, hainbat erritmo.</li> <li>- Ea egiten dituen euskal kulturako eta beste kultura batzuetako mugimendu errazak.</li> <li>- Ea erreproduzitzen dituen erritmoak</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Objektuen eta materialen bidez, norberaren gorputzaren bidezko adierazpenak adierazteko gehitzen diren aukerak.</li> <li>- Gorputzaren bidezko komunikazioa eskatzen duten egoeretan parte hartzea eta adierazteko modu ezberdinekiko errespetua.</li> <li>- Gorputzaren barne- eta kanpo-erritmoak ikertzea.</li> </ul>	<p>instrumentuekin eta ikaskideek egindako mugimendu-sekuentziekin.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gorputzaren eta mugimenduaren bitartez, pertsonaiak eta egoerak sinbolizatzea eta, zeregin horretan, naturaltasunez eta erraztasunez jardutea.</b></li> <li>- Ea adierazten duen sentitzen duena hizkuntzaren edota mugimenduaren bitartez.</li> <li>- Ea antzezten dituen pertsonaiak gorputz-adierazpeneko oinarritzko teknikak aplikatuz.</li> <li>- Ea erabiltzen dituen gorputzaren adierazpen-baliabideak sentimenduak adierazteko.</li> <li>- Ea interesik, naturaltasunik eta sormenik ageri duen gorputz-adierazpeneko jardueretan.</li> </ul>
2. zikloa	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputza eta mugimendua adierazpen- eta komunikazio-tresna.</li> <li>- Mugimendua espazio- eta denbora-egituren arabera egokituz euskal dantzak, beste kulturetako dantzak eta koreografia errazak.</li> <li>- Gorputzaren, keinuen eta mugimenduen bidezko emozioen eta sentimenduen adierazpenak.</li> <li>- Pertsona errealak eta fikziozkoak antzezteko testuingurua sortzea. Objektuen eta materialen aukerak aztertzea. Komunikazio eta adierazpenari gustua hartzea eta gozatzea.</li> <li>- Adierazpen modu ezberdinak balioestea.</li> <li>- Barne-erritmoa eta kanpokoa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Erritmo-egitura errazak proposatzea eta gorputzarekin edo instrumentuekin erreproduzitzea.</b></li> <li>- Ea egiten dituen euskal kulturako eta beste kulturetako dantza errazak.</li> <li>- Ea asmatzen dituen hainbat erritmo instrumentuak erabiliz, eta ea erreproduzitzen dituen horiek gorputzaren bidez (lekualdaketak eginez, saltoka, kolpeka, kulunka, biraka).</li> <li>- Ea asmatzen dituen hainbat erritmo gorputzaren bidez, eta ea erreproduzitzen dituen horiek perkusio-instrumentuak erabiliz.</li> <li>- <b>Gorputzaren baliabideak erabiltzea eta taldean inplikatzeko, ideiak eta sentimenduak komunikatzeko eta pertsonaiak eta istorioak (benetakoak ala asmatutakoak) antzezteko.</b></li> <li>- Ea garatzen dituen mugimenduen naturaltasuna eta sormena.</li> <li>- Ea sortzen dituen emozioak adierazteko bide berriak, norberaren gorputzaren adierazkortasunaz baliatuz.</li> <li>- Ea erabiltzen dituen gorputzaren adierazpen-baliabideak, sentimenduak eta ideiak komunikatzeko.</li> <li>- Ea interpretatzen dituen ahoz, ikaskideek gorputzaren eta mugimenduen bidez adierazitako mezuak.</li> <li>- Ea jarduten duen ikaskideekin lankidetzan, eta erregulatzen dituen emozioak.</li> <li>- Ea kontaktzen dituen istorio laburrak (benetakoak eta asmatutakoak) edo ea antzezten dituen</li> </ul>

		<p>personaiak gorputz-adierazpeneko oinarritzko teknikak aplikatuz, eta ea konbinatzen dituen zenbait elementu horretarako (espazioa, denbora, intentsitatea...) adierazpena lantzean.</p> <p>- Ea hartzen duen parte tokiko euskal tradizioetan (dantzak, inauteriak...)</p>
3. zikloa	<p>- Gorputza eta mugimendua. Gorputz-hizkuntzen aukerak eta baliabideak (aztertu eta kontzientzia hartu).</p> <p>- Musika- eta erritmo-estimuluak oinarri hartuta, mugimenduak osatzea. Dantza eta koreografia errazak.</p> <p>- Gorputzaren, keinuen eta mugimenduen bidez, norbanakoaren eta taldeen emozioak eta sentimenduen adierazpena eta komunikazioa.</p> <p>- Antzespen eta inprobisazio artistikoak, gorputz-hizkuntzarekin eta objektu nahiz materialen laguntzaz.</p> <p>- Gorputzaren adierazpen- eta komunikazio-erabilerak.</p> <p>- Gorputzaren bidez, komunikazio beharra dagoen egoeretan parte-hartzea eta errespetua.</p> <p>- Gorputzaren barne- eta kanpo-erritmoak.</p>	<p><b>- Taldeko konposizioak egitea, ikaskideekin elkarrekintzan; horretarako, musikazko, plastikazko, edo hitzezko estimuluak hartuko dira oinarri eta, horrez gain, gorputz-adierazpeneko baliabideak erabiliko dira.</b></p> <p>- Ea egiten dituen taldean musika eta koreografia txikiak.</p> <p>- Ea egiten dituen euskal kulturako eta beste kultura batzuetako dantza errazak.</p> <p>- Ea komunikatzen dituen istorio txikiak (benetakoak edo asmatutakoak), gorputz-adierazpeneko oinarritzko teknikak aplikatuz.</p> <p>- Ea adierazpen-elementuak lasaitasunez, naturaltasunez eta estiloarekin transmititzen dituen.</p>

**2. taula. EHAA, 2007ko azaroak 13, asteartea, 218. zk. Oinarritzko Hezkuntzaren curriculumean agertzen diren edukiak eta ebaluatze-irizpideak gorputz-adierazpenaren kasuan.**

Ikusten dugunez, Dekretuan 1. zikloan erritmoa ulertzen da ikasitako erritmo zehatz bat errepikatze gisa, baina ez dute eskatzen erritmoak sortzerik edo erritmoekin jolasterik. Dantzekin gauza bera gertatzen da; ikasitako dantzak soilik errepikatu behar dituzte, irudimenari eta sormenari toki gutxi utziz. Nire ustez, gure programazioetan sormenari leku handiagoa egin behar diogu. Adierazpenaren ikuspuntutik aztertzen da dramatizazioa, eta ez da ulertzen komunikazio-ekintza gisa; hori da hobetu beharreko bigarren alderdia. Oro har, adierazpena besteen aurrean egitekotzat hartzen da testu honetan, eta alde batera gelditzen dira nork bere emozioak sentitzea, aztertzea, nork bere

burua ezagutzea... Hori da gure programazioetan garatu behar den hirugarren alderdia.



**14. argazkia. Zeinek erabaki du besoak mugitu behar ditugula?**

Gure proposamenean ebaluatze-irizpideak azpimarratu genituenean, garbi genuen ebaluaketa ez dela izan behar ikasleak sailkatzeko eta etiketatzeko tresna, baizik eta ikasleek dituzten esperientziak bultzatzen lagundu nahi duen zerbait. Ikasleei beren gaitasunak onartzen lagunduko dien zerbait izan behar da, eta edozein kasutan, laguntza eskaini beharko die. Ikasle bakoitzak eboluzio-erritmo bat du, eta ebaluatze-irizpideek jarraitu beharreko bidea markatuko diote, ez besterik. Gaitasun bakoitzerako ebaluazio-irizpide batzuk markatu genituen; honako lauki honetan agertzen dira:

Gaitasunak	Ebaluazio-irizpideak
1. Gaitasuna. Mugimendu-aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko, eta norberari egokitzeko.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Emozioak, sentsazioak, mugimendu eta hizkuntza propioen bidez adieraztea.</li> <li>- Adierazten du sentitzen duena.</li> <li>- Emozioen eta sentsazioen bizipenaz gozaten du.</li> </ul>
2. Gaitasuna. Gorputzaren alfabetoa erabili, mugimenduak besteek uler ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igorrita. Baliabideen artean leudeke mimika, dantza eta dramatizazioa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputzaren adierazpen-baliabideak erabiltzen ditu ideiak eta sentimenduak komunikatzeko.</li> <li>- Lankidetzan moduan komunikatzen da adiskideekin, horien emozio propioak neurtuta.</li> <li>- Ulertzeko moduan komunikatzen da besteekin, keinuen eta mugimenduen bidez, sentsazioak, emozioak, eta mezuak adierazita.</li> <li>- Emozioak adierazteko beste modu batzuk ikertzen eta sortzen ditu.</li> </ul>
3. Gaitasuna. Gorputz-hizkuntzaren bidez pertsonen arteko komunikazioa erabili, eskola-komunitatean integrazioa bultzatuko duten gizarte-trebetasunak eskuratzeko. Baliabide nagusien artean, musikarekin edota musikaririk gabeko laguntza eta lankidetzan-jolasak landu.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ideiak eta pentsamenduak adierazten dizkie besteei, irudizko testuinguruan, benetakoa edo sinbolikoa, gorputz-alfabetoak eskaintzen dizkion baliabideak erabilita, seriotasun osoarekin, eta inhibiziorik gabe.</li> <li>- Benetako edo asmatutako istorio motzak kontatzen ditu, edota pertsonaiak antzezten ditu gorputz-adierazpenaren oinarriko teknikak aplikatuta, eta espazioa, denbora, indarra eta antzeko elementuak elkartuta, ukitu adierazlea emanez.</li> </ul>
4.- Gaitasuna. Sormena sustatzea, keinu propioen bidez, sormen-baliabide propioekin topatzeak sortzen duen ongizate eta plazerra deskubritzeko. Horretarako, sormen-mugimendua garatu behar da, dantzen eta banakako zein taldeko antzezpenei bidez.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Baliabide sortzaile berriak aurkitzeak ematen dion atsegina adierazten du.</li> <li>- Ikaslearen nortasunarekin bat egiten duten adierazpen forma berriak aurkitzeko jarrera irekia.</li> </ul>

**3. taula. Euskal Herrirako curriculumean proposatzen genituen gaitasunak eta ebaluazio-irizpideak alderatuta (339-340)**

### 2.3. UNIBERTSITATEAN GORPUTZ ADIERAZPENA IKASGAIK DITUEN EDUKIAK

Aurreko kapituluak aipatu dugunez, honako hau da Gorputz Adierazpena ikasgairako unibertsitatean egiten dugun proposamena:

#### - **Gorputza, ezagutzeko tresna**

- Nork bere burua ezagutzea:
  - nork bere gorputzaren mugimenduaren aukerak eta mugak aztertzea eta ezagutzea
  - gorputz-adarren kokapena eta mugimendua ezagutzea eta kontzientzia hartzea
  - ispiluak erabiltzea gorputza, mugimendua, keinua, eta objektuak berrezagutzeko eta imitazioak egiteko
- Nork bere burua ezagutzea, bestea ezagutzea, eta bestearen mugimenduaren bitartez norberaren mugimendua egokitzea:
  - nork bere mugimenduen aukerak eta mugak, bestearen mugimenduak eta aukerak ezagutu
  - bestearen mugimenduaz ohartu, bestearen gorputz-adarren mugimendua ezagutu eta, era berean, norberarena
  - nork bere mugimendua bestearen mugimenduaren arabera egokitu
- “Espazioa eta objektuak”; espazioa ezagutzea eta espazioaren arabera mugimendua doitzea:
  - espazioa deskubritzea
  - espazioan orientatzea
  - ibilbideak eta norantzak ezagutzea
  - lekukotasuna, orientazioa eta espazio adierazgarria ezagutzea
  - espazio baten barruan mugitzeko aukerak eta mugak ezagutzea
  - norberaren mugimendua espazio baten barruan egokitzea, eta oztopo batzuen arabera orientatzea



- espazioak eraikitzea: espazioak sortzen laguntzea (espazio kooperatiboa bilatzea)

**- Gorputza, komunikaziorako tresna**

- Hitzeko komunikazioa erabiltzea, keinuari eta mugimenduari laguntzeko.
- Keinuaren azterketa.
- Gorputz-jarreraren azterketa.
- Hitzekoa ez den komunikazioa adierazteko tresna gisa erabiltzea (orokorra zein atalkakoa); aztertu hainbat elementu horretarako:
  - sentimenduen adierazpena
  - sentipenen adierazpena
  - hitzari laguntzen dion keinuaren azterketa
  - irudiak
  - ideiak
  - ...
- Sentimenduak eta sentipenak aztertu; agurtzeko modua.

**- Dramatizazioa: komunikazioa hobetzeko eta ideiak adierazteko tresna**

- Pertsonaia bat imitatu, haren ezaugarriak adieraziz.
- Pertsonaia batzuen ezaugarriak aukeratu eta erabili.
- Objektuak baliatuz, gorputzaren dimentsio adierazkorak aztertu.
- Istorio dramatikoak egin.
- Ipuinak, ipuin motorrak.
- Bizitzako egoerak imitatu.
- Ipuin motorrak.
- Antzerkigintzako teknikak ezagutu (itzal txinatarrak, mimoa, txotxongiloak).
- Bikoizketa tailerrak.

**- Dantzak**

- Dantza librea, gauzak adierazteko tresna gisa erabiltzea.
- Espazio-denborazko egiturak jasotzea eta horren inguruan ikertzea: euskal dantzak eta beste kulturetako dantza tradizionalak.

- Taldeko koreografia errazak (distantziak, espazioa eta — bestearen mugimenduaren arabera— mugimendua egokitzeko).
- Bestearen mugimendua kontuan izanda, ordena, iraupena eta erritmo-egiturak lantzea.
- Dantzako teknika errazak ezagutzea.
- Erritmoa lantzea.
- Abesti dantzatuak.

Eduki horiek Dekretuan agertzen diren edukiekin alderatzen baditugu, baliagarria suertatzen zaigu honako lauki hau, LOE legea dela eta ikasgaiaren zentzua ulertzeko:

Zikloak	Edukiak	Unibertsitateko edukiak
1. zikloa	- Gorputzaren eta mugimenduaren adierazpen-aukeren araketa eta erabilera.	<b>Gorputza, ezagutzarako tresna.</b> Nork bere burua ezagutzea; norbere gorputzaren mugimendu-aukeren eta -mugen azterketa eta ezagutza.
	- Mugimenduen sinkronizazioak, taupaden eta erritmo-egitura errazen bidez.	<b>Dantzak.</b> Erritmoak; ordena, iraupena eta erritmo-egiturak, bestearen mugimendua kontuan izanda.
	- Euskal dantzen oinarrizko pausoak eta mugimenduak.	<b>Dantzak.</b> Espazio-denborazko egiturak jasotzea eta horren inguruan ikertzea: euskal dantzak eta beste kulturetako dantza tradizionalak.
	- Emozioak eta sentimenduak adieraztea, gorputzaren, keinuen eta mugimenduen bidez.	<b>Gorputza, komunikaziorako tresna.</b> Keinuaren eta gorputz-jarreraren azterketa. Hitzeko ez den komunikazioa adierazteko tresna gisa erabiltzea (orokorra zein atalkakoa); horretarako hainbat elementu aztertu: sentimenduen adierazpena, sentipenen adierazpena, hitzari laguntzen dion keinuaren azterketa, irudiak, ideiak...
	- Pertsonaiak, egoerak eta objektuen imitazioak.	<b>Dramatizazioa: komunikazioa hobetzeko eta ideiak adierazteko tresna.</b> Pertsonaia bat imitatu, haren ezaugarriak adieraziz. Pertsonaia batzuen ezaugarriak aukeratu eta erabili.
	- Norberaren gorputzaren bidezko adierazpenak; objektu eta materialen bidez gehitzen diren adierazteko aukerak.	<b>Dramatizazioa: komunikazioa hobetzeko eta ideiak adierazteko tresna.</b> Objektuak baliatuz, gorputzaren dimentsio adierazkorraren azterketa.

	- Gorputzaren bidezko komunikazioa eskatzen duten egoeretan partehartzea eta adierazteko modu ezberdinekiko errespetua.	<b>Gorputza, komunikaziorako tresna.</b> Hitzeko komunikazioa erabiltzea, keinuari eta mugimenduari laguntzeko. Hitzekoa ez den komunikazioa erabiltzea, adierazteko tresna gisa.
	- Gorputzaren barne- eta kanpo-erritmoetan ikertzea.	<b>Dantzak.</b> Erritmoak; ordena, iraupena eta erritmo-egiturak, bestearen mugimendua kontuan izanda.
2. zikloa	- Gorputza eta mugimendua, adierazpen- eta komunikazio-tresnak.	<b>Gorputza komunikaziorako tresna.</b> Hitzekoa ez den komunikazioa adierazteko tresna gisa erabiltzea (orokorra zein atalkakoa).
	- Mugimendua espazio- eta denbora-egituren arabera egokituz euskal dantzak, beste kulturetako dantzak eta koreografia errazak.	<b>Dantzak.</b> Espazio-denborazko egiturak jasotzea eta horren inguruan ikertzea: euskal dantzak eta beste kulturetako dantza tradizionalak.
	- Gorputzaren, keinuen eta mugimenduen bidezko emozioen eta sentimenduen adierazpenak.	<b>Gorputza, komunikaziorako tresna.</b> Keinuen eta gorputz-jarreraren azterketa. Hitzekoa ez den komunikazioa adierazteko tresna gisa erabiltzea (orokorra zein atalkakoa); horretarako hainbat elementu aztertu: sentimenduen adierazpena, sentipenen adierazpena, hitzari laguntzen dion keinuaren azterketa, irudiak, ideiak...
	- Pertsona errealak eta fikziozkoak antzetzeko testuinguruak sortzea. Objektuen eta materialen aukeren azterketa. Komunikazio eta adierazpenari gustua hartzea eta gozatzea.	<b>Dramatizazioa: komunikazioa hobetzeko eta ideiak adierazteko tresna.</b> Pertsonaia bat imitatu, haren ezaugarriak adieraziz. Pertsonaia batzuen ezaugarriak aukeratu eta erabili. Objektuak baliatuz, gorputzaren dimentsio adierazkorraren azterketa.
	- Adierazpen modu ezberdinak balioestea.	<b>Jarrerazko edukia izanda,</b> programa osoarekin gurutzatu daiteke.
	- Barne- eta kanpo-erritmoa.	<b>Dantzak.</b> Erritmoak; ordena, iraupena eta erritmo-egiturak, bestearen mugimendua kontuan izanda.
3. zikloa	- Gorputza eta mugimendua. Gorputz-hizkuntzen aukerak eta baliabideak (aztertu eta kontzientzia hartu).	<b>Gorputza, komunikaziorako tresna.</b> Keinuen eta gorputz-jarreraren azterketa. Hitzekoa ez den komunikazioa adierazteko, tresna gisa erabiltzea: sentimenduen adierazpena, sentipenen adierazpena, hitzari laguntzen dion keinuaren azterketa, irudiak, ideiak...
	- Musika- eta erritmo-estimuluak oinarri hartuta, mugimenduak osatzea. Dantza eta koreografia errazak.	<b>Dantzak.</b> Taldeko koreografia errazak (distantziak, espazioaren eta bestearen mugimenduaren arabera mugimendua egokitzeko).

- Gorputzaren, keinuen eta mugimenduen bidez, norbanakoaren eta taldeen emozioak eta sentimenduak adieraztea eta komunikatzea.	<b>Gorputza, komunikaziorako tresna.</b> Keinuaren eta gorputz-jarreraren azterketa. Hitzeko ez den komunikazioa adierazteko, tresna gisa erabiltzea: sentimenduen adierazpena, sentipenen adierazpena, hitzari laguntzen dion keinuaren azterketa, irudiak, ideiak...
- Antzezen eta inprobisazio artistikoak, gorputz-hizkuntzaren eta objektu nahiz materialen bidez.	<b>Dramatizazioa: komunikazioa hobetzeko eta ideiak adierazteko tresna.</b> Istorio dramatikoak egin; ipuinak, ipuin motorrak, bizitzako egoerak imitatu, antzerkigintzako teknikak ezagutu, itzal txinatarrak, mimoa, txotxongiloak, bikoizketa-tailerrak.
- Gorputzaren adierazpen- eta komunikazio-erabilerak.	<b>Gorputza, komunikaziorako tresna.</b> Keinuaren eta gorputz-jarreraren azterketa. Hitzeko ez den komunikazioa adierazteko, tresna gisa erabiltzea: sentimenduen adierazpena, sentipenen adierazpena, hitzari laguntzen dion keinuaren azterketa, irudiak, ideiak...
- Gorputzaren bidez, komunikazio beharra dagoen egoeretan parte-hartzea eta errespetua.	
- Gorputzaren barne- eta kanpo-eritmoak.	<b>Dantzak.</b> Erritmoak; ordena, iraupena eta erritmo egiturak, bestearen mugimendua kontuan izanda.

**4. taula. Oinarrizko Hezkuntzako (EHAko dekretua) curriculumeko edukiak eta unibertsitateko programan agertzen direnak alderatuta.**

Taula horretan, ikusten dugu curriculumeko lehen zikloan ez dela proposatzen gorputza ezagutzea bestea eta espazioa lantzeko; gure ustez, hori landu beharko litzateke. Dramatizazioaren barruan, ipuina ez da erabiltzen adierazteko errekurso gisa, eta dantza libre (jolas sinbolikoarekin oso lotua, eta ziklo honetarako oso egokia) ez da proposatzen eduki gisa.

Bigarren zikloan gabezia berdinak ikusten ditugu; edukien artean ez da agertzen bestea eta espazioa ezagutzerik, eta dramatizazio-teknikarik. Erritmoa dantza egituratuen bitartez lantzen da, eta ez da eskatzen koreografia errazak sortzerik, dantza librerik, edo berek asmatutako dantzarik. Gure ustez, umeen irudimena askoz handiago da lehenengo bi zikloetan, hirugarren zikloan baino.

Hirugarren zikloan, berriz, dramatizazioaren aukera guztiak garatzen dira, gorputza ez da erabiltzen bestearen mugimendua hobeto ezagutzeko, ez eta espazioan nola mugitu behar den ezagutzeko ere (aurreko bi zikloetan gertatzen den gisan). Dantza libre ez da aipatzen curriculum osoan, ez eta norberaren kulturaren dauden dantzen ikerketarik, edo bestelako dantza-

teknikarik ere (funky, jazz, klasikoa, brakedance-a, saloi-dantzak, eta abar). Nahiz eta curriculumean ez agertu, ondo dago curriculumeko gabeziak ikustea, gure programazioak hobetzeko.

## 2.4. ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOAK

175/2007 Dekretua, urriaren 16koa, Euskal Autonomia Erkidegoko Oinarrizko Hezkuntzaren curriculuma sortu eta ezartzekoa. EHAA, 2007ko azaroak 13, asteartea, 218. zk.

Castañer, M. eta Camerino, O. (2004). Las emociones no escapan a la práctica motriz. La Expresión Corporal un procedimiento ideal para trabajarlas. In Fraile, A. (koord.): *Didáctica de la Educación Física: una perspectiva crítica y transversal* (217-236 or.) Madril: Biblioteca Nueva.

Derrigorrezko Eskolaldirako Euskal Curriculum (2006). Euskal Curriculum baloratzeko eta hobetzeko proposamena.

<http://www.euskalcurriculum.com/data/documents/1/19/27/28/EUSKARA.pdf>

Euskadiko Eskola Kontseilua (2009). *Oinarrizko hezkuntza konpetentziak. XVIII. Topaketa*, Gasteiz: Eusko Jaurlaritza.

Euskal Herrirako curriculum (2006). Euskal Eskola Publikoa Gaur Bihar, Bilbo: SAREAN; EHIGE; BIHE.

[http://www.euskalherrirakocurriculum.org/?page\\_id=6](http://www.euskalherrirakocurriculum.org/?page_id=6)

<http://www.euskalherrirakocurriculum.org/files/euskera/materiales/1peua.pdf>

<http://www.euskalherrirakocurriculum.org/files/euskera/materiales/1peue.pdf>

<http://www.euskalherrirakocurriculum.org/files/euskera/adf/4p15eu.pdf>

Vizcarra, M. T. eta Macazaga, A. M. (2009). *Gorputz Hezkuntza eta bere didaktika I*, Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.

### 3.- GORPUTZ-ADIERAZPENA: GORPUTZA, EZAGUTZARAKO TRESNA



15. argazkia. Ahalik eta espazio gutxien beteko dugu; gure gorputzaren bidez espazioaz jabetzen gara.

Egilea: Ivan Villalba



### **3. GORPUTZ-ADIERAZPENA: GORPUTZA, EZAGUTZARAKO TRESNA**

**Egilea: Ivan Villalba**

(Gai teorikoa M. T. Vizcarrak moldatu du)

#### **3.1. GORPUTZAREN GARRANTZIA**

Gorputz-adierazpenak nork bere burua ezagutzera eramaten gaitu, pertsona guztiak komunean duguna ulertzera; gorputzaren bidez beste pertsonekin harremanetan jartzen gara, bide arruntak erabili gabe, bakoitzaren nortasunaz jabetzen garen bitartean (Schinca, 2008). Batzuetan, mugimendua ez da oinarritu behar dantzako edo antzerkigintzako tekniketan, eta pertsonaren alderdi ezkutuak eta sakonak bilatu behar ditu. Norberaren sormena ez da edonola deskubritzen, norbera jarri behar da bere buruarekin harremanetan, nork bere burua ezagutzeko eta irudimena eta emozioak deskubritzeko eta, gero, alderdi horiek keinu, jarrera edo musikalitate bihurtzeko. Gure barruko munduak besteen barruko munduarekin harremanetan jartzen gaitu. Gaur egun gorputzak esanahi soziala du (Contreras, 1998: 332); era horretan, gorputza izan daiteke irudi komertzial bat, osasunaren adierazgarria, edo harreman guztien bitartekari fisikoa. Gorputzaren bidez norberaren “gorputza ezagutzea eta kontrolatzea” oso garrantzitsua da, nahi dugun moduan erabili ahal izateko. Mateu, Duran eta Troguet-en ustez (1991), gorputzaren bidez besteen aurrean ager gaitzke, “bestea ezagutzeko”; eta hala, ezagutuko ditugu bestearen ahotsa, jarrera, jokabideak, haren mugak eta ahalmenak. Bakoitzak hizkuntza propioa du eta hori bakoitzaren pertsonalitatearen adierazle izango da. Gorputza arakatuz eta mugitzeko aukerak eta mugak aztertuz sortzen dira antzezpena, imitazioa, mugimendu sortzaileak, eta abar. Espazioak ere badu



bere garrantzia, eta espazioa betetzeak balio adierazgarria izan dezake. Gorputz-adierazpenaren bidez gaitasun motorra hobetu daiteke, eta mugimenduaren balorazio estetikoak ere bai. Baina, atal honetan, gorputza ezagutzeak sortzen digu kezkarik handiena, eta baita gorputzaren bidez gugandik at dagoena arakatzeko, gorputza ezagutzarako tresna bihurtuta.



**16. argazkia. Badakizu nor naizen? Hegazkin paregabea**

Umearen gorputza gai da premiak, sentimenduak eta emozioak islatzeko. Wallon-en ustez, somatikoki adierazten dira atsekabea, poza, harridura, eta abar eta, umearentzat, munduan dagoela adierazteko modu bat besterik ez da. Gorputz-adierazpenaren esperientziak ugariak dira, gorputza, ingurunea, eta besteeiko harremanak hobetzeko. Adierazpen-gaitasunak aberatsagoak izango dira afektibitatea eta emozioak agerian jartzen direnean. Irakaslearen funtzia konplexua izango da, haurrak estimulatzeko gai izan behar baitu, erantzunak aurkitzen lagunduz, animatuz, proposamen berriak sortuz, proposamenak gidatuz... baina ezer inposatu gabe.

### **3.2. “NEURE BURUA” EZAGUTZEN DUT; NORK BERE BURUA EZAGUTZEKO TRESNA**

Gorputza sentituz gorputza ezagutzen da; sentazioen eta sentimenen ezagutzaz baliatuta, pertsonak hobeto ezagutzen du bere burua. Horregatik, gorputza adierazpen-tresna bilaka dadin, beharrezkoa izango da gorputz horren

eta adierazi beharreko emozioen, sentimenduen eta pentsamenduen arteko identifikazioa egitera eramango gaituen gorputza bera sakon ezagutzea; horretarako, gorputz-adarren mugimendu bakanduak ezagutu behar dira, eta gorputz-eskema ondo garatu behar da. Sentimenduak pizteko, ondo ulertu behar dira pertzepzioak. Gorputza aho handi bat da; pertsonaren barrukoa xurgatzen du eta kanpoko bereganatzen, eta hori guztia besteen aurrean islatuko da ispilu baten gisara (Brikman, 2008); hala, gorputz-adierazpenak haurraren gorputza ezagutzen lagunduko du.

Gorputzaren ezagutzari buruz hitz egiten dugunean, garrantzitsua da gorputz-adarrak ezagutzea, nolakoak diren eta zein diren horien mugimendu-aukerak, nola eta zertarako erabil daitezkeen. Baina gorputza ezagutzeko ezinbestekoa da tentsioa eta erlaxazioa ezagutzea (gihar-tonua ezagutzea, noiz dagoen tentsioan eta noiz ez), gorputz-jarrera (nola dagoen gorputza kokatuta), arnasketa (nola erabili), gorputz-eskema eratua izatea eta, azken batean, faktore guzti horien kontrola ere bai, adierazpen-gaitasuna baldintzatuko dutelako adierazterakoan. Castañer-ek (1991) somatognosia deritza horri guztiari, hain zuzen ere, norberaren gorputzaren ezagutzari. Umeak gorputz-adarren ezagutzarekin batera erreflexuak ezagutzeko prozesua hobetuko du. Baina gorputza ezagutzearekin ez da nahikoa, ezinezkoa izango baita komunikazio-prozesua betetzea, komunikazio-prozesuan eragina duten beste bi faktore ezagutu gabe: espazioa eta denbora. Bi horiek komunikazioa baldintzatuko dute. Eta modu horretan mezu berdina ezberdin bihurtzen da beste testuinguru, beste espazio edo beste denbora batean. Castañerrek exterognosia esaten dio horri guztiari, hau da, norberaren gorputz-ezagutza espazio eta denbora jakin batean txertatzea. Ikaskuntza-prozesu horretan, umeez ikasiko dute hainbat egoeratan gorputzaren bidez komunikazioa sortzen. Horregatik, aurrerago, espazioaren ezagutzari helduko diogu.

Gorputz-adierazpenarekin gorputzaren ideia barneratzen da, mugimendu-aukerak hobetzen dira, mugimendu orokorrak eta atalkakoak ezagutzea lortuko dugulako; horrekin batera, autoestimua eta autokontzeptua hobetuko dira, adierazteko gaitasuna garatuz. Gorputzaren ezagutza eta gorputz-eskemaren garapena bat datoz. Norberak nahi dituen mugimenduak

egiteko eta horiek hautemateko gai izateko, funtsezkoa da gorputzaren eskema finkatuta izatea. Gorputz-eskemaren kontrola bi planotan gertatzen da: kontrol orokorra (jarrera, laxaketa eta gihar-tonua) eta atalkako kontrola (lateralitatea eta arnasketa). Atalkako kontrolaren barruan lateralitatea eta arnasketa ditugu. Lateralitatea eskuineko edo ezkerreko gorputz-adarren nagusitasun gisa definitu zuen Le Boulch-ek; 12 urtera arte ez da gorputz-eskema finkatzen, beraz, Lehen Hezkuntza osoa oso aproposa da gorputz-eskema lantzeko (Le Boulch, 1972). 5 urtetik 7 urtera lateralitatea finkatzen da eta, horrekin batera, gorputz-adarren bereizketa eta jarrera kontrolatzen dute. Gorputzaren orientazioa finkatuta dutenean, haurrak espazioaren eta objektuen orientazioa lortzen hasten dira. Gorputz-eskema ezagutu ahala, gorputzarekiko irudia aldatzen joaten da, eta hala Learreta, Ruano eta Sierra (2005)

Arnasketa diafragmatikoa, torazikoa edo mistoa izan daiteke. Arnasketa-prozesua borondatez kontrola daiteke eta, erritmoa beharrezkoa denez, aldatzeko aukera ematen du. Arnasketa luzatu edo laburtu egin daiteke, azkartu edo geldotu, mantendu... Gorputz-adierazpenaren bidez gorputza ezagutzea lortu nahi badugu, adierazpenetan eta gorputz-araketetan lateralitatearekin eta arnasketarekin jolastuko dugu. Osotasunezko ezagutzaren eta kontrolaren barruan ditugu: gihar-tonua, gorputz-jarrera eta giharren tentsio-laxaketa alternantzia. Edozein mugimendu egitean ezinbestekoa da gihar-tonua, baita aurpegiko edozein keinu egiteko ere (irribarrea, negarra...); adierazpena menderatu nahi badugu, ezinbestekoa izango da gorputz osoko gihar-tonua garatzea eta ezagutzea. Hipotonia eta hipertonia txandakaturik, hainbat egoera eragingo ditugu, adierazpena hobetuz. Hala, emozioak eta afektibitatea jokoan sartzen direnean, erraztasun handiagoa izango dugu nahi duguna adierazteko.

Jarrera kontrolatuko da, zutik eta etzanda, gorputza nahi dugun moduan kokatuz; eskultorea eta eskultura oso adibide onak dira jarreraren kontrola aurrera eramateko. Lasaitzeari buruz hitz egiten dugunean, bai giharrak eta bai burmuina lasaitzeari egiten diogu erreferentzia. Beharrezkoak ez diren gihartentsioak lasaituz, gorputza egoera hobean jarriko dugu. Modu horretan, eta faktore horiek guztiak lantzen baditugu, nor bere gorputza ezagutuko du, bere

aukerak eta mugak ezagutuz, gorputz-adar bakoitzaren kokapenaren kontzientzia hobetuz eta mugimenduen aukerak handituz.

Baina gorputzaren funtzionalitatea ezagutzen badugu eta ez baditugu emozioak kontrolatzen, hasieran bezala, adierazpenaren aurrean egongo gara. Gorputzaren mugimenduak pisuaren kontzientzia hartzen du (espazioa, denbora, energia); baina mugimendua aberasteko eta hobeto adierazteko, era berean, mugimenduak erreala, naturala eta benetakoa izan behar du (Brikman, 2008). Mugimenduaren artea sortzailea da, eta estimulu edo motibazioaren arabera erantzun ezberdinak sortuko dira. Gorputza mugimenduan ekintza da, esperientzien trukaketa; sormenak trebetasunak eskuratzen laguntzen du, errealtatea alda daitekeelako.



**17. argazkia. Gorputzarekin esperimentatzen ari gara.**

Fernandezen ustez (2008), gorputza ezagutzeko lehenengo adierazlea ukimena da, ukimenak ez baitu gezurrik esaten; ukitzerakoan biguntasuna, gogortasuna, edo errespetua adierazten dugu. Ukitzen dugunean gorputzarekin komunikatzen gara, baina norberak ezagutu behar ditu bere mugak eta bestearen mugak, transgresio bat ez izateko. Emozioak eta afektua

gorputzaren bidez adierazten dira. Pelegrin-en ustez (2008), gorputzak mugimenduan pentsatzen du, esperimentazioaren bidez ulertzen da gorputza, bizipenen bidez. Gorputza forma da, eta gorputza mugitzean forma ezberdinak sortzen dira, gorputz-metaforak sortzen dira. Hasieran mugimendua bat-batekoa da eta, geroz eta gehiago, adierazpen egoki bat egiteko mugimenduarekin esploratzen da. Mugimenduak kizkurtuak, karratuak, gozoak... izan daitezke.

Gorputza ezagutzean gaitasun adierazgarriak landuko dira, sentimenduak eta sentimenak adieraziz, emozioak erakutsiz, ideiak eta pentsamenduak adieraziz. Baina gaitasun sortzaileak ere garatuko dira, mugimenduak sortuko ditugulako, arazoan aurrean irtenbideak bilatuko ditugulako eta mugimenduak asmatuko ditugulako, gorputzarekin bere dimentsio guztiak arakatzeko ditugun bitartean.



#### **18. argazkia. Meditazioa eta erlaxazioa; horrela bai ondo!**

Heziketa fisikoko irakasle batek lortu behar du umea sentimenduak adierazteko gai izatea, nahi duena komunikatu ahal izateko edozein modutan eta zailtasunik gabe; baina, horretarako, umea bere gorputzaren jabe sentitu behar da eta, era berean, gorputzaren pertzepzioak menderatu behar ditu (Villada eta Vizuete, 2002), sentazioak aztertuz (ikusmenekoak, entzumenekoak, ukimenekoak) eta horien artean oreka bat bilatuz, naturaltasunik galdu gabe.

Dekretuaren gomendioak jarraitzen baditugu, nork bere burua ezagutzeko oso aproposak izango dira ispiluan egiten diren mugimenduak: objektuak eta gorputz-adarrak erabiliz, mugimendu eta keinu ezberdinak eginez eta besteenak imitatuz, ispiluaren aurrean begiek edo ahoak egiten dituzten keinuak aztertuz aurpegiaren zati bat estalita dagoela, eta abar. Espazioan zehar lekualdaketak egitea, eta bultza eta tira egiteko mugimenduak ere interesgarriak izango dira; hala nola, arnasketa kontrolatzekoak objektu bati putz eginez, edo norberaren gorputza puztuz eta hustuz. Lasaitzeak egin daitezke puxika batekin masajeak emanez, mugimendua eta atsedena txandakatuz, musika gelditzen denean oreka mantenduz, mutu geldituz... hain zuzen ere, tentsioa askatzeko ariketak eginez. Gorputz-soinua ezagutzea eta entzutea proposatzen du Dekretuak, gorputz-soinuaren kalitateak aztertuz, arnas-soinuak entzunez, eta mugimenduaren intentsitatea ere aztertuz. Gorputza ezagutzearekin lortu nahi da tentsioak askatzea, nork bere burua eta bere irudia onartzea, sentrazioak ezagutzea, harmonia eta ongizatea aurkitzea, gorputzarekin esperimintatzea, norberaren gorputza menderatzea, eta mugimendu eta egoera berriak asmatzea. Arteaga, Viciano eta Conderen ustez (1997), berezotasuna, pertsonaren aurkikuntza, dinamismoa hobetzea, desblokeoa, sormena eta erlaxatzea lortuko ditugu.

### **3.3. “BESTEA” EZAGUTZEN DUT: GORPUTZA, BESTEAREN GORPUTZA EZAGUTZEKO TRESNA**

Bestea ezagutu nahi dugu; besteak ideiak, sinbolo pertsonalak, esanahiak, irudiak, zeinuak, keinuak izaten ditu, eta horiek aztertzean ulertzen dugu bestearen ikuspuntua (Pelegrin, 2008). Gorputz-adierazpenaren bidez bestearen gorputza identifikatu eta ezagutu daiteke, bestearen kontzientzia hartuz. Plazerra, ilusioa, frustrazioa eta kontzientzia besteari esker eskuratzen dira, bestea gure bitartekari bihurtzen da eta, hala, mugimendua besteari begira egin daiteke, lankidetzara, borroka, imitazioa edo oposizioa adieraziz. Gorputzaren bidez bien arteko elkarrizketak sor daitezke, edo taldeko eraikuntzak egin daitezke.

“Besteak” norbera ezagutzen laguntzen du; bestearen ezagutza eta bestearen mugimendua eta norberarena koordinatu egin behar dira. Emozioak kontrolatu egin behar dira, eta mugimenduak ere bai, bestearekiko errespetua adierazi nahi badugu behintzat. Bestearen mugimenduaz ohartzean, nork bere gorputz-adarren mugimendua ezagutuko du. Mugimendua besteen mugimenduaren arabera egokituko du, bien arteko interakzioa eraginez (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005).

Besteen aurrean adieraztea. Keinuzko eta hitzezko adierazpena erabiltzen da besteen aurrean nork bere nortasuna adierazteko. Sentimenduak, ideiak eta pentsamenduak adieraziz besteekin lan egiten hasten dira eta nork bere burua sendotzen du. Gaitasun adierazgarriak baliagarriak dira bestearen gorputza onartzeko eta ezagutzeko, ispiluan egindako lanak, itzalak... oso aproposak dira horretarako. Umeak bestearen sentimenduak eta sentsazioak aztertuz keinua ezagutuko du; horretarako, interesgarria da keinuak imitatzea, agurtzeko erak aztertzea, eta abar. Ordura arte berak bakarrik bizitakoa beste norbaitekin partekatu behar du, bestea ulertu beharra dauka, pertsonen arteko ezberdintasunak onartu behar ditu; baina ideia gehiago sortzen dira, eta mugimendua aberatsagoa da (Mateu, Duran eta Troguet, 1992).



19. argazkia. Egia esaten ari da?

Gorputzaren bidezko elkarrizketarekin sentimenduen adierazpena hobeto ulertuko da, eta gorputz-eskema hobeto barneratuko da. Proposatzen diren jarduerak gorputzaren bidez gorputza ezagutzera bideratuko dira, gorputz-adarren mugimenduak eraginez bere aukerak eta mugak aztertzeko. Norberaren mugimendua aztertuko dugu, eta bestearen mugimenduaren arabera ere aldaketak proposatuko ditugu, gorputza ikusiz eta onartuz. Nork bere mugimendua alda dezake bestearen mugimenduaren arabera.



20. argazkia. Zu zara nire txotxongiloa, nik mugituko dut haria.



### **3.4. “ESPAZIOA ETA OBJEKTUAK” EZAGUTZEN DITUT: GORPUTZA, ESPAZIOA EZAGUTZEKO TRESNA**

Espazioa betetzeak balio adierazgarria izan dezake, harreman eta nozio espazialak ulertuz, mugimendu estereotipatuak erabili gabe, mugimendua deskubrituz. Gorputzaren bidezko adierazpenari esker aztertzen dira norabideak, mugimenduen zabalera, ikuspegiak eta zoruko diseinuak, espazioko nozioak ezagutzuz. Mugimenduaren bidez aztertuko dira espazioa, denbora, mailak, norabideak, fokuak, irudiak, taldekatzeak, mugimendukalitateak, keinuak eta materialak. Adierazpen-gaitasun arakatzailleak garatuko dira eta, hala, gauzen formak arakatu dira, gauzen tamainak eta pisuak, neurriak eta dimentsioak. Espazio baten arabera mugimenduak egokituko dira, espazioa deskubrituko da, orientazioak ulertuko dira.

Gorputza espazioan mugitzen da, beraz, ezin dugu mugimenduzko jardueretan pentsatu, espazio eta denbora jakin batzuetan kokatu gabe. Espazioaz hitz egiten dugunean, bi espazio mota izan daitezke: batetik, objektuek betetzen duten espazio zehatza eta gorputza betetzen duen espazio abstraktua eta, bestetik, espazio soziala, hau da, besteekin batera betetzen duguna. Norberak betetzen duen lekua arakatu behar da (Mateu, Duran eta Troguet, 1992). Dimentsioak arakatu behar dira, hau da, objektu batek betetzen duen tokiaren neurria, eta hori gorputzarekin esperimentera daiteke. Mailak: gorputzak betetzen duen espazioa, zer nolako bermea duen, eta zenbat artikulaziok hartzen duten parte mugimenduan. Norabideak: espazioaren aldagai bertikala da, nola dauden gorputz-adarrak orientatuta, eta norantz egiten den mugimendua. Fokuak: nola orientatzen den mugimendua, puntu finko edo mugikorraren arabera. Irudiak: objektu naturalak gorputzaren bidez adierazten edo antzezten direnean.

Umea bere gorputzaz jabetzen denean, bere mugimenduak koordinatzen ditu inguruan duen espazioaren arabera antolatuz eta egokituz (Linaza, 1989). Orientazioa egiterako orduan, bi espazio mota hartu behar dira kontuan:

- Espazio pertsonala: gure gorputzak betetzen duen espazioa eta horren barneko espazioak.
- Espazio soziala: besteekin partekatzen dugun espazioa da; autore batzuek harreman-espazio izena eman zioten, besteekin harremanetan jartzen garen espazioa delako.

Umeak, orientatu behar denean, zentzua ematen die *hor*, *bitartean*, *hurbil*, *urrun* eta horrelako hitzei. Espazio jakin batean, orientazio desegokia izateak gorputzaren kokapen egokia bilatzea zailduko du. Umeak, espazioa ezagutzeko, lehenengo eta behin bere gorputza ezagutu behar du; hasieran, bere gorputzak betetzen duen espazioa ezagutuko du eta, behin hori menderatzen duenean, bere begiek ikusten duten espazioa menderatuko du; horretarako, distantzia eta norabidea menderatu beharko ditu.

Lapierre eta Aucouturier-en ustez (1977), umeak 3 eta 7 urteren artean menderatzen ditu distantziak, orientazio-nozioak ezagutzen dituenen. Norabidea, berriz, 10 urterekin hasiko da menderatzen (Linaza, 1989).

Espazioaren egituraketa ulertzeko, zenbait harreman espazial ikasi eta ulertu behar ditu. Hala, Piaget-ek (1973) hiru multzotan banatu zituen harreman espazial horiek:

- Harreman topologikoak. Hauek harreman egonkorak dira eta pertzepzioarekin lotzen dira. Bi objektu edo gehiagoren artean dagoen harreman objektiboa da: hurbiltasuna, urruntasuna, ordena, jarraitasuna.
- Harreman euklidiarrak. Objektuen bolumena, distantzia eta pisua markatzen dute, objektuen arteko erreferentzia-sistemak ezarriz: cm-ak, kg-ak, oinak, eta abar dira.
- Harreman proiektiboak. Harreman hauek bakoitzaren ikuspuntuaren arabera eraikitzen dira. Objektuek beste batzuekiko duten harremana adierazteko baliagarriak dira, objektuen arteko harremanak ezagutzen dira, eta perspektiba ere lantzen da.

Mugimenduaren kalitateak oso garrantzitsuak dira gorputz-adierazpenean; mugimenduan parte hartzen dute lau faktore hauek: grabitatea, espazioa, denbora eta arintasuna. Lau faktore horien konbinazioetatik

mugimenduaren kalitateak edo energiak sortzen dira. Grabitatea erabiltzen da mugimendua areagotzeko; norabidea zurrunagoa edo malguagoa izango da horren arabera. Horrela, mugimenduaren zabaltasunak inplikazio emozionalak izango ditu (Coteron, Sanchez, Montavez, Llopis eta Padilla, 2008).

Objektuak manipulatzeko direnean, gaitasun adierazgarria handitzen da, objektuekin manipulazioak eta esperimenduzkoak egin daitezke. Dimentsio bat baino gehiago gara daitezke: dimentsio adierazgarria, dimentsio komunikatiboa eta dimentsio sortzailea (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005).

### 3.5. *NONDIK SORTZEN DEN PROPOSAMEN PRAKTIKOA (Ivan Villabak egina)*

Gai honekin lehenengo kontaktua Gorputz Adierazpena ikasgai gertatu zen; *gorputza ezagutzarako tresna* izan zen gaia, eta horren inguruan proposamen praktikoa bat egituratzea zen helburua. Lana ikaskideen aurrean azaldu eta gaia ezagutu ondoren, hirugarren mailako *practicum*ean aurrera eramatea erabaki nuen. Ea ikaskideen artean izandako abegi bera izaten zuen umeen artean. Helburua gorputzarekin esperimendatzea zen, nire gorputza, bestearen gorputza eta espazioa arakatzea, eta horrela adierazi nion praktiketako irakasleari.

### 3.6. PROPOSAMEN DIDAKTIKOA: “GORPUTZA, EZAGUTZARAKO TRESNA” UNITATE DIDAKTIKOA

UNITATE DIDAKTIKOA			
IZENBURUA => GORPUTZA, EZAGUTZARAKO TRESNA			
GAITASUNAK			
	<p>1. Nork bere gorputz-jardueren mugimendu-ahalbideak arakatzea eta horietaz gozatzea, besteekin harremanetan jartzeko.</p> <p>2. Gorputz eta mugimenduaren adierazpen-baliabideak erabiltzea, sentipenak, ideiak eta aldarteak komunikatzen ikasteko eta, era horretan, adierazitako mezuak hobeto ulertzeko.</p> <p>3. Gorputz-adierazpeneko jardueretan parte hartzea, besteekin harreman orekatu eta aberasgarriak ezarriz, errespetuz jokabideak mantentzeko.</p> <p>4. Nork bere gorputz atalak ezagutzea, mugimendu eta keinu zehatzak egin ahal izateko.</p> <p>5. Besteen gorputz-atalak identifikatzea eta haien mugimendua ezagutzea, norberaren mugimendua eta bestearena koordinatzeko.</p> <p>6. Espazio nozioa identifikatzea, espazio desberdinetara egokitze eta mugitzeko aukerak hobetuz.</p>		
	EDUKIAK		
	Kontzeptualak	Prozedurazkoak	Jarrerazkoak
E D U K I A K	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputz-atalak: besoak, ipurdia, eskuak...</li> <li>- Mugimenduak eta keinuak</li> <li>- Gorputz-adarren mugimenduak</li> <li>- Bestearen mugimendua</li> <li>- Espazioko nozioak: ezkerre, eskuina, handia, txikia...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputz-atalen mugimenduak, irudiak eta keinuak sortzeko.</li> <li>- Nork bere gorputza ezagutzea, mugimendu eta keinuen bidez.</li> <li>- Norberaren mugimendua egokitzea bestearen mugimenduetara.</li> <li>- Espazio desberdinetara egokitzea keinuak eta mugimendua.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kideekiko errespetua.</li> <li>- Materialarekiko errespetua.</li> <li>- Gogoz parte hartzea.</li> <li>- Lotsa gainditzeko ahalegina egitea.</li> </ul>

## 1. SAIOA

**Gaitasuna:** lotsa gainditzea gorputz-adierazpenarekin jolasten hasiz gorputza arakatzen dugun bitartean, besteekiko harremana hobea izateko.

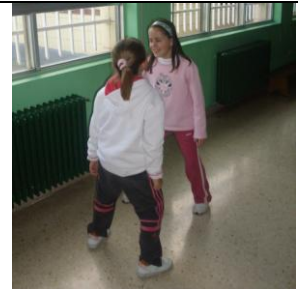
### 1. Azalpenak (5')

- Gorputz-adierazpenaren inguruko azalpena emango diet; zer egingo dugun azalduko dugu.

### 2. BAT, BI ETA HIRU (10')

Ikasleak kiroldegian zehar ibiliko dira musikaren erritmoa eramanez. Irakasleak zenbaki bat esaten duenean, dagokiena egin behar dute:

- 1- Bakoitzak bere alboan dagoena agurtu behar du.
- 2- Alboan dagoenari, isilpean, begietara begiratu behar diogu.
- 3- Albokoarekin dantzatu behar dugu.

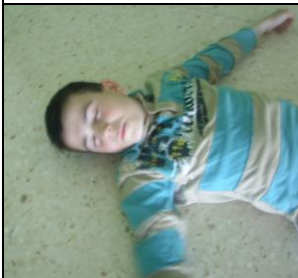


### 3. Gorputz-adarrak (10')

Lurrean gorputz-atalak dituzten txartelak jarriko ditugu; pertsona kopurua baino bat gutxiago egongo da (aulki-jokoaren antzekoa). Umeek txartelen inguruan dantzatuko dute eta, musika gelditzen denean, txartel batean jarriko dira, bertan adierazita dagoen gorputz-adarra txartel gainean kokatuz. Txartelak gabe geratzen denak txartelak lekuz aldatzeko baimena du.

### 4. KUTXA MISTERIOTSUA (15')

Kutxa baten barruan gorputz-atal batzuen izenak eta egoera bat egongo dira. Banan-banan irudizko gauzak hartzen joango dira, eta objektuaren antzezpena egin beharko dute besteek zer den asma dezaten.



### 5. EKILOREA (6')

Binaka jarriko dira. Bata eguzkia da eta bestea ekilorea. Eguzki-izpiak eskutik ateratzen dira, eta ekiloreak izpi horiei jarraitu behar die. Musika gero eta baxuago, mugimenduak gero eta motelago, musika isiltzen denean ekiloreak zoruan egongo dira lasai-lasai.

## Behaketa eta hausnarketa

- Umeek esan dutena kontuan hartzen badugu, badirudi orain arte ez dutela horrelako praktikarik egin.
- Ez dira adierazpenean bat-batean sartu; hasieran jarduera horren kontrako jarrerak sortu zirenez, pixkanaka-pixkanaka eskatu diet adierazpenetan sartzeko. Badirudi ez dutela lotsa handirik pasatu, usten zutenaren kontra.
- Hasieran beldurra zuten arren, horrelako saio bat berriro noiz egingo dugun galdetu dute klase amaieran; badirudi gustura egon direla eta ondo pasatu dutela. Guztiek hartu dute parte.

## 2. SAIOA

**Gaitasuna:** tentsioa eta erlaxazioa txandakatzea, gorputzaren gihar-tonuaren konzientzia hartzea, nor bere gorputza hobeto ezagutzeko.

### 1. Azalpenak (5')

- Klaseari buruzko azalpen txiki bat egingo dugu, egokitzen den gaiari buruzkoa eta egingo ditugun ariketen ingurukoa.

### 2. NIRE KIDEEN LAGUNTZA (12')

Lauko taldetan jarrita, bakoitzak zenbaki bat izango du; zenbaki bat esatean, ikaslea lagunaren artean jarriko da, gorputza gogor duela; taldekideak saiatuko dira lurrera eror ez dadin.



### 3. GORPUTZ-EGOERAK (10')

Seiko taldeak; taldeko norbaitek irudi bat esango du, eta egoera horretan kokatuko da, gorputza gogor-gogor jarrita; taldekide guztien artean lekuz aldatzen edo altxatzen saiatuko dira. Taldeko partaide guztiak kokatuko dira, gutxienez, behin erdian.

### 4. PUXIKA ERDIRATU (12')

Lauko taldetan, guztiak eserita egongo dira uztai bat erdian dutela. Puxika bat edukiko dute, eta saiatu behar dira putz eginez puxika uztai erdian uzten.

### 5. MASAJEA (6')

Binaka jarrita, bata besteari masaje bat emango diote pilota txiki batekin. Gero, rola aldatuko dute.

### Behaketa eta hausnarketa

- Jolasak ez ziren izan nik uste bezain dibertigarriak; gorputz-adierazkortasuna ez zuten gehiegi lantzen. Tontakeriak egiten hasi ziren eta moztu egin behar izan nuen.
- Gimnasioa partekatu behar izan genuen (euria zela eta); beste klase bat nuen prestatua, baina lotsatu egin ziren eta guztia aldatu nuen.
- Masajeen jokoa ondo atera zen; lasaitzeko baliagarria izan zen.

### 3. SAIOA

**Gaitasuna:** bestearen gorputzaz eta bestearen jarreraz ohartzea, gorputz-adarren kokapenak hobeto ezagutzeko eta gorputzaren kontzientzia bestearen bidez eskuratzeko.

#### 1. Azalpenak (5')

- Klaseari buruzko azalpen txiki bat egingo dugu, egokitzen den gaiari buruzkoa eta egingo ditugun ariketen ingurukoa.

#### 2. DISTIRA ATERATZEN (10')

Seiko taldetan jarrita, biribil bat egingo dute guztiak eserita. Lehenengoak bere aurrekoari gorputz-adar bat ukituko dio masajeak eginez, horrek aurrekoari, eta abar; horrela, berriz lehenengoarengana heldu arte. Orduan, bigarrena beste gorputz-adar bat ukituz hasiko da, buelta osoa eman arte.



#### 3. OILO ITSUA (15')

Guztiok biribilean jarrita, bi ume egongo dira erdian begiak estalita. Kanpokoak mugi daitezke erdiko batek "bale" esan arte; orduan, eskultura bat eginez gelditu behar dira. Begiak estalita dituen pertsona batengana hurbilduko da eta ukimenaren bidez frogatuko du nola dagoen kokatuta bere kidea; eta, ikusi gabe, hura dagoen bezala kokatu behar da.

#### 4. NOLA IKUSTEN DUZU? (15')

Hirunaka jarriko dira: bat eskultura izango da, bestea eskultorea eta azkena modeloa. Modeloak jarrera bat hartu behar du; eskultoreak eskultura hartu eta modeloa dagoen bezala jartzea lortu behar du. Hori lortzean, rolak aldatuko dira. Gauza bera egingo dugu eskulturak eta eskultoreak begiak estalita izanda.



#### 5. HIZKIAK (5')

Guztiok biribilean jarrita, atzekoak aurrekoari hizki bat idatziko dio bizkarrean, eta aurrekoak asmatu egin behar du, bere aurrekoari hizki bera idatziz. Gero, buelta emango dute.

#### Behaketa eta hausnarketa

- Saio hau izan zen gustukoena umeentzat; gogo handiz egin zuten.
- Jolasak dibertigarriak ziren, eta guztiek hartu zuten parte.
- Bestea nor zen eta nola zegoen kokatuta asmatzeak umeen interesa piztu zuen; gainera, konturatu ziren ez dela batere erraza lagun bat nor den eta nola dagoen kokatuta asmatzea, ikusi gabe; eta are eta zailagoa dela jarrera berdinean jartzea.

#### 4. SAIOA

**Gaitasuna:** bestearen mugimenduez jabetzea, gorputz-adarren mugimendu-aukerak hobeto ezagutzeko, mugimendu berriak sortzeko, eta norberaren mugimenduaren kalitatea hobetzeko.

##### 1. Azalpenak (5')

- Klaseari buruzko azalpen txiki bat egingo dugu, egokitzen den gaiari buruzkoa eta egingo ditugun ariketen ingurukoa.

##### 2. BONBA ZAINDU (10')

Bonba puxika bat da, eta airean mantentzen saiatuko dira, lurraren kontran joz gero lehertu egingo delako. Horretarako, seinaka jarriko dira, eta seiko taldearen barruan binaka. Bikoteko batek mugimendu bat egingo du, eta bere kideak mugimendua imitatuko du; bien bitartean puxika etortzen bada, puxika ere jo egin behar dute. Gero, rolak aldatuko dira.



##### 3. IRUDIAK SORTU (15')

Seinaka jarrita, mugimenduaren sekuentziak egingo dituzte. Hala, batek irudi bat (mugimendu bat) egingo du. Bigarrenak mugimendu berdina imitatuko du eta beste mugimendu bat gehituko dio, jarraipena; horrela, irudi bat sortuko dute seien mugimenduekin. Beste taldekoak irudi horretara iritsi behar dira, haiek egindako mugimenduen sekuentziak edo irudia imitatuz.

##### 4. NOR DA? (15')

Ukimenaren bidez zein lagun den asmatu behar dute. Horretarako, momentu batean, guztiek gorputz-adar bat (eskuak, oina, burua...) erakutsiko diote lagun bati, eta lagunak gorputz-adar horiek ukitu eta ikusteko aukera izango du. Gero, begiak tapatuko dizkiote, lagun bat gerturatuko da, eta ukituz bakarrik asmatu behar du noren eskuak, oina, burua, eta abar diren.



##### 5. SENTIMENDUAK (5')

Norbaitek sentimendu bat eta kide baten izena esango ditu. Kide horrek sentimendua adieraziko du eta beste izen bat eta sentimendu bat esango ditu, hark adieraz dezan.

#### Behaketa eta hausnarketa

- Egun horretan zortzi pertsona soilik egon ziren klasean eta horrek arazoak ekarri zituen jolas batzuetarako; baina egokitu eta egin zituzten. Bi talderen ordez bakarra osatu genuen.
- Guztiak rol guztietatik pasatu ziren, gutxi zirelako; pixka bat lehenago amaitu genuenez, aurreko eguneko jolas bat errepikatu genuen.
-



## 5. SAIOA

**Gaitasuna:** espazioa eta mugimendua, espazioko nozioak, norantzak eta ibilbideak ezagutzea, irudiak sortzeko abstrakzio espaziala lortzeko, eta mugimendua espazioaren arabera egokitzen ikasteko.

### 1. Azalpenak (5')

- Klaseari buruzko azalpen txiki bat egingo dugu, egokitzen den gaiari buruzkoa eta egingo ditugun ariketen ingurukoa.

### 2. ZORU ZOROA (10')

Irakasleak hainbat mezu emango ditu zoruari buruz eta ikasleek adierazpena egin beharko dute irakaslearen mezuei jarraituz; zorua benetan horrela egongo balitz bezala ibili beharko dute. Adibideak: aldapa gora, aldapa behera, labainkor, itsaskor, izoztua, zoru buztina...



### 3. KORAPILOA KENDU (15')

Lau ikaskide klasetik aterako dira, eta beste guztiek korapilo bat egingo dute, beren artean eskutik helduta daudela. Orduan, bikote bat sartuko da. Bata korapiloa kentzen saiatuko da, eta bestea zoruan dauden 10 puxika apurtzen. Bere helburua betetzen duen lehenak irabaziko du. Gero, beste bikotea sartuko da.

### 4. ZULOA ESTALI (10')

Seiko taldetan jarriko dira eta bakoitzak zenbaki bat du. Denak hasiko dira dantzatzen, eta irakasleak zenbaki bat esaten duenean zenbaki hori duena geldirik geldituko da. Irakasleak berriro beste zenbaki bat esango du eta gauza bera gertatuko da. Horrela hiru aldiz; gero, bere taldekideak saiatuko dira beren artean dauden zuloak tapatzen edo betetzen beren gorputzarekin.

### 5. ZENBAKIAK ELKARTU (10')

Seiko taldeak, zenbaki berdinekin. Irakasleak bi zenbaki esango ditu, eta bi pertsona horiek elkartzen saiatuko dira; taldeko beste lauek, ordea, bi horiek elkartzea oztopatuko dute.

### Behaketa eta hausnarketa

- Korapiloaren jolasean, elkarri min egiten zioten eskutik gogorregi helduta zeudelako; baina hain gogor ez heltzeko esan nien, eta ondo egin zuten.
- Denboraz nahiko justu ibili ginen, baina azken jolasa lehenago bukatu genuen eta ondo bukatu zen saioa.

## 6. SAIOA

**Gaitasuna:** espazioa eta mugimendua, espazioko nozioak, norantzak eta ibilbideak ezagutzea, objektuekiko orientazioak eta mugimendua espazioaren arabera egokitzen ikasteko.

### 1. Azalpenak (5')

- Klaseari buruzko azalpen txiki bat egingo dugu, egokitzen den gaiaren eta egingo ditugun ariketen ingurukoa.

### 2. ARGAZKIAK (10')

Seiko taldeak osatuko dituzte. Batek ideia bat (ezkontza, familia, jaia...) esango du, besteek ideia hori antzez dezaten espazioa betetzen duten bitartean.



### 3. ESPAZIO-ARIKETAK (25')

- Gimnasioko espazio osoan zehar ibili behar dute.
- Gimnasioan zehar mugitu behar dute, baina erdiko eta beheko espazioa betez soilik.
- Zoruan etzanda mugitu behar dute.
- Binaka jarrita, haien gorputzarekin ahalik eta espazio gutxien bete behar dute koltxonetan. Gauza bera, baina ahalik eta espazio gehien betez.
- Binaka jarrita, eta biak batera ibiliz, juntu-juntu espazio osoan zehar ibili behar dute.
  - Binaka jarrita, batak bestea eraman behar du (bigarrenak begiak estalita dituela); gero, aldatu.

### 4. OBJEKTU BAT MUGIMENDU BAT (10')

Espazio osoan zehar hainbat objektu utziko ditugu sakabanatuta. Nor bere kabuz mugituko da musikaren erritmoa jarraituz. Musika gelditzen denean, bakoitzak hurbilen duen objektua hartuko du eta ezohiko erabilera emango dio objektuari.

### Behaketa eta hausnarketa

- Saio hau gorputz-adierazpeneko seigarrena zen eta, hala ere, erabat lotsatu ziren; horregatik, ez diet adierazpeneko gauza zailagorik eskatu. Egin behar zena ondo egin dute.
- Sei egunetan jarraian antzeko gauzak egiten nekatu egin ziren; batzuetan, kexatu ziren horri zela-eta.

**EBALUAZIO-IRIZPIDEAK**

- 1.- Umeak gorputz-adierazpenaren inguruan egiten duten lehenengo unitate didaktikoa bada (kasu honetan bezala), ebaluazioak honako alderdi hauek balioetsi beharko ditu: hain zuzen ere, jarrera eta prest izatea:
  - 1.1.- Lotsa gainditu du erabat.
  - 1.2.- Gogoz parte hartu du.
- 2.- Kasu guztietan, mugimenduari buruzko ebaluazio bat egin beharko litzateke:
  - 2.1.- Nor bere mugimenduen inguruan arakatzen eta aukerak aztertzen ibili da.
  - 2.2.- Mugimenduarekin gozatzen saiatu da.
  - 2.3.- Mugimendua erabili du besteekin harremanetan jartzeko.
  - 2.4.- Hasieratik bukaerara, hobetu egin da mugimenduen kalitatea.
  - 2.5.- Hasierako saioan baino mugimendu gehiago sortzeko gai da.

**3.7. ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOAK**

- Arteaga, M., Viciano, V. eta Conde, J. (1997). *Desarrollo de la expresividad corporal*, Bartzelona: INDE.
- 175/2007 Dekretua, urriaren 16koa, Euskal Autonomia Erkidegoko Oinarrizko Hezkuntzaren curriculum sortu eta ezartzekoa. EHAA, 2007ko azaroak 13, asteartea, 218. zk.
- Brikman, L. (2008). El lenguaje del movimiento corporal. In G. Sanchez, J. Coteron, C. Padilla eta K. Ruano (koord.): *Expresión Corporal: investigación y acción pedagógica*, (76-82 or,) Salamanca: Amarú.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (2004). Las emociones no escapan a la práctica motriz. La Expresión Corporal un procedimiento ideal para trabajarlas. In Fraile, A. (koord.): *Didáctica de la Educación Física: una perspectiva crítica y transversal*. (217-236 or. ), Madrid: Biblioteca Nueva..
- Castañer, M. eta Camerino, O. (1991). *La Educación Física en la Enseñanza Primaria*. Bartzelona: INDE.
- Contreras Jordán, O. (1998). *Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista*, Bartzelona: INDE.

- Coteron, J., Sanchez, G., Montavez, M., Llopis, A. eta Padilla, C. (2008). Los cuatro ejes de la dimensión expresiva del movimiento. In G. Sanchez, J. Coteron, C. Padilla eta K. Ruano (koord.). *Expresión Corporal: investigación y acción pedagógica* (145-155 or.). Salamanca: Amarú.
- Fernandez Diez, B. (2008). El despertar de una nueva expresión corporal. In G. Sanchez, J. Coteron, C. Padilla eta K. Ruano (koord.). *Expresión Corporal: investigación y acción pedagógica*, (67-71 or.) Salamanca: Amarú.
- Mateu, M., Durán, C. eta Troguet, M. (1992). *1000 Ejercicios y Juegos aplicados a las Actividades Corporales de Expresion*, Bartzelona: Paidotribo.
- Lapierre, A. eta Aucouturier, B. (1977). *Simbología del movimiento*, Madrid: Científico Médica.
- Le Boulch, J. (1972). *La educación por el movimiento en la edad escolar*, Buenos Aires: Paidós.
- Learreta, B., Sierra, M. A. eta Ruano, K. (2005). *Los contenidos de Expresión Corporal*. Bartzelona: INDE.
- Linaza, J.L. (1989). *El juego Infantil*, El niño y el conocimiento bilduma, Madrid: MEC.
- Pelegrin, A. (2008). Expresión Corporal e interrelación de lenguajes. Poesía en movimiento. In G. Sanchez, J. Coteron, C. Padilla eta K. Ruano (koord.). *Expresión Corporal: investigación y acción pedagógica* (113-132 or.) Salamanca: Amarú.
- Piaget, J. (1973). *La representación del mundo en el niño*. Madrid: Morata.
- Schinca, M. (2008). Cuerpo sensible, cuerpo pensante. In G. Sanchez, J. Coteron, C. Padilla eta K. Ruano (koord.). *Expresión Corporal: investigación y acción pedagógica*, (67-71 or.) Salamanca: Amarú.
- Villada, P. eta Vizuete, M. (2002). *Los fundamentos teórico-didácticos de la educación física*, Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

### 3.8. UNITATE DIDAKTIKOA EGITEKO ERABILI DEN BIBLIOGRAFIA

- Ikastetxearen Curriculum Proiektua, (2009). Emilia Zuzan Brun ikastexeko publikokoa [www.emiliazuzaeskola.com](http://www.emiliazuzaeskola.com)
- 175/2007 Dekretua, urriaren 16koa, Euskal Autonomia Erkidegoko Oinarritzko Hezkuntzaren curriculumak sortu eta ezartzekoa. EHAA, 2007ko azaroak 13, asteartea, 218. zk.
- Arteaga, M., Viciano, V. eta Conde, J. (1997). *Desarrollo de la expresividad corporal*, Bartzelona: INDE.
- Bailach, M. J., Melendez, F., Minguillón, A., Romero, F. eta Salvador, M.P. (1996). *Descubrimos el cuerpo, somos equilibristas, perdidos en el espacio y en el tiempo*, Unidades Didácticas para Primaria V, Bartzelona: INDE.
- Casado, J.M., Diaz, M. eta Lausín, C. (1997). *Juegos de expresión corporal. Fichas 2 y 3*, Madril: Pila Teleña.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (1993a). La conciencia corporal. In A. Blázquez (arg.). *Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria*, (261-290 or.) Bartzelona: INDE.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (1993b) Orientación espacio-temporal de las acciones motrices. In A. Blázquez (arg.). *Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria*, (293-325). Bartzelona: INDE, Bartzelona.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (2003a) Gorputzaren kontzientzia. In K. Zubizarreta. eta M. Lopez Gaseni (arg.). *Gorputz Hezkuntzaren Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*, (249-278 or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (2003b). Ekintza motorren leku-denborazko antolamendua. In K. Zubizarreta eta M. Lopez Gaseni (arg.): *Gorputz Hezkuntzaren Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*, (279-311 or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Mateu, M. (1993a). El cuerpo y el movimiento como medios de expresión. In A. Blázquez (arg.). *Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria*, (327-353 or.) Bartzelona: INDE.

- Mateu, M. (1993a). Los elementos básicos de la expresión corporal. In A. Blazquez (arg.). *Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria*,(355-411 or, ) Bartzelona: INDE.
- Mateu, M. (2003a). Gorputza eta mugimendua adierazpen-bide bezala. In K. Zubizarreta eta M. Lopez Gaseni (arg.). *Gorputz Hezkuntzaren Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*,(313-338 or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Mateu, M. (2003b). Gorputz adierazpenaren oinarrizko osagaiak. In K. Zubizarreta. eta M. Lopez Gaseni, M. (arg.). *Gorputz Hezkuntzaren Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*, (341-394 or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Mateu, M., Durán, C. eta Troguet, M. (1992). *1000 Ejercicios y Juegos aplicados a las Actividades Corporales de Expresión*, Bartzelona: Paidotribo.
- Montavez, M. eta Zea, M.J. (1998). *Expresión Corporal, propuestas para la acción*, Málaga: M.M. y M.J.Z.
- Vizcarra, M. T. eta Macazaga, A. M. (2009). *Gorputz Hezkuntza eta bere didaktika I*,Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.



## 4. GORPUTZ-ADIERAZPENA: GORPUTZA, KOMUNIKAZIORAKO TRESNA



21. argazkia. Nola esango dizugu, ba, pozik gaudela?

Egilea: Eneko Rodriguez San Juan





## 4. GORPUTZ-ADIERAZPENA: GORPUTZA, KOMUNIKAZIORAKO TRESNA

Egilea: Eneko Rodriguez San Juan

### 4.1. SARRERA

Pertsonen arteko komunikazioan hitzezko komunikazioa eta ez-hitzezko komunikazioa gertatzen da; bata bestearengandik ia banaezinak dira, hitzezko eta ez-hitzezko komunikazioa elkarrekin doaz (Knapp, 1992). Gorputz-hizkuntza ulertu nahi dugunean ez-hitzezko komunikazioari egiten diogu erreferentzia, gorputzaren bidez zehazten dugulako hitzarekin esaten duguna; askotan, gorputzaren bidez ez dugu adierazten hitzaren bidez adierazten duguna. Gorputzak hitzezko mezua ulertzen lagunduko du, baldin eta emozioak, informazioa, alaitasuna, indarra, malgutasuna, eta abar gorputz-hizkuntzaren bidez adierazten baditugu; hori ere komunikazioaren alderdi bat da. Hala, eguneroko bizitzan, momentuoro hitzezkoak ez diren mezuak bidaltzen ari gara beste pertsoneri (keinuak, zeinuak, eta abar), eta guk uste baino garrantzi handiagoa izan dezakete. Gorputzaren hizkuntza komunikazio-sistemaren funtsezko atala da eta, horren bitartez, hitzezko komunikazioak bakarrik transmititu ezin duen informazioa helaraziko da. Aspalditik, psikologo eta psikiatreek onartzen dute pertsona baten komunikazioan zerikusia dutela mugitzeko erak, bere izaerak, eta emozioen eta besteenganako jokabideen bidez adierazten duen jarrerak (*Science* aldizkarian, 2004/02/16ko zenbakian azaldua). Hori horrela izanda, segidako lerroetan aztertuko ditugu ez-hitzezko komunikazioaren atalak eta hori ikertzen duten esparruak.

## 4.2. EZ-HITZEZKO KOMUNIKAZIOA

Arestian esan dugunez, pertsonen arteko komunikazio definitzeko bi atal bereizi behar ditugu: hitzezko eta ez-hitzezko komunikazioa (Arteaga, Viciano, Conde, 1997). Bi horiek elkarren mendekoak izan arren, ez-hitzezko komunikazioa da ezezagunena eta, gorputz-hizkuntza ezagutzen den heinean, heziketa fisikoak eta gorputz-adierazpenak bere baitan hartuko dute hitzezkoa ez den komunikazio hori.

Ez-hitzezko komunikazioa, oro har, horrela defini daiteke: “komunikazio-mezu edo eduki bat transmititzeko erabiltzen diren mugimenduak edo gorputz-agerpenak” (Pastor Pradillo, 2003). Definizio hori oso zabala da, gorputza bere osotasunean hartzen du, eta gorputz-adierazpenaren elementu guztiak barne hartzen ditu. Horregatik, Pastor Pradillok hainbat autoreren ideiak jasotzen ditu kontzeptua argitzeko. Descamps-ek estereotipoak eta keinuak bereizten ditu: gorputz-estereotipoak dira tipologiaren (gorputzaren) alderdi zehatzen adierazpenak, gorputzaren elementuei (begiak, sudurra, zimurdurak, begirada, eta abar) zenbait balio erantsiz; keinuak, berriz, zentzua duten gorputz-mugimenduak dira, ez-hitzezko komunikazioaren borondatezko egite diren heinean. Guiraud-engandik beste ekarpen bat jasotzen du, bi motatako gorputz-kodeak desberdintzen baititu: hitzezko hizkuntza ordezkatzeko duena eta hitzezko hizkuntzaren laguntzaile dena; horrela bereiziko ditu “hizkuntza eta gorputza” eta “gorputzaren hizkuntza”. Ortiz Camachoren ustez (2002), elementu batzuei esker hartzen da gorputz-hizkuntzaren kontzientzia, intonazioak, intentsitate edo bolumenak, geldiuneak eta bizkortasunak, eskuarki, pertsonaren egoera emozionala ezagutarazten dutelako.

Ez-hitzezko komunikazioa gorputzaren hizkuntzan oinarritzen da; hitza zeinuekin ordezkatzeko da, eta zeinu horiek zentzu bat dute, arau batzuk jarraitzea esan nahi baitute. Gorputzak kode propioak ditu, eta gorputz-alfabetoa sortzen da gorputzaren esanahiak ulertu nahi ditugunean (Mateu, Duran eta Troguet, 1992). Learretak, Ruanok eta Sierrak (2006), berriz, askotariko komunikazio kodeen erabilera dela diote; ez-hitzezko komunikazioan

gorputza da transmititzeko baliabide nagusia (hizkera kanpoan utzita) eta, hala, keinuei eta komunikazioko soinuazko osagaiei soilik egiten diete erreferentzia. Ez-hitzezko komunikazioa harremanetan dago hitzezko komunikazioarekin, eta komunikazio-prozesuaren erregulatzailatzat har daiteke, mezuaren esanahia handitu edo txikitu dezakeelako. Kulturen arabera, ez-hitzezko komunikazioaren sistemak desberdinak izan dira. Kulturaren bidez kodeak eskuratzen dira eta, horregatik, zenbait eredu imitazioen bitartez ikasten dira familiarengandik, lagunengandik, irakasleengandik eta komunikabideengandik; era inkontzientean barneratzen dira, heziketa ez-formalean. Hitzezko komunikazioak baino funtzio gehiago jorratzen ditu, eskuarki hitzezko komunikazioa lagundu, osatu, berraldatu edo ordezkatzeko baitu.



**22. argazkia. Nola kontatuko dizuet ba hori?**

Sanchezek (et al.) (2008) aipatzen du gorputz-hizkuntza, ez-hitzezko komunikazioa dela pertsonen arteko komunikazioaren lehenengo oinarria, pertsonaren sozializazioan laguntzen duelako. Gorputza sinbolizazio-eredutzat hartu behar da, kulturaren adierazgarri gisa. Pertsonen arteko komunikazioa hobetu nahi badugu kulturaren kodeak ulertu behar dira, era horretan soilik

ulertuko baitira trebetasun adierazgarriak beren dimentsio guztietan. Ez-hitzezko komunikazioaren funtzioak (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005) honako hauek dira:

- hitzezko komunikazioa nabarmentzea
- emozioak adieraztea
- solaskideak eragiten dizkigun sentipenak adieraztea
- hitzak ordezkatzeara
- hitzezko komunikazioa interpretatzeko orientabideak ematea
- esaten ari den guztia errepikatzea
- ahozko komunikazioan esandakoa kontrajartzea
- komunikazioa erregulatzea
- solaskideen artean gertatzen ari den informazio ugaria ematea
- hitzezko mezu emozionalak nabarmentzea

Gorputz-adierazpena komunikatzeko asmoa duen mugimendua da, sentsazioak ulertuz, sentsibilitatea esnatuz, eta nork bere indibidualtasuna ulertuz (Montavez, 2008).

### **4.3. DIMENTSIO KOMUNIKATIBOA**

Dimentsio komunikatiboaren bidez, pertsonak besteekiko duen komunikatzeko gaitasuna garatuko du, bestea behatuz, entzunez, ulertuz, bestearekin harremanetan jarriz; modu horretan, besteekin ulertuko da eta harremanak hobetuko ditu. Mezuaren interpretazioa egokia izateko solaskideen arteko komunikazio-kodea ezaguna izan beharko da (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005). Dimentsio horren bitartez, kanpotik proposatzen diren egoerak edo transmititu nahi diren ideiak hobeto adieraziko dira, kanpoko ideiak (barneratzean eta egituratzean) bere ideiekin uztartuko direlako. Mugimenduak edota soinuak berebiziko garrantzia izango dute; praktikan, mimika eta dramatizazioa aurkituko dira bide horretan eta, era horretan, pertsonaren barnekoa kanporatuko da, interakzio pertsonalak gertatuko dira (eguneroko mugimenduetan zein mugimendu abstraktuetan), eta truke diskurtsiboa lortuko da (hitzezko adierazpenaren bidez).

Gaitasun komunikatiboan keinuak garrantzi handia hartzen du. Mateu-k (2003), keinuari buruz hitz egiten duenean, keinu erakusleak (zerbait seinalatzea), imitatzailleak edo deskribatzaileak (imitazio bat egitea), eta sinbolikoak (mezu bat ordezkatzeta) daudela dio; eta batetik bestera zailtasuna igoz doala esaten du. Beraz, keinu erakusleak dira errazenak eta sinbolikoak zailenak. Gauzak horrela, hainbat aspektu gurutzatzen dira dimentsio komunikatiboan: alfabeto komunikatiboa, kanpoko mundua, interakzio pertsonala eta truke diskurtsiboa agertuko dira dimentsio komunikatiboan. Ez-hitzezko komunikazioa alfabeto komunikatiboarekin harremanetan jartzen dugu gehienetan; horregatik, horretan jartzen dute gogoia Learretak, Sierrak eta Ruanok (2005):

		EDUKIAK	
		Orokorrak	Espezifikoak
<b>DIMENTSIOAK</b>	<b>Komunikatiboa</b>	Alfabeto komunikatiboa	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>keinuen hizkuntza</u></li> <li>- soinudun osagai komunikatiboak</li> <li>- keinuzko eta soinuzko erritmo komunikatiboa</li> </ul>
		Kanpoko mundua	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gogo-aldartearen, ideien, sentimenduen edo egoeren gorputz-simulazioa</li> <li>- ekintzaren antolaketaren hasiera, garapena eta amaiera</li> <li>- gorputz-sinbolizazioa</li> <li>- objektuen sinbolizazioa</li> <li>- nork bere burua aurkeztea besteen aurrean</li> </ul>
		Interakzioa pertsonala	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gorputz-elkarrizketa</li> <li>- sinkronizazioa</li> <li>- osagarritasuna</li> </ul>
		Truke diskurtsiboa	

2. irudia. Dimentsio komunikatiboaren eduki orokorrak eta espezifikoak (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005: 80-81)

Alfabeto komunikatiboaren bitartez pertsonen baliabide komunikatiboak garatu nahi dira, eta beste komunikazio kode batzuk erabiltzea izango du helburu. Gorputza izango da hizkuntza eta ideiak transmititzeko tresna nagusia, hitza lekuz kanpo dagoelarik; horregatik, ez-hitzezko hizkuntza ezagutzeak garapena suposatzen du. Zehazki, “keinuen hizkuntzari”, “soinuzko osagai komunikatiboei” eta “keinuzko eta soinuzko erritmo komunikatiboei” dagokie; hala ere, atal honetan keinuen inguruan arituko gara gehienbat. Ez-hitzezko hizkuntzaren ezaugarri eta funtzioak ikusita, horren garrantziaz kontura gaitzke; horregatik, hobetzeko beharrak eduki propio bat izatea eragiten du dimentsio komunikatiboaren barnean.



23. argazkia. Lurrean zer dagoela???????

Alfabeto komunikatiboak pertsonaren dimentsio emozionala adierazten du; Learreta, Sierra eta Ruanoren (2005) proposamenari jarraitzen badiogu, honako hauek dira alfabeto komunikatiboaren edukiak: keinuen hizkuntza, gorputzaren jarrera, gorputzaren itxura, kontaktu fisikoa, begi-kontaktua, pertsonen arteko distantzia, pertsonen arteko orientazio espaziala, irribarrea, eta aurpegiaren adierazpena.

Azken finean, Ortizek (2002) esaten duen gisan, gorputz-alfabetoa gorputz-hizkuntza barneratzean datza. Horrek, askotan, hitzari laguntzen dio, eta emozioz josita dagoen hizkuntza da.

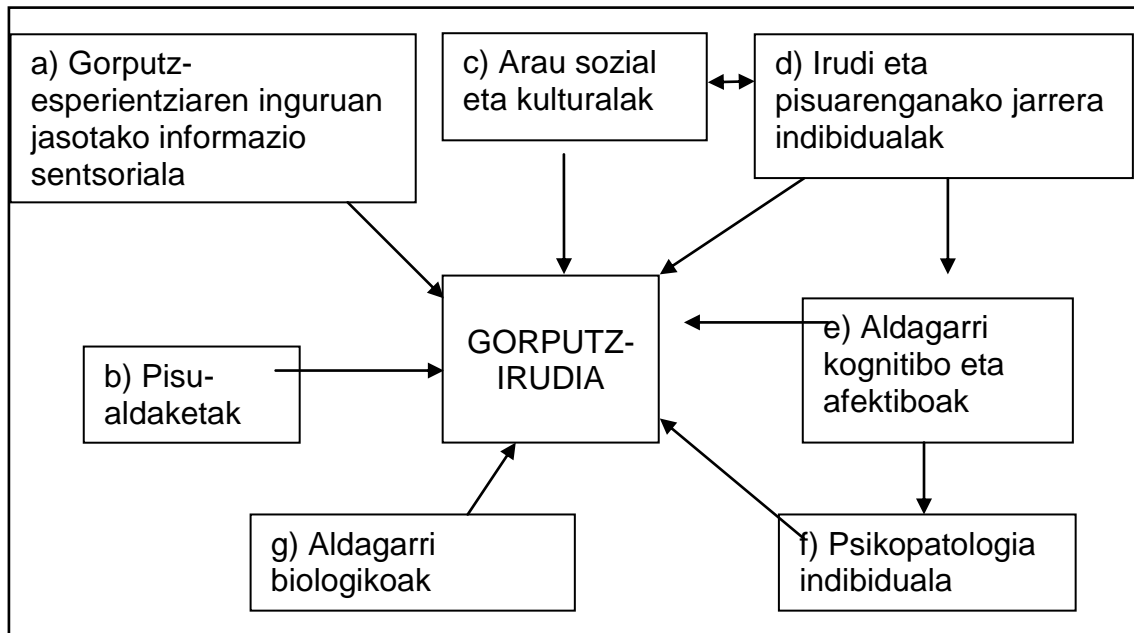
#### 4.3.1. Keinuen hizkuntza

Komunikazio-kodea solaskideei iristen zaie nagusiki ikusmenaren eta ukimenaren bidez, eta honako alderdi hauetan oinarritzen da (Ortiz, 2002): jarreran, itxuran, kontaktu fisikoan, begien kontaktuan, pertsonen arteko distantzian, keinuetan eta pertsonen arteko orientazio espazialean; horiek guztiak izango dira keinuen hizkuntzaren eduki espezifikoaren alderdiak. Aipatutako guztien ostean, beste bi alderdi zehatz nabarmendu behar dira: batetik, aurpegiaren adierazpena eta, bestetik, irribarrea. Segidan, aipatutako alderdi bakoitza garatuko dugu, keinuen hizkuntzaren eduki espezifiko bere osotasunean ezagutzeko. Learretak, Sierrak eta Ruanok (2005) proposatzen dituzten keinuen hizkuntzaren adierazleei jarraitzen badiegu, honako alderdi hauek jasoko ditugu:

- **Gorputzaren jarrera.** Gorputzak hartzen duen posizioa da, bai gogoaldarteagatik bai zerbait transmititu nahi duelako. Eskuarki, garrantzizko zeinu sozialek komunika ditzaketen nahi gabeko egiteak izango dira; hala ere, kontzientea izan daiteke besteekiko komunikazioa hobetzeko. Gorputzaren jarrera ikusita, pertsonen emozio eta sentimenduak nabarmentzen dira. Gorputzaren jarrerak definituko du zer egoera uzten diegun besteei gureganako elkarreraginean. Horrela, posizio irekiak (solaskideek ez dituzte besoak eta hankak banatzen) eta itxiak (babesteko jarrera bat egongo da beso, hanka edota eskuekin) izango ditugu.

- **Gorputzaren itxura.** Bakoitzaren autoirudikapena egingo da, beti ere intentzio batekin. Elementu horien artean ditugu janzkera, orrazkera, osagarriak, apaingarriak, eta abar. Egoera pertsonaletan baldintzatzaile asko agertuko dira; Slade-k (1994) honako hauek islatzen ditu gorputz-irudiaren ereduak:





3. irudia. Gorputz-irudiaren eredua (Slade, 1994: 112)

- **Kontaktu fisikoa.** Egoera komunikatiboan, bi pertsona edo gehiagoren arteko ukitze-ekintza. Kontaktu pertsonala ulertzeko moduak harreman estua izango du norberaren kulturarekin eta jasotako heziketarekin. Eskuarki, kontaktu pertsonalaren bitartez maitasuna adierazten da. Kontaktua izateko une horretan zenbait baldintzatzaile agertuko dira: norberaren testuingurua, adina, eta inplikatuaren arteko harremana. Agresibitatea, lasaitasuna, edo maitasuna larrazalaren bidez iritsiko da, ukimenaren bidez informazio ugari jasoko baita.

- **Begien kontaktua.** “Bi begiraden arteko topaketa” (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005). Ekintza konplexua da eta pertsonen arteko harreman-maila mugatzen du. Mateos-en ustez (2003), hitz egiterakoan begietara begiratzen ez badugu, askotan, arretarik gabe ari garela ematen du. Hala, egoera zehatzetan, intentzioaren arabera, begirada desberdinak erabiliko ditugu. Komunikazio-egoera batean, informazio ugari lor dezakegu solaskideen begiradari arreta jarritz gero. Hitz egiterakoan garrantzia izango du nora eta zenbat denboran begiratzen dugun; ezezagunekin begiradari denbora laburrean eusten zaio; gertuko jendeari, berriz, denbora luzeagoan begiratuko diogu begietara. Eskuarki, ezezagunekin begien bitartez komunikatzen gara, ezer esan gabe, eta gaizki interpretatzeko aukera asko izango ditugu.

- **Pertsonen arteko distantzia.** Egoera komunikatibo bat partekatzen duten pertsonen artean dagoen espazioa (Learreta, Sierra eta Ruano,

2005). Distantziak direla eta, baldintzatzaile ugari aurkituko ditugu: ingurune fisikoa, egoera, desberdintasun kulturalak, estatus sozioekonomikoa, generoa, bakoitzaren ezaugarri pertsonalak, eta abar.

- **Pertsonen arteko orientazio espaziala.** “Gorputzak, egoera komunikatibo batean, erreferentzia-puntu batekiko (kasu honetan, entzule edo taldearekiko) hartzen duen posizioa” (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005). Orientazioaren barnean bi maila agertuko dira:

- Aurrez aurrekoa edo orientazio paraleloa. Honen arabera, bi pertsona edo gehiago harremanetan jar daitezke, beren gorputzaren jarrera dela eta. Emozioak eta informazioa transmititzen duten egoeretan gertatuko da: irakasle-ikasle, mediku-paziente, maitale-maitale...
- Adostasun-ezadostasun maila. Askotan, taldean batek posizioz aldatzen badu, guztiek jarraituko diote automatikoki.

- **Irribarrea.** Gehienetan sentimendu pozgarriek eragiten dute, baina beste hainbat sentimendu ere adieraz ditzake. Bereizitasun nagusia da, egoera komunikatibo batean, irribarre batek besteen irribarrea erakartzen duela. Irribarre soil batek hainbat interpretazio izan ditzake; horrela, bati poztasuna adierazten dion irribarre batek beste bati duda edo eraso adieraz diezaiokie. Horregatik, intentzioaren arabera, sentimen desberdinak igor ditzake irribarre batek. Irribarrea aurpegiko adierazpenaren barnean sar daiteke; hala ere, ezaugarri propioak dituen eta zinesika-esparruaren atal bat osatzen duenez, komenigarria iruditu zaigu bereiz azaltzea.

- **Aurpegiaren adierazpena.** Pertsonen arteko harremanak erregulatzeko erabiltzen da, sentimendua eta gogo-aldarte argi eta garbi adierazten baititu. Gainera, hartzailearenganako mezua nabarmendu edota indartu dezake. Horrela, aurpegiaren adierazpenak funtzio asko jorra ditzake: gogo-aldarte, arreta, nahigabea adierazi eta hitzezko komunikazioa sendotu, besteak beste. Ekman-ek, FAST (*facial affect scoring technique*) deituriko aurpegi-atlasean, hiru zatitan banatu zuen aurpegia, horren adierazpenaren azterketarako: bekokia eta bekainak, begiak eta gainerako aurpegi-zatiak (sudurra, masailak, ahoa eta kokotsa). Aurpegiaren adierazpenean, lehen aipatutako begirada eta irribarrea izango dira adierazle nagusiak, eta horiekin

keinu anitz jorra daitezke. Horrela, hainbat intentzio eta interpretazio aurkituko ditugu gure aurpegiak zerbait adierazten duenean. Gainera, aurpegia da begiratzen dugun anatomiaren lehen atala eta, horren ondorioz, askotan erabakitzen dugu pertsonak gustukoak ditugun ala ez. Baina hanka-sartzeak gerta daitezke aurreiritzi horiek izanda, eta ez egitura anatomikoagatik, baizik eta aurpegiaren adierazpenagatik.



24. argazkia. Ui, ui, ui, ui.... beldurra esan duzu?

#### 4.3.2. Komunikazioko soinua eta erritmoa

Komunikazioaren soinuak alderdi interesgarriak dira komunikazioaren barruan, hain zuzen ere, hitzezko komunikazioan komunikazioaren ñabardurak elementu horiei esker sortzen baitira. Alderdi horiek honakoak dira: intonazioa, intentsitatea, bolumena, abiadura eta geldituak, besteak beste. Denak batera agertzen dira, eta mezuaren intentzioa edo esanahia alda dezakete. Sentimenduak edo sententzioak erakusteko baliagarriak dira eta, era horretan, hitz berdinek adieraz dezakete lotsa, lilura, aspertuta egotea, alaitasuna, kezka, tristura, urduritasuna, beldurra, harridura, besteak beste. Komunikazioaren

erritmoa ere garrantzitsua da; hala, komunikazioko denbora errespetatzeak komunikazioa bera hobetu dezake, komunikazioaren erritmoa keinuen bidez eta hitzaren bidez lortzen baita.

#### **4.4. KEINUA ETA ZINESIKA**

“Gorputzaren, oro har, edo gorputz-atalen baten (zehazki, aurpegia) adierazpen-mugimendu bat egiten denean zerbait adierazteko edo komunikatzeko” (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005). Keinua da ez-hitzezko komunikazioaren barnean gorputzaren bitartez komunikatzeko era bat. Keinuen hizkuntzak, hitzik egin gabe, pentsamenduak eta sentimenduak adieraztea ahalbidetzen du.

Mateu-ren arabera (2003), keinuak izan daitezke: autistikoak (komunikatzen duten keinuak izan ohi dira, beren asmoa hori ez izan arren), ohikoak (gizabanakoa bere ingurune sozialean edo bere lanbidean kokatzeko aukera ematen diguten prozedurak edo jarduteko moduak), eta sinbolikoak (kulturak mugatuak eta askotan objektuak deskribatzen dituzte). Jarrera zinesikoaren barnean, bost keinu mota aurkituko ditugu: keinu enblematikoak edo ikurrak; keinu ilustratzaileak; egoera afektiboa adierazten duten keinuak; interakziozko keinu erregulatzailak; eta keinu moldatzaileak (Knapp-ek Ekman eta Friesen-engandik hartzen du; 1992).

Zinesika keinuen azterketa eta ikerketa da (Pastor, 2003). Keinuak komunikatzeko zeinu gisa erabiltzen dira, hitzezko komunikazioari laguntzen diotelako edo berez zentzua dutelako. Emozioak eta sentimenduak adierazteko baliagarriak izanik, keinuak izan daitezke: ikurrak, erregulatzailak, egokitzaileak. Zinesika hitzik gabeko komunikazioa da, eta entzumenaren, ikusmenaren edo ukimenaren pertzepzioaren bitartez jasotzen da. Jarrera zinesiko edota gorputz-hizkuntzat ere hartzen da zinesika. Zinesikari dagokionez, Knapp-entzat (1992) keinuak honako hauek dira:

- Ikurrak: nahita igorritako zeinuak dira; mundu guztiak ezagutuko ditu.

- Ilustratzaileak: hitzezko komunikazioari laguntzen dioten keinuak dira, hori zehazteko edo azpimarratzeko, hitz bat ordezkatzeko, eta abar; publikoaren aurrean hitz egiteko oso baliagarriak izango dira.
- Gogo-aldarteak adierazten dutenak: keinu mota honek pertsonaren gogo-aldarteak adierazten ditu; momentuko emaitza emozionala da.
- Erregulatzaileak: hauekin komunikazioa bateratu edo erregulatu egingo da, eta kanala ez da desagertuko.
- Egokitzaileak: adierazi nahi ez ditugun emozioen ordezkariak adierazitako keinuak izango dira; hiru motatakoak izan daitezke:
  - Autoegokitzaileak: gorputza bera erabiltzea; adibidez: igurtzi, imurtxi egin...
  - Heteroegokitzaileak: pertsonen arteko lehen erlazioekin ikasten dira, eman eta jaso; adibidez: eraso edo babestu, hurbildu edo urrundu...
  - Objektuen egokitzaileak: objektuak manipulatzeko erabiltzea; adibidez: erre, idatzi...

Gorputzaren hizkuntza aztertzen denean, beste bi kontzeptu ere agertzen dira zinesikarekin batera: proxemika (Pastor, 2003), gorputzaren jarrerak eta lekualdaketak aztertzen dituenak, eta proxodia, komunikazioko soinuekin zerikusia duena.

#### 4.5. GAITASUN ADIERAZKORRA

Learreta, Sierra eta Ruanoren ustez (2005), gaitasun adierazkorra gaitasun komunikatiboaren oinarri da; mugimendua tresna bihurtzen da banakako errealitatea ateratzeko, xurgatzeko, azaleratzeko edo kanporatzeko. Mugimendutik emoziora doa, eta emoziotik mugimendura. Barneko munduarekin kontaktuan jartzeko baliagarria da. Arteaga, Viciano eta Condek (1997), berriz, gaitasun adierazkorraren barruan kokatzen dituzte pertsonen arteko harremanak. Autore horientzako ezagutza pertsonala dena, guk gorputza ezagutzeko tresna gisa deskribatu dugu.

<b>GAITASUN ADIERAZKORRA</b>
<b><i>EZAGUTZA PERTSONALA</i></b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>desinhibizioa (bat-batekotasuna, askatasuna, dinamizazioa, blokeorik eza, sormena...)</i></li> <li>• <i>norberaren ezagutza segmentarioa</i></li> <li>• <i>norbera ingurunearen arabera egokitzea</i></li> </ul>
<b><i>EZAGUTZA INTERPERTSONALA</i></b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>A) Hitzezkoa</li> <li>B) Ez-hitzezkoa <ul style="list-style-type: none"> <li>B.1. Jarrera zinesikoa <ul style="list-style-type: none"> <li>- ikurrak</li> <li>- ilustratzaileak</li> <li>- afektu-ereduak</li> <li>- erregulatzaileak</li> <li>- egokitzaileak</li> </ul> </li> <li>B.2. Ezaugarri fisikoak</li> <li>B.3. Ukitzeko jokaera</li> <li>B.4. Paramintzaira <ul style="list-style-type: none"> <li>- ahozkoatasuna</li> <li>- ahoskera</li> </ul> </li> <li>B.5. Proxemia (erlazio espazialak)</li> <li>B.6. Tresneriaren erabilera</li> <li>B.7. Inguruneko faktoreak</li> </ul> </li> </ul>
<b><i>KOMUNIKAZIO INTROPROIEKTIBOA</i></b>

4. irudia. Gaitasun adierazkorra. Arteaga, Viciano eta Conde (1997: 37)

#### 4.6. MIMOA

Ez-hitzezko komunikazioarekin bukatzeko, antzerkigintzako teknika ezagun bat hartuko dugu eredu, hain zuzen ere, mimoa. Antzinetatik, arte dramatikorekin lotuta egon den antzezpena izan da; mimika bidez antzezten duena, berriz, mimoa da. Grezia eta Erromako atari zabaleko antzokietan, mimoa elementu oso garrantzitsua izan zen interpretazioan. Hala ere, Asian garatu zen arte hori Europan baino lehenago; ondorioz, Ekialdeko kulturetan garrantzi handiagoa izango du keinuak.

Askorentzat (Mateos, 2003), gorputz-adierazpenaren bidez mezuak bidaltzeko modurik konplexuena da mimoa. Mimoaren bitartez, sentimenduak komunikatu eta, bereziki, aurpegiaren adierazpena lantzen da. Guztiz mutu edo hitzekin eta musikarekin lagunduta ager daiteke; antzezle bakarra izango da mimoa (askotan, mimoak berak idazten ditu bere obrak). Gaur egun, mimoaren munduan ezaugarri garrantzitsua da keinuen aniztasuna eta, beraz, osagarri gisa erabiliko dituzte makillajea, apaingarriak, objektuak, antzezpena (janzkera tipikoa), eta abar. Aipatutako konplexutasuna gaindintzeko, gorputza kontrolatu eta teknika ezagutu beharko dira. Hala ere, maila desberdinak aurkituko ditugu, egokitzapenen bitartez garatzea lortuz.

#### 4.7. *TEORIATIK PRAKTIKARA: LAN PRAKTIKOAREN JUSTIFIKAZIOA*

Ez-hitzezko komunikazioaren alderdi teorikoa aztertu eta gero, ezinbestekoa zait alderdi teoriko hori alderdi praktikoarekin alderatzea, praktikan egongo baita lanaren funtsa. Teorian aipatutako guztia praktikan aplikatzen saiatu naiz, modu batean edo bestean. Horretarako, unitate didaktiko bat jorratu dut: “Gorputzarekin hitz egin gabe komunikatzen gara”.

Unitate didaktikoa Zamakola-Juan Delmas Abusu-La Peña (Bilbo) auzoko ikastetxean gauzatu dut. Lehen Hezkuntzako 3. zikloko ikasleentzat prestatua dago; baina, gorputz-adierazpenak ematen digun malgutasunari

esker, moldagarria izan daiteke. Nire kasuan, 6. mailako (3. zikloko 2. kurtsoa) talde batekin (6M1) egin dut unitate didaktikoa, eta klasean 19 ikasle izan dira.

Ikasleei helburu orokor bat proposatu diet: gorputz-adierazpenaren bidez eta horrek eskainitako baliabide ugariaren bidez harremanetan jartzea, ez-hitzeko komunikazioa tresna nagusi izanda, hain zuzen ere. Horrez gain, saiatu naiz unitate didaktikoa ikastetxeko Hezkuntza Proiektuarekin erlazionatzen.



#### 4.8. PROPOSAMEN PRAKTIKOA: GORPUTZAREKIN ETA HITZIK GABE KOMUNIKATZEN GARA

UNITATE DIDAKTIKOA		
<u>IZENBURUA =&gt; “GORPUTZAREKIN ETA HITZ EGIN GABE KOMUNIKATZEN GARA”</u>		
Gaitasunak		
1. Zehaztasun-maila	<p>1. Mugimendu-aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta norberari egokitzeko.</p> <p>2. Gorputz-hizkuntzaren bidez pertsonen arteko komunikazioa erabiltzea, eskola-komunitatean integrazioa bultzatuko duten gizarte-trebetasunak eskuratzeko.</p> <p>3. Gorputzaren alfabetoa erabiltzea, mugimenduak besteek uler ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igorrita. Baliabide nagusien artean mimika eta dramatizazioa leudeke.</p>	
2. Zehaztasun-maila	<p>1. Emozioak, sentimenak eta ideiak adieraztea eta transmititzea gorputz-mugimenduen bitartez, komunikatzeko gaitasuna hobetzeko.</p> <p>2. Plastika eta ikusmen-estimuluen bitartez, mugimendu berriak sortzea eta aurkitzea, irudimenaren eta sormenaren aberastasuna lortzeko.</p> <p>3. Pertsonaia eta argudio errazak irudikatzea eta antzeztea, adierazpen eta mimo-tekniken bitartez, pertsonen arteko harremana errazteko.</p> <p>4. Nork bere gorputz-errealitatea ezagutzea, balioestea eta onartzea, mugimendu-aukera guztiak erabiliz gorputz-adierazpeneko jolasen bidez.</p>	
3. Zehaztasun-maila	<p>1. Gorputz-adierazpenarekin gozatzea, gorputzaren mugitzeko aukerak arakatzuz, gorputza bizitzeko eta sentitzeko.</p> <p>2. Mugimendu eta keinu berriak sortzea, antzezpenaren bidez besteekin komunikazio-egoerak bermatzeko.</p> <p>3. Sentimenduak adieraztea, inolako inhibiziorik gabe egoera desberdinetan komunikatzeko gai izateko.</p>	
2. EDUKI MULTZOA => GORPUTZ ADIERAZPENA ETA KOMUNIKAZIOA		
	Kontzeptualak	Prozedurazkoak
		Jarrerazkoak

<b>E D U K I A K</b>	<p>1. Gorputzaren aukera pertzepziozkoak, motorrak eta adierazleak, imitazioak eta mimoa</p> <p>2. Gorputza, adierazpen- eta komunikazio-tresna</p> <p>3. Gorputza hizkuntza-adierazle, eta beste hizkuntzen arteko mugimenduerlazioa</p> <p>4. Gorputz-mugimenduekin zerikusia duten jolas eta ariketak</p>	<p>1. Gorputzaren baliabide eta aukeren azterketa eta esperimantazioa, mimika eta dramatizazioaren bitartez</p> <p>2. Sormenaren garapena, gorputza adierazpen eta komunikabide gisa erabiliz, irudimenezko eta sormenezko erantzunen bidez</p> <p>3. Mugimendu eta keinu pertsonalaren erabilera, ideia, sentsazio eta sentimenduen adierazpena eta antzezipena</p> <p>4. Gorputz-mugimenduekin esperimantazioa, gorputz-adierazpeneko jolas eta ariketa desberdinak erabiliz</p>	<p>1. Gorputz errealitatearen balioespena eta onarpena, bere aukerak eta mugak</p> <p>2. Mugimendua eta gorputz-adierazpena erabiltzearen onarpena eta balorazioa</p> <p>3. Parte-hartzea, elkarlana suposatzen duten egoeretan motor eta gorputz-baliabideak erabiliz</p> <p>4. Gustura sentitu gorputz-mugimenduaren bitartez adieraziz</p>
--	--	--	---

**1. SAIOA: "MIMOA ETA KEINUA I"****Gaitasuna**

Keinu eta mimo-tekniken bidez, mugimendu berriak sortu eta irudikatzea, besteekiko komunikazioa hobetzeko.

**1. Azalpenak**

- Gorputz-adierazpenari sarrera
- Ohitura eta arau berriak
- Saioan jorratu behar denaren azalpena

**2. Jarduerak****a) Gidatu (beroketa)**

Keinuen bidez pertsona batek bestea gidatu behar dugu, atzera, aurrera, eskuinera, ezkerrera, salto, azkar, astiro... Lehenengo binaka eta, gero, gehituko ditugu pertsonak. Proposamenak: *aurrera: bizkar gainean; atzera: bizkarraren azpialdean; eskuinera: eskuin-sorbaldan ukitu; ezkerra: ezker-sorbaldan ukitu; azkar: bi sorbaldetan jo; salto: buruan; gelditu: bi aldiz bizkarrean.*



**25. argazkia. PASATU AGINDUA**

**b) Keinu-partida (beroketa)**

Binaka batak besteari keinu bat egin, horrek beste keinu batekin erantzun, etengabe keinu ezberdina bilatu.



**26. argazkia. HORI BAI AURPEGIA!**

**c) Keinu-erlebuak (atal nagusia)**

Zerrenda batean zerbait adierazten duen keinua apuntatuko dugu. Gero bi talde egingo dira eta, keinuak pasatuz, errelebuak egingo dira. Horrela, keinua azken pertsonarengana heltzen denean, pertsona horrek arbetetik ezabatuko du keinua. Adierazten duena lehenengoarengana joango da, beste keinu bat pasatzeko.



27. argazkia. PASATU AZKAR MEZUA!

d) Erantzun kodea (erlaxazioa)

Binaka kode bat asmatuko dute, prestatutako galderei erantzuteko (bai, ez, agian...)

Proposamenak:

- *Fruitua gustuko duzu?*
- *Anai-arrebak dituzu? Zenbat?*
- *Zein kirol duzu gustuko?*
- *Zenbat urte dituzu?*
- *Badakizu zer den gorputz-adierazpena?*
- *Nola pasatu duzu klasean?*

### Behaketak eta Hausnarketak

Lehen saioa izanda, kontuz ibili behar nuen. Argi eta garbi geratu behar da zertan datzan gorputz-adierazpena eta zein den unitate didaktikoaren helburua. Jolasak sinple xamarak izan dira. Nire asmoa lotsa galaraztea da, bestela ez baitute guztiek parte hartuko.

**2. SAIOA: "MIMOA ETA KEINUA II"****Gaitasuna**

Keinu eta mimo-tekniken bidez, mugimendu berriak sortu eta irudikatzea, besteekiko komunikazioa hobetzeko.

**1. Azalpenak**

- Aurreko saioari buruzko iruzkinak
- Saioan jorratu behar denaren azalpena

**2. Jarduerak**

- Aginduak (beroketa): binaka, batak besteari keinuen bitartez aginduak adierazi besteak lantzeko.
- Egoerak antzeztu (beroketa): taldeka, proposatutako egoera edo ekintzak antzeztu. Proposamenak: *aulkian eserita; tabernako barran besoa jarrita; soka batetik tiraka; baloi bati birak ematen; tenis-partida*



**28. argazkia. HAIN GAZTE TABERNAN?**

- Keinu-alfabetoa (atal nagusia): taldeka, 20 elementuko keinu-alfabetoa sortu beharko dute proposatutako esaldia interpretatzeko. Proposamenak:
  - *Gaur eskolara etorri eta Peru izan da gure irakaslea*
  - *Klasea asko gustatu zaigu, horregatik gaude pozik*



**29. argazkia. ESKOLARA GOAZ**

## d) Keinua pasatu (atal nagusia)

Biribilean bakoitzak keinu bat egingo du; aldamenekoak keinu hori errepikatu eta beste bat gehituko du, partaide guztiek keinu bat sortu arte.



**30. argazkia. HORI BAI KEINU HARROA!**

## e) Deformatu (erlaxazioa)

Binaka, batak besteari aurpegia deformatu, lasaitasunez eta masaje moduan.



**31. argazkia. GOZATU MASAJEAZ!**

### **Behaketak eta Hausnarketak**

Berriz ere keinuari garrantzi handia eman diot, saio hau lehen saioaren jarraipena izan baita. Lehen antzezenak egiten hasiko dira, hortaz, sormena landuko dute, gehienbat mugimendu berriak sortuz. Berriz ere jolas errazak izan dira; horietan irakasleak bideratu ditzake antzeztu beharreko egoerak, edota ikasleek sortu egoera berriak. Talde txikietako lana nabarmentzen joan da, eta saiatu gara neskak eta mutilak nahasten.

**3. SAIOA: "IMITAZIO ETA ASMAKIZUNAK"****Gaitasuna**

Pertsonaia, gauza eta egoera desberdinak antzeztea imitazio eta asmakizunen bitartez, komunikatzeko gaitasuna eta pertsonen arteko harremanak hobetzeko.

**1. Azalpenak**

- Aurreko saioari buruzko iruzkinak
- Saioan jorratu behar denaren azalpena

**2. Jarduerak**

a) Objektu bizidunak (beroketa): taldeka, partaide bakoitzari objektu baten prozesua proposatuko zaio, beste guztien aurrean imitatzeko eta haiek asmatzeko; egoerak garapen bat du.

Proposamenak: *Puxika: puztu, hustu, zulatu. Zuhaitza: haziak, sustraiak, enborra, adarrak. Kandela: piztuta, itzalita, desegiten. Gizakia: haurra, umea, gaztea, heldua, zaharra. Tximeleta: larba, zizarea, tximeleta.*



**32. argazkia. EZETZ ASMATU ZER NAIZEN?**

b) Filmen izenburuak (atal nagusia): taldeka, partadaide bakoitzari film baten izenburua proposatuko zaio; hori interpretatu behar dute (filma ez, baizik eta izenburua) besteek asmatzeko.

Proposamenak:

- *Leoi Erregea*
- *Otsoekin dantzan*
- *Arkumeen isiltasuna*
- *Euri azpian abesten*
- *Amodio itsua*
- *Zomorroak*
- *Auzokide erasotzaileak*
- *Marrazo-uxatzailea*



**33. argazkia. A ZE PAREA!**

c) Heroiak (atal nagusia): taldeka, partaide bakoitzari heroi baten egoera proposatuko zaio; hori interpretatu eta besteek asmatu egin beharko dute zein heroi den eta zer eta non egiten ari den.

Proposamenak:

- *Superman supermerkatuan erosketak egiten; Batman hondartzan eguzkia hartzen; Hulk San Mamesen gola sartzen; Spiderman ibiltoki batean desfilatzen; Harry Potter tabernan dantzatzen*



**34. argazkia. GOAZEN IBILTOKIRA!**

d) Ipotxak gara (erlaxazioa): bikoteka, bat indioen moduan eseriko da, eta besteak atzetik hankak eta eskuak aterako ditu, izara batekin estalita dagoela. Bien artean egoera jakin batzuk imitatuko dituzte besteek asmatzeko. Bi pertsonen artean ipotxa egingo dute.

Proposamenak:

- *Ping-pong-ean jolasten*
- *Tortilla prestatzen*
- *Autoa gidatzen*
- *Jogurta jaten*
- *Liburua irakurtzen*
- *Saskibaloian jolasten*
- *Prismatikoak erabiltzen*
- *Koadroa margotzen*
- *Futbolean jolasten*



**35. argazkia. HAIN TXIKI ETA BAKARRIK GOSALTZEN!**

### **Behaketak eta Hausnarketak**

Beharbada, ikasleentzat hau izan da saiorik dibertigarriena, momentuoro egoerak antzezten eta rolez aldatzen aritu direlako. Nire lana ariketa guztiak bideratzea izan da, rolak banatuz; hala ere, jolasaren bukaeran haiek sortzeko denbora eman diet.



**4. SAIOA: "SENTIMENDUAK ADIERAZTEN"****Gaitasunak**

- Emozioak, sentimenduak eta ideiak adieraztea eta transmitzea gorputz-mugimendu eta adierazpenen bitartez, baliabide komunikatiboak sortzeko.

**1. Azalpenak**

- Aurreko saioari buruzko iruzkinak
- Saioan jorratu behar denaren azalpena

**2. Jarduerak**

- a) Argazki adierazkorrak (beroketa): gelan zehar sentimenduak adierazten dituzten argazkiak itsatsiko dira; horrela, argazki argazki pasatuko dira eta horiek adierazten dutena ikasleek ere adierazi egingo dute.



**36. argazkia. ATHLETIC-EN GOLA IZANGO ZEN**

- b) Ipuin motorea (atal nagusia). Ipuin batean azpimarratutako hitzak gorputzarekin adierazi beharko dituzte, irakasleak irakurtzen duen bitartean.

- c) Adierazpen kontrajarriak (atal nagusia).

Bi talde egingo dira eta talde bakoitzari sentimen bat esango zaio (talde batena bestearen kontrakoa izanik). Sentimen horrekin errelebuak egingo dituzte eta, amaitzerakoan, buelta eman eta beste taldeari sentimendua adieraziko diote guztiek batera; horrela, kontrako bi sentimenduak aurrez aurre izango dira.

Proposamenak:

- Hotza-Beroa
- Poza-Haserrea
- Iribarrea-Negarra
- Gozoa-Nazkagarria



**37. argazkia. A ZE HOTZA!**



**38. argazkia. BAI ZERA, BEROA!**

d) Talde-sentimenduak (erlaxazioa): talde bakoitzari sentimendu-egoera zehatz bat proposatuko zaio beste guztien aurrean antzezteko.

Proposamenak:

- *Futbol-partidan gola sartu: poza*
- *Saskibaloian azken jaurtiketa ez sartu: tristura*
- *Pastela jan eta zapora ona: gozoa*
- *Hondartzan eguzkia hartzen egon eta bat-batean euria hasi: haserrea*
- *Zineman amodiozko filma ondo bukatu: amodioa*



**39. argazkia. BIHOTZAREN BIDEZ ULERTZEN GARA**

#### **Behaketak eta Hausnarketak**

Saio honetan, ikasleak sentimenen adierazpenaz jabetzea lortu nahi nuen eta, beraz, lasai hartu dut. Horregatik, hasieran denbora gutxian sentimen asko askatzeko eskatu diet, geroago berek nahi dituzten sentimenak aplikatu zituzten. Gorputz-adierazpenaren teknika berriak sartu ditut (ipuin motorrak); horregatik, umeei azaldu diet zer den ipuin motorra, azkar ulertzeko modu batean. Barnean daramatena kanporatzen utzi diet.

**5. SAIOA: "GORPUTZ-HIZKUNTZA"****Gaitasunak**

Jolas adierazgarrien bidez gorputza erabili, hainbat mezu komunikatzeko.

**1. Azalpenak**

- Aurreko saioari buruzko iruzkinak
- Saioan jorratu behar denaren azalpena

**2. Jarduerak**

- a) Agurrak (beroketa): espazioan zehar mugituko dira eta keinu, begirada, ukimen, distantzia, orientazio... desberdinak erabiliko dituzte agurrak egiteko.

**40. argazkia. ESPAZIOAN ZEHAR AGURTZEN**

- b) Begiradak (beroketa). Binaka, espazioan zehar mugituko dira begien kontaktua galdu gabe eta distantziak aldatuz.
- c) Egoera-aldaketak (atal nagusia). Espazioa lau eremutan banatuta dagoela, eremu bakoitzean jarrera bat egingo da, musika jotzen ari den bitartean. Danborraren soinua hasterakoan, biribil bat egin beharko dute eta bueltak eman soinurik gabe geratu arte. Orduan, eskuinekoa agurtu beharko dute, agur desberdin batez. Musika berriro hasten denean, lau jarrera-eremuetan zehar mugitu beharko dira, prozesua errepikatuz.

Proposamenak:

- Lau eremuak: 1 pasota, 2 beldurra, 3 haserrea, 4 beroa
- Agurrak: agurtu, besarkatu, musu, eskimalen agurra

**41. argazkia. SENTIMENDU-ALDAKETAK**

- d) Museoa (atal nagusia). Batek (estatua) jarrera bat hartuko du eta geldirik geratuko da. Besteak asmatu beharko du jarrera horren bitartez zer adierazten duen. Asmatu ondoren buelta emango du, eta estatuak bere jarreraren zerbait aldatuko du, besteak berriz ondo jar dezan.



42. argazkia. HAUEK BAI MUSEOKO ESKULTURAK!

- e) Barregurea (erlaxazioa). Binaka, batak besteari barre eginaraztea; besteak barrerik egin gabe iraun nahiko du



43. argazkia. GELAKO ZINTZOA ETA MALTZURRA

### **Behaketak eta Hausnarketak**

Honetan saiatu gara ikasleek aplikatu zezaten beste saio guztietan ikasitakoa; bai mugimenduak bai keinuak. Horri jarreraren garrantzia gehitu diot, horren inguruan jorratuz saioa. Lotsaren kontua berriz ager daiteke, kontaktu fisikoa agertzerakoan; hala ere, hori landuta dago lehen saioetatik. Hasieran aspergarria izan da, baina bukaeran oso ondo pasatu dute.

**6. SAIOA: "JOLAS ADIERAZGARRI EGOKITUAK"****Gaitasunak**

Jolasen bidez irudimena, sormena eta adierazpena lantzea, besteekiko harremana eta komunikazioa hobetzeko eguneroko harremanetan.

**1. Azalpenak**

- Aurreko saioari buruzko iruzkinak
- Saioan jorratu behar denaren azalpena

**2. Jarduerak****a) Bat, bi, hiru... pitxerrearantz sartu (beroketa)**

"Cara Bin Bon Ban" jolasaren antzekoa da; pertsona bat hormaren aurrean dago, buelta emanda; hormarantz begira dagoenean, besteak nahi duten guztia mugitu daitezke hormarantz gerturatuz; hormarantz iristen den lehenengo pertsonak irabaziko du. Mugitzen ari dela horman dagoenak buelta hartzen badu, ibilbidea berriro hasi beharko du. Jolas ezaguna da. Baina, kasu honetan, hormaren kontra dagoenak ez du abisatu behar buelta eman nahi duenean, eta buelta eman dezake nahi duenean. Aldi bakoitzean bi eskuak jarriko ditu hormaren kontra.

**44. argazkia. BAT, BI, HIRU... PITXERREAN SARTU****b) Baloia eseria (atal nagusia): brile-an jolastuko bagenu bezala, baina baloirik gabe; irakasleak esango du nondik doan baloia, ikasleak gaitzen badira.****45. argazkia. HORI BAI IRUDIMENA!****c) Zapia hartu (atal nagusia): zapiak buztan moduan jarriko dituzte prakaren atzeko aldean; zapi horiek partaideen artean lapurtu beharko dituzte baina, jolasa garatuz doan neurrian, sentimenduak adierazi beharko dituzte.****Proposamenak:**

- Zapia kendu nahi didate: beldurra
- Zapia kendu dut: poza
- Zapia kendu didate: tristura
- Zapia ez dut berreskuratzen: haserrea

**46. argazkia. SEKULAKO ADIERAZKORTASUNA!**

## d) Orkestra (erlaxazioa):

Guztiak biribilean eseriko dira eta bat gelatik irtengo da. Biribilean dagoen bat zuzendaria izango da, eta keinuak egin beharko ditu instrumentuak joko balitu bezala. Zuzendariak egiten dituen keinuak errepikatu beharko dituzte beste guztiek. Gelatik irten denak nor den zuzendaria asmatu beharko du, rol-aldaketa gerta dadin.



47. argazkia. NOR DA ORKESTRAKO ZUZENDARIA?

## e) Azken iruzkinak (erlaxazioa)

Saio honetan eta, oro har, unitate didaktiko osoan ikasitakoaren inguruko komentarioak

### **Behaketak eta Hausnarketak**

Hainbeste saiotan “geldirik” egon eta gero, azken saioan proposatu dut gorputz-adierazpenean ohikoak ez diren eta jolas motorrarekin zerikusia duten jolasak jorratzea. Beti ere aldaerak sartuko dira jolasetan gure adierazpen txikitxo bat egon dadin; horrela, unitate didaktiko osoan zehar ikasitakoa aplikatu beharko dute. Jolas tradizionalak izango dira, guztiek ezagutzen dituztenak, baina gehienbat adierazpenetan eta keinuetan oinarrituta. Garrantzia emango diogu sormenari eta irudimenari. Bukatu ondoren, hausnarketa orokor bat egin daiteke unitate didaktikoaren nondik norakoak aztertzeko eta helburuak bete diren jakiteko.

## EBALUAZIO-IRIZPIDEAK

Ikastetxeak ebaluazio jarraitua egitea proposatu zuen, hasieran (ikasleen gaitasunak ezagutzeko), egunero (zer egiten duten jakiteko eta planifikatutakoa aldatzeko), eta bukaeran (beharrezko garapena gertatu den frogatzeko). Gorputz-adierazpenean oso zaila da ebaluazioa; horregatik, jarreraren ebaluazioak garrantzia izango du:

### **Ebaluazio-jarduerak:**

Ebaluazio-jarduerak sei saiotan erabiliko dira behaketa egin ahal izateko; ebaluazio-jarduerak honako hauek izango dira:

- Ipotxa, hartza, eta sorginkeria: emozioak, pertsonaiak, eta egoerak nola transmititzen diren behatuko dut eta, horretarako, ipuin motorra erabiliko dut.
- Keinu-alfabetoa: aztertu nahi dut nola sortzen diren mugimendu berriak; horretarako, nik esaldi bat esango dut eta haiek antzeztu egin beharko dute esaldiaren esanahia.
- Ipotxak: argudio errazak behatzeko antzezpen egokia iruditu zait; behatu ipotxen komunikazio-tresnak eta ikusi komunikatzeko gaitasuna eta baliabideak.
- Irudimenezko baloi eseria: sormena eta irudimena balioesteko.

### **Ebaluazio-irizpideak:**

1.- Ideiak eta emozioak gorputz-mugimenduen bitartez adierazten ditu.

2.- Besteekin komunikatzen da besteek ulertzeko moduan:

- 2.1.- Keinuak eta mugimendu ugari erabiltzen ditu.
- 2.2.- Sentsazioak, mezuak eta emozioak adierazten ditu, eta besteek ulertzen dute.
- 2.3.- Mugimendu ulergarriak erabiltzen ditu, besteekin egoki komunikatuz.

3.- Ideiak irudizko testuinguru batean adierazteko gai dira, gorputz-alfabetoak eskaintzen dituen baliabideak erabilia, seriotasun osoz eta inhibiziorik gabe.

- 3.1.- Gorputza erabiltzen du ideiak transmititzeko.
- 3.2.- Mugimendu propioak erabiltzen ditu.
- 3.3.- Keinu eta mugimendu berriak asmatzen ditu.
- 3.4.- Parte hartzen du.
- 3.5.- Taldekideekin lankidetzeta eta laguntza bermatzen du.

### **Oharra:**

Honako atal hauek izango dira, gehienbat, ebaluaketan kontuan hartuko ditudanak: gorputzaren mugimendua (gorputza erabiltzen du ideiak transmititzeko? Mugimendu berriak sortzen ditu?), keinuak (keinuez baliatzen da komunikatzeko orduan?), irudimena eta sormena (irudizko testuinguruan ondo moldatzen da?), eta jarrera (parte hartzen du eta elkarlanean aritzen da ikaskideekin? Inhibiziorik gabe jorratzen ditu ariketak?).

## **GURE ESALDIA:**

**“KEINU BATEK MILA HITZEK BAINO GEHIAGO BALIO DU”**

○

○ **4.9. ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOAK**

Arteaga Checa, M.; Viciano Garofano, V.; eta Conde Caveda, J. (1997). *Desarrollo de la expresividad corporal. Tratamiento globalizador de los contenidos de representación*, Bartzelona: INDE.

Caballo, V. E. (1993). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*, Madril: Siglo XXI.

Cortes Flores, J.I. (2003). *Los lenguajes de la expresión*, Madril: MEC Secretaria General Técnica.

Knapp, M. L. (1992). *La comunicación no verbal: el cuerpo y el entorno*, Bartzelona: Paidós.

Learreta, B.; Sierra, M. A.; eta Ruano, K. (2005). *Los contenidos de Expresión Corporal*, Bartzelona: INDE.

Learreta, B., Ruano, K. eta Sierra, M. A. (2006). *Didáctica de la expresión corporal. Talleres monográficos*, Bartzelona: INDE.

Mateos, M.J. (2003). Modelos de dramatización. In M. Vizquete (arg.), *Los lenguajes de la Expresión*. (117.-132. or.) Madril: MEC.

Mateu, M.; Durán, C. eta Troguet, M. (1992). *1000 Ejercicios y Juegos aplicados a las Actividades Corporales de Expresión*, Bartzelona: Paidotribo.

Mateu, M. (2003). Gorputza eta mugimendua adierazpen-bide bezala. In K. Zubizarreta eta M. Lopez Gaseni (arg.), *Gorputz Hezkuntzaren Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*, (313.-338. or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea .

Montavez, M.(2008). Expresión corporal, un camino hacia la excelencia. In G. Sánchez, et al. (Koord.), *El Movimiento Expresivo*. (73.-103. or.) Salamanca: Amarú..

Ortiz Camacho, M. M. (2002). *Expresión corporal: Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*, Granada: Grupo editorial universitario.

Pastor Pradillo, J. L. (2003). Entre la expresión corporal y el lenguaje del cuerpo: una referencia específica a la afectividad. In M. Vizquete (arg.): *Los lenguajes de la expresión* (27.-74. or.) Madril: MEC, Madril.



Sanchez, G., Coteron, J., Padilla, C., Llopis, A. eta Montavez, M. (2008). La expresión corporal en el marco del espacio europeo de educación superior, un proyecto de consolidación. In G. Sánchez (koord.), *El Movimiento Expresivo*, (17.-27. or.). Salamanca: Amarú.

Slade, P.D. (1994). What is body image?. Awareness of body dimensions in anorexia nervosa: Cross-sectional and logitudinal studies., *Psychological Medicine*, 3, 188-199.

Vizcarra, M. T. eta Macazaga, A. M. (2009). *Gorputz Hezkuntza eta bere didaktika I*. Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.

- **KONTSULTATUTAKO WEBGUNEAK**
- 

[www.eu.wikipedia.com](http://www.eu.wikipedia.com)

[www.ctv.es](http://www.ctv.es)

[www.rincodeleti.blogspot.com](http://www.rincodeleti.blogspot.com)

[www.rincondelvago.com](http://www.rincondelvago.com)

[www.maixua.com](http://www.maixua.com)

[www.marianistas.org](http://www.marianistas.org)

[www.xtec.cat](http://www.xtec.cat)

## 5.- DRAMATIZAZIOA



48. argazkia. Mugitu, mugitu... eta antzestu!

**Egileak: Asier Otegi, Libe Laskurain eta Itziar Urkijo**



## 5.- DRAMATIZAZIOA

**Egileak: Asier Otegi, Libe Laskurain eta Itziar Urkijo**

### 5.1. DRAMATIZAZIOA HAINBAT AUTOREREN ESKUTIK

Gorputz-adierazpena hainbat testuingurutan landu daiteke; dramatizazioa hitzezko eta ez-hitzezko komunikazioaren ondorioa da. Pavis-entzat (1998), dramatizazioa antzerkigintzaren sinonimoa da, antzezte- edo dramatizatze-prozesu gisa ulertzen du. Tejerinak dioenez (1999), helduek galdu egiten dute haurrek duten gaitasun adierazkorra eta, denboraren joanean, sortzaile izatetik zurrun izatera pasatzen dira keinuak, begiradak, jarrerak, ahots-tonuak, formak eta koloreak nahasteko erak, erritmoak eta mugimenduak. Tejerinak dio antzerkigintza eta dramatizazioa ez direla gauza bera; antzerkiaren helburua antzezlan bat sortzea da, eta hura publikoaren aurrean ahalik eta hoberen egitea; dramatizazioan, berriz, gehien interesatzen dena antzeppen-tekniken inguruan ikerketa bat egitea da, sormena lantzea. Antzerkigintzan lanak errepikatu egiten dira behin eta berriro, mugimendu guztiak ikasi arte; dramatizazioan, berriz, ez dago errepikapenik, bat-bateko jarduna da lan preziatuena.

Ortiz Camachok (2000) dio Lehen Hezkuntzan bi eremutan agertzen dela dramatizazioa: eremu artistikoan (musikan eta plastikan) eta heziketa fisikoan (gorputz-adierazpenean). Haren ustez, Lehen Hezkuntzan, gorputz-adierazpenak eta dramatizazioak jolasen bidez garatu beharko dute hizkuntza adierazkorra eta artistikoa, joko sinbolikoetatik hasi eta antzeppenekin jarraituta. Motos-entzat (2008), dramatizazioa ezagutzaren beste esparru bat da, hizkuntza propioa duena eta antzerkigintza hezkuntza-errekurtsu didaktiko gisa erabiltzen duena. Ikaskuntzarako tresna erabilgarria da, gaitasun komunikatiboak eta adierazgarriak garatzen dituelako. Horrez gain, trebetasun

sozialak garatzeko aukera eskaintzen du. Curriculumean sartu behar dela dio, eta honako arrazoi hauek ematen ditu hori gertatzeko: gorputza bizitzeko aukera ematen du, gorputzaren sentimen-pertzepzioa hobetzeko arreta eta kontzentrazioa eskatzen du, komunikazioa lantzen da, malgutasunez eta seriotasunez jokatu behar da, pentsaera praktikoa garatzen da, emozioak kontrolatu behar dira, taldeko sentimendua indartzen da, hizkuntza aberastu eta garatzen da.

Adierazpen dramatikoerik esker, haurrek harremanetan jartzeko gaitasuna garatzen dute, berezotasuna indartu, sentsibilitatea eta irudimena erabiliz. Antzerkia eta dramatizazioa sinonimotzat erabiltzen badira ere, badituzte ezberdintasunak. Antzerkia kontzeptu tradizionaltzat hartzen da eta bere amaierako helburua antzezpenera izango da; dramatizazioa, aldiz, kontzeptu modernotzat hartzen da, ekintzetan parte-hartze aktiboa bultzatuz. Ortiz Camachok antzerkiaren eta dramatizazioaren artean dauden ezberdintasunak jaso ditu, 5. taulan ikusten dugun moduan:

ANTZERKIA	DRAMATIZAZIOA
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Emaitzari garrantzia ematen zaio.</li> <li>-Irakasleak aukeratuko ditu proposatzen diren egoerak.</li> <li>- Obra bat hartuko da oinarritzat.</li> <li>-Testua ikasiko da eta irakasleak gidatuko du.</li> <li>-Antzeztoki bat erabiliko da antzezpenerako.</li> <li>- Arropa eta eszenografia gurasoek eta irakasleek antolatuko dute.</li> <li>KRITIKA: bukaeran, antzezpenera zein ongi aterata den komentatu da.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Haurraren esperientzia bilatzen da.</li> <li>- Prozesuan jartzen da interesa.</li> <li>- Haurrek irudikatutako egoerak sortzen dira.</li> <li>- Testuak eta ekintzak bat-batean egindakoak dira, betiere gaia errespetatuz.</li> <li>- Pertsonaiak aukeratu eta sortu egiten dira.</li> <li>- Edozein lekutan egin daiteke.</li> <li>- Eszenografia haurrek asmatutakoa da.</li> <li>KRITIKA: bukaeran, haurrek egindako jolasak ebaluatu dira.</li> </ul>

5. taula. Antzerkia eta dramatizazioa aldaratzen, *Ortiz Camacho, M. Mar (2002)*

Hezkuntza eta Zientziako Ministerioak (MECek), gorputz-adierazpena tratatzerakoan eduki nagusi batzuk aurkezten ditu:

1. Gorputz-adierazpena
2. Gorputza eta objektuen arteko erlazioa
3. Adierazpen-jolasak
4. Dramatizazioa

Eta dramatizazioa zehazterakoan, lanetan *bat-batekotasuna* hitza behin eta berriro aipatu behar dela esaten dute. Antzezpen bat egiterakoan, irudimen eta bat-bateko jardunaren bidez, istorio propioak sortuz hainbat elkarrizketa asma daitezke, eta pertsonaiak defini daitezke. Bat-bateko jardun hori banakakoa edo taldekoa izan daiteke. Lotsa kentzeko aukera ematen du, taldean lan egitera bultzatuz, besteenganako errespetua izanez, eta espero ez diren egoeretan erantzun bat emateko beharra sentitzen da.

García del Toro-ren ustez (1995), dramatizazioak garrantzi handia du eskolan, beti ere, haurra inguratzen duen munduarekin erlazonaturik baldin badago. Balio handia du, parte-hartze aktibo batean murgiltzen delako. Gainera, Historia, Geografia, Etika edo Musika ikasgaiekin lotzeko aukera ematen du. Autore horren ustez, dramatizatzea bizitzea da, bizitza esperimentatzea. Eskolan gertatzen diren dramatizazioetan, antzezpen bat egiterakoan, bat-bateko jarduna izango da funtsezko baliabidea. Bat-bateko jardunari esker, ikasleak bere gorputza eta ahotsa ezagutzen du, eta hainbat materiatan trebea dela ohartzeko aukera izaten du.

Eines eta Mantovani-ren ustez (1980), jolas dramatikoa haur bakoitzari egokitu behar zaio; era horretan, jolasaren zailtasuna mailaz mailakoa izango da, uneoro zehatza, eta aurrerakuntza bat ekarri beharko du. Gorputz-adierazpenaren didaktikak eduki teorikoak eta praktikoak izan behar dituela uste dute. Irakasleak landu eta esperimentatu egin beharko du dramatizazioa, ulertu ahal izateko. Honako hauek izango dira dramatizazio-jolasen puntu garrantzitsuenak:

- Komunikazioa lantzeko eta indartzeko tresna bat da.
- Inguruarekin gehiago eta hobeto konektatzeko aukera bat da.

Kontzeptu tradizionalaren eta berriaren arteko bereizketa ere egiten dute bi autoreek. Tradizionaltzat antzerkia hartzen dute; dramatizazioa, berriz, modernotzat.

Cervera-ren ustez (1996), dramatizazioa Haur eta Lehen Hezkuntza osoan landu behar da. Dramatizazioaren bidez, umeez, hainbat eszena antzezteaz gain, beren errekurtsoak eta gorputza erabiliko dituzte eszenak asmatzeko, eta horrela ikasiko dute bat-batean egiten.

Maciá-k (2008) dramatizazioari buruz hitz egiten duenean dio irakasleak eman beharko diola garrantzia dantzari, marrazteari, diseinuari, eszenografia sortzeari, interpretazioari, hizkuntzari, historiaren mamiaiari...



49. argazkia. Orain, pertsonaia hauekin eta zuekin istorioa asmatu behar dugu.

## 5.2. DRAMATIZAZIOA. HAINBAT EREDU

Dramatizazioan istorio bat kontatu behar da pertsonaia batzuen bidez, eta ezinbestekoak dira hainbat elementu: istorioaren hasiera, korapiloa eta

bukaera. Mateosek (2003) dio istorio ezagun batetik abiatuta korapilo ezberdinak proposa daitezkeela, eta bukaera ezberdin bat sortu. Istorioarekin batera, musika ere erabil daiteke gida gisa. Ezinbestekoa da giroa egokia, lasaia eta ona izatea; partaideen artean komunikazioa eta parte-hartzea ere nahitaezkoak dira. Ikasleen ideiak jasotzea eta erabiltzea ere interesgarria litzateke. Hori dela eta, antzerkigintzarako hainbat teknika azalduko ditugu:

### 5.2.1. Jolas dramatikoak

Jolas dramatikoan adierazpena eta sormena lantzen dira, dramatizazio-jolasak elkarrekintzazkoak izanda, ikaskuntza soziala eta norberaren portaera ulertzea gertatzen baita (Tejerina, 1999). Dramatizazioa jolasaren pedagogiaren marko zabalenean kokatzen da. Helduontzat, haurren mundutik txundigarriena haien aberastasun adierazkorra da (keinuak, begiradak, jarrerak, tonuak, ahotsak, formak, koloreak, erritmoak, mugimenduak, eta abar), eta adierazpen horiekin egiten dituzten jolas sinbolikoak. Berezko joera horretaz baliatuz, dramatizazioak adierazpen mota guztiak koordinatzea du helburu: ahozko adierazpena, gorputz-adierazpena eta adierazpen erritmiko musikala. Horrez gain, gainera, sormena indartu eta hurrek besteekin dituzten harremanak bultzatu ere egiten ditu.



50. argazkia. Jolas dramatikoan, materiala utzi espazioan zehar.



Eguneroko bizitzako egoerak antzezterakoan, paperak trukatzuz eta errealitatea aldatuz, haur askok ezintasuna, lotsa, konplexua eta beste hainbat sentimendu askatzen dituzte, eta galdutako konfiantza eta segurtasuna berreskuratzen dute. Teknika egokien bitartez, umearen dimentsio guztiak abian jartzen dituen artea da, gorputza eta nortasuna komunikazio- adierazpide gisa hobeto ezagutzen laguntzen diona, ahots, mugimendu, sentimenduen adierazpen eta sentsazioen pertzepzioaren bitartez. Aldi berean, dramatizazioa kolektiboaren isla da, taldeko lana, talde barruko harreman sakonak dakarrena eta, beraz, kideen arteko komunikazioa eta partaidetzazko eta tolerantziatzko jarrerak bultzatzen dituena.



**51. argazkia. Ez didazu ondo ulertzen? E, e... panpoxa?**

Praktikarako didaktika batzuk ezartzea garrantzitsua da; konpromisoa ezinbestekoa da berehalako estimulazioa eta deshinibizioa lortzeko. Lanaren banakako eta taldekako balorazioak egingo dira, lana era batera edo bestera ateratzeko; eskuzabaltasuna, naturaltasuna, zintzotasuna edota umorea

erabiltzea dira jarraitzeko bideak. Bakoitzaren adierazteko eskubideak errespetatu behar dira, beti ere, alde aurretik taldearekin ezarritako portaerak kontuan hartuz. Jolas dramatikoak espazio erakargarrietan landu behar direla esaten du Tejerinak (1999); irakasleak hainbat objektu utziko ditu espazioan, eta haurrek horiekin jolastu beharko dute, modu batera edo bestera, beren sormena erabiliz.

Garrantzitsua da bakoitzari bere sorkuntzak egiten uztea, eta horietatik ondorio eta balioespenak ateratzea. Horregatik, irakaslea animatzaile hutsa baino ez da izan behar, eta bere parte-hartzea alde didaktikora edota artistikora bideratuta egongo da. Ikaslearen parte-hartzea sustatu beharra dago etengabeko dinamikako ekintzekin. Inoiz ere ez da behartu behar egin nahi ez duen gauza bat egitera. Dena dela, etengabeko parte-hartzea lortzeko eta ikasle guztiei kasu egiteko, hogeit hamar pertsonatik gorako klaserik ez litzateke eduki behar. Jolas dramatikoak, haurrari paper bat sortzeko gaitasuna emateaz gain, ezaugarri zein ekintza batzuk sortzeko gaitasuna ematen dio bere kideekin batera, bizitza erreala ezagutzeko eta aztertuz. Enpatia lantzeko aukera dago, bere kideen rolean sartuz eta sententzio eta bizimodu ezberdinak ezagutzeko (Tejerina, 1999).

### **5.2.2. Ipuin motorra edo ipuin antzeztua**

Ipuin motorrak dira ipuin kontatuak eta jolastuak, jolasa pentsamenduaren eraikitzaile bihurtzen dela. Ipuina ezinbestekoa da umearen bizitzan; baina ipuin motorrak protagonista izateko aukera ematen dio bereziki, ipuin antzeztua baita (Arteaga, Viciano eta Conde, 1997). Umea kontatzen ari den ipuinaren protagonista, bitartekari eta antzezle bihurtzen da. Ipuina, haurraren bizitzan ezinbestekoa da (Conde Caveda, 2001); izan ere, ipuinak konnotazio hezitzaileak dituen ezagutza batzuk ematen ditu, banaka eta taldean interpreta daitezkeenak. Ipuinaren sinbolismoa erabiliz, hainbat interpretazio bultzatzen dira, eta hori dena bertatik ateratzen den irudi sortzaileari esker gertatzen da (Pelegrín, 2004).

Ipuin bat entzuten ari denean, haurrak protagonista baten ezaugarriak hartzen ditu, interpretatzaile eta bitartekari papera hartuz. Ipuin motorra (Conde Caveda, 2001) ipuin abestuaren eta ipuin antzeztuaren artekotzat har daiteke, ipuin jolastutzat, alegia. Ipuin motorren esentzia mugimenduan datza, eta hori erabiltzen da haurren heziketa integralerako. Rodari-ren ustez (2006), ipuinak bizitzako lehenengo urteetatik fantasiako estruktura sendoak eraikitzen laguntzen du, haurren irudimen-gaitasuna indartuz; era berean, ez da ahaztu behar ipuinak direla ezagutza, sinesmen, ohitura eta kulturaren oinarria.



52. argazkia. Irakaslea sartzen da ipuinean edo berak irakurtzen du ipuina.

Ipuin motorrak praktikan jartzerakoan, irakasleak ipuina ezagutu eta aldez aurretik irakurrita edukitzeak asko laguntzen du ondorengo dinamika ez oztopatzen. Irakaslea ere praktikaren parte izan behar du, parte-hartzaile bat gehiago: behar den materiala aldez aurretik prestatuta eduki, lekua (gela, gimnasioa, jolastokia edo mendia), saioaren denbora ondo eraman (ipuin motorrak lantzeko, hamar eta berrogei minutu arteko saioak dira egokienak), eta abar. Irakasleak izango du ikasleen egoera nolakoa den jakiteko objektibotasuna; izan ere, gerta liteke ikasleak nekaturik izatea eta, momentu horretan, irakasleak lasaitzeko irizpideak eman beharko ditu (aukera ona da

zerbait lasaia egiteko, adibidez). Ipuina amaitzean, komeni da ikasle guztiekin solasaldi bat egitea; hau da, pertsonaiei buruzko galderak, ikusitako eduki, ekintza, erlazio eta abarrei buruz hitz egitea. Azkenik, ez da ahaztu behar ipuin motorren bidez, pareko beste aktibitate batzuk ere egin daitezkeela: ipuinari buruzko ekintzak marraztu, plastilina erabiliz ipuineko pertsonaiak eraiki, abestiak sortu, edota muralak egin, adibidez.



### 53. argazkia. Antzezten... zer ari dira kontaktzen?

Ipuin motorrak, ondo atera dadin, ezaugarri batzuk errespetatu behar ditu (Arteaga, Viciano eta Conde, 1997):

- Irakasleak ipuina ezagutu behar du; aldez aurretik irakurri, eta jakin beharko du istorioa eta gidoia nondik eraman.
- Ikasleek ipuina entzun behar dute gelan antzezpenak landu baino lehen; bestela, ez dute jakingo zer egin une bakoitzean.
- Irakasleak, aldez aurretik, espazioan sakabanatuta utziko du erabili behar den materiala.

- Tarteka geldiuneak egingo dira, umeen proposamenak entzuteko eta berrerabiltzeko.
- Ipuinak, ahal dela, lehenengo pertsonan kontatuko dira.
- Bukaeran hausnarketa bat egin daiteke ipuinaren arabera eta, hala eskatzen badute, errepikatzeko aukera eman dakieke.

Betiere, antzezpena ipuinaren kontaketaekin batera egingo da, pertsonaiak agertu ahala, horiek antzeztuko direla.

### 5.2.3. Txotxongiloak

Txotxongiloak oso baliagarriak dira hezkuntzan, Haur Hezkuntzatik hasita. Txotxongiloak era askotan egin daitezke (eskuak erabiliz, eskularruekin, buruekin, panpinak erabiliz, eskuko hatzak margotuta, materialak erabiliz) eta haiekin istorioak konta ditzakete, mundu artistikoaren parte sentiarazteko. Haur Hezkuntzan txotxongiloak erabiltzea oso lagungarria da hitzezko garapenean, eta haurren adierazpena hobetzeko. Txotxongiloekin proba ugari egin daitezke: batetik, txotxongiloa bera sortzen has gaitzke, tailerrak erabiliz eta material anitzez baliatuz; ondoren, dramatizazio-antzeppen bat egin daiteke, adibidez. Modu horretan, ikasleak aukera izango du antzezten duen pertsonaiaren egoera emozionalean murgiltzeko. Edo, baita ere, txotxongiloa umea bera izan daiteke, bestelako antzezlari bat sortuaz. Tailerrak eginez sormena lantzen da, eta komunikazio-beharrak ere izaten dira gainerako ikasleei istorio dramatiko horiek (txotxongiloekin egindako jolas dramatikoak) kontatzerakoan. Beraz, argi dago gaitasun sortzaile eta komunikatiboak izaten direla, baita gaitasun adierazgarria (barruko sentimenduak adierazteko) eta harremanetarako gaitasuna ere. Irakasleak, hasieran, gidatzearen jarrera izan behar du; ondoren, ikasleen esku utziko du, nahi duten bidea hartzeko. Irakaslea laguntzaile hutsa izango da, beraz.

### 5.2.4. Itzal txinatarrak

Eskuarki, argi bat (fokua) eta izara edo pantaila bat izaten dira; aktorea izararen eta argiaren artean kokatzen da, itzalarekin jolasteko (de la Fuente,

1995). Gorputz-adarrekin jolas daiteke, eskuekin, gorputz osoa erabil daiteke, edo beste aukera batzuk: antzeztoki baten beheko aldea erabili, makila batez loturiko siluetak manipulatu, pertsonak aktore moduan jarri, oihalean objektuak itsatsi, argi kolore ezberdinez baliatu, edota, zergatik ez, teknika horien guztien bateratze batekin, adibidez. Silueta ezberdinak pantaila edota maindire luze baten atzean kokatzen dira, eta argi-izpi batek argiztatzen ditu atzetik. Siluetak bakoitzaren gorputzarekin ere irudika daitezke. Siluetak ere mozorrotu daitezke, oihalak, kartoiak, edo beste edozein gauza erabiliz. Pertsonak elkartu daitezke beste irudi bat sortuz.



54. argazkia. Txotxongiloak itzaletan.

Antzeztokia diapositiba bat izan daiteke, edo kartoi mehearekin egin daiteke, edo koloretako paper gardena erabil daiteke. Teknika hori erabiltzeak orientazio espaziala, koordinazio motorra edo higiarazlea eta gorputz-adierazpena ahalbidetzen ditu. Itzalek, ia kultura guztietan, ezkutuan dagoenaren indarra edota gauzen espiritualtasuna erakusten dute. Itzalak

magiaren, ametsen eta heriotzaren munduetara “bidaiatzearen” pareko dira, eta jolas sortzaile eta irudimenezko batera gonbidatzen gaitu, etengabeko fantasiako estimulua duelarik.

Horregatik, itzalek karga handiko fantasiako istorioak dakartzate, ikusi gabe iradokitzeko aukera eskaintzen dute, eta baita errealitatea itxuragabetzeko eta beste nonbait lortu ezin diren ezaugarriak lortzeko ere. Itzalak beste mundu batera bidaiatzeko aukera ematen du, gure pasio, beldur edota bakoitzak barruan dituen sentrazioak ateraraziz. Ukitu ezin den plano batean dago itzala. Harekin zerbait egin nahi bada, zuzenean ezin da egin. Ez da deformatzen, baizik eta gorputzak edota argi-izpi iturriak ematen dute horretarako aukera. Itzala beste dimentsio batean uki daiteke, fisikan, alegia.



**55. argazkia. Zer egiten ari naiz?**

Hasteko, bi motako itzalak daudela jakin beharra dago: argi artifizial batek sortutako itzala eta eguzkiaren argiak sortutakoa. Gero, leku desberdinetan egin daitezkeen itzalak ezagutu behar dira: kanpoan (lurrean edota paretetan irudikatutako itzal formak) eta barnean (argi-proiektorea mugituz egiten diren jolasak, edo talde oso batek aldi berean parte hartzen duen antzezpena). Itzalak kanpoan landu nahi baditugu, kontuan hartu behar

da ordua, eta ikusi behar da gure eskolaren eraikinaren formak mesede edo oztopo egingo dion itzalen saioari. Kanpoan egitearen arazo nagusietako bat eguraldi lainotua da; kasu horretan, gelan egin beharko genuke saioa.



**56. argazkia. Polita nago, ezta? Orain ni sartuko naiz izararen atzean.**

Gelaren barruan egiteko itzalezko saioak prestatzeko, saio motari erreparatu beharko diogu; beharrezko materiala, gelan bertan dauden altzarien egokitzapena, eta dauden arriskuak (kristalezko altzariak, zutabeak, berogailuak) saihesteko erak. Beti ere, onuragarria da progresio bat eramatea, hau da, leku zabaletatik leku itxietara, imitaziotik deshinibiziora, deshinibiziotik sorkuntza edo eraketara, banakako lanetatik taldeko lanetara, eta abar. Eta ez da beharrezkoa saio oso bat beti itzalen inguruan egitea, baizik eta momentu batean sor daitezkeen ekintzak izan daitezke, hezkuntzako edo zer irakasteko edota aktibitate edo jolas konkretu bat egiteko.

### **5.2.5. Role playing-a**

Honen oinarrian antzezpena dago, elkarrizketa, irudimen, eta abentura gisa ulertuta; berez, errealitatea antzetzten duen jolas bat da. Role playing-a psikologian erabili zen hasieran, eta jokabide-terapia edo teknika psikologiko



gisa ulertu zen (Caballo, 1993; Verdugo, 1997; Sureda, 2001). *Jokabide-saiakera* ere esan izan zaio. Hala, antsietaterik sortzen ez duen testuinguru batean, hainbat jokabide probatzeko aukera ematen duen jokoa da. Egoera bakoitzean sortuko liratekeen erantzun guztiak antzezten dira, eta egokiena zein izan daitekeen erabakitzen da. Hezkuntzan, makina bat aldiz erabili da trebetasun sozialak garatzeko (Monjas eta de la Paz, 2000; Vallés eta Vallés, 1996; Kelly, 2000; Hellison, et al. 2000; Vizcarra, 2003), baina oso tresna interesgarria izan daiteke gorputz-adierazpena lantzeko ere.

Role playing-aren bidez, besteenganako enpatia eta ulermena lantzen dira; ikasleek beren sentimenak, portaerak eta balioak ezagutuko dituzte, beren arteko arazoak konponduz eta ardura hartuz. Antzezpenarekin batera hausnarketa ere egin daiteke, dramatizatu eta egoeraren inguruan ikuspuntuak eta iritziak eztabaidatuz. Egokitutako pertsonaiaren eran jokatu beharko du antzezpenean, pertsonaiaren hizkera eta

### 5.2.6. Antzerki beltza

Antzerki beltza Txekoslovakian sortu zen, 1960. urtean. Kamera beltz batean pertsona zuri bat sartzen da; objektuak mugi daitezke, airean egongo balira bezala. Antzerki beltzean objektuak edo gorputz-adarrak ikusten dira, baina aktorea desagertu egiten da, orijinaltasuna iluntasuna betetzen. Iluntasunean argi morea dago martxan eta, era horretan, zuria den guztia ikusten da, beste guztia ez. Komeni da aktorea beltzez joatea. Objektuen atzean ez dagoela ezer dirudi, edo esku batzuk airean agertzen direla, edo... badirudi pertsona desagertu egin dela. Gorputza erabiltzen da ideiak, egoerak edo sentimenduak adierazteko (Descro, 2008). Antzerki beltzean, taldekideen arteko lankidetzaren ezinbestekoa da. Antzerki beltzean eta itzal txinatarretan aktorearen aurpegia ez da ikusten, eta anonimatu horren atzean lotsa hobeto gaindituko da; bi teknikak partekatzen duten beste ezaugarri bat da oso deigarriak izatea.

Antzerki beltza gezur optikoan oinarritzen da; kamera beltz batean mugitzen dira beltzez jantzitako aktoreak; beltza beltzaren gainean ia ez da ikusten, eta zuria dena soilik ikusten da. Kolore beltzaren gainean, kolore zuria edo fluoreszenteak soilik erabiltzen dira; kolore horiek gehiago markatzeko, argi beltzeko fluoreszenteak erabiltzen dira.

### **5.2.7. Bikoizketa-tailerak**

Bikoizketa tailerrean, talde batek antzezpen mutua egingo du, eta beste taldeak bikoizketa-lana. Bikoizketa-lana egiten dutenek ahotsak eta soinuk egingo dituzte. Bikoizketa istorio ezagun baten gainean egin daiteke, edo istorioa ezagutu gabe ere bai; azken kasu horretan, aktoreek edo bikoizketagileek (bi taldeetako batek) istorio bat asmatuko dute, eta beste taldeak bere erritmora egokituko du, antzezpena eginez edo hitz eginez.

## **5.3. DRAMATIZAZIOAN GARRANTZIA DUTEN HAINBAT FAKTORE**

Antzezpenak egiterakoan taldea oso garrantzitsua da, eta gelako dinamikan ezinbestekoa izango da. Arteagak, Vicianak eta Condek (1997) proposatzen dute hasierako dramatizazioetarako talde handiak erabiltzea, lotsa gainditzeko eta desinhibizioa lortzeko, norberaren antzezpena besteen artean disimulatuta geldituko delakoan; publikorik gabe egitea ere komeni dela diote. Gainera, berek sortutako dramatizazioa antzeztea errazagoa izango da. Horrela, autore horiek eboluzio bat proposatzen dute antzezpenetan lan egiteko:

- Hasieran, bakoitzak bere aldetik lan egiten du, bakarrik; baina proposamen bera ari da lantzen talde osoa, denek batera lan eginez, baina bakarka (adierazpen errazak: eguneroko zerbait antzeztea, animalia baten imitatzea, eta abar).
- Publikorik gabe eta berek hautatutako talde txikietan lan egitea.

- Taldeka lan egitea; baina talde bakoitzak beste baten aurrean egiten du antzezpena (proposamen errazenak: pelikulen antzezpenak, pertsonaia asmatzea, eta abar).
- Taldeak publiko baten aurrean lan egiten du, baina publikoa gertukoa da.
- Publiko ezezagunaren aurrean antzeztea.

Ikasleak geroz eta ardura handiagoa hartuko du antzezpenetan, erabat autonomo izan arte; ikaslea bere ikaskuntzaren jabe izatera iritsiko da eta, horrela, askoz gehiago hartuko du parte. Baina hori ez da egun batetik bestera gertatuko; irakasleak izan behar du ikaslearen gidari, geroz eta autonomia handiagoa utziz.

#### **5.4. TEORIATIK PRAKTIKARA**

Aurretik ikusitako teoriarekin alderatuz, hemen adibide garbiak erakusten dira ipuin motorrak, txotxongilo-tailerrak eta itzal txinatarrak praktikan jartzeko. Proposatuko diren unitate didaktikoak honako ikastetxe hauetan gauzatu dira: Gasteizko Inmaculada Concepción ikastetxean, eta Laudioko Ikastolan. Bertako ikasleekin eraman dira aurrera unitate didaktiko hauek. Kognitiboki etorkizunerako baliagarriak izango diren kontzeptuak ikasteaz gain, parte-hartzeari lehentasuna eman diogu. Garrantzi handia izango dute keinuak, begiradak, tonuak, ahotsak, koloreak edota mugimenduak eta, beraz, hurrekin txikitatik gorputz-adierazpena lantzen hasten bagara, emaitza hobeak, atseginagoak eta erabilgarriagoak lortuko ditu bai irakasleak eta bai ikasleak berak. Dramatizazioa tresna hezitzailetzat hartzen dugu, hainbat balio eta ideia garatzeko ezin hobe delako.

## 5.5. LEHENENGO PROPOSAMEN DIDAKTIKOA: “NI IPUIN BATEN BARRUAN NAGO, ETA ZU?” (ASIER OTEGI)

UNITATE DIDAKTIKOA			
<u>NI IPUIN BATEN BARRUAN NAGO, ETA ZU?</u>			
GAITASUNAK			
1. Zehaztasun-maila	<ol style="list-style-type: none"> <li>Gorputzaren eta mugimenduaren baliabide adierazkorak ezagutzea eta erabiltzea besteekiko komunikazioa hobetzeko.</li> <li>Pertsonaia, egoera eta objektuen imitazioa egitea, testuinguru ezberdinetan norberaren gorputzaz gozatzeko, bai adieraztean eta bai komunikatzean.</li> </ol>		
2. Zehaztasun-maila	<ol style="list-style-type: none"> <li>Nork bere pertzepzio-gaitasunak, gorputz-jarrerak eta mugimendu-ahalmenak ezagutzea eta balioestea, adierazteko aukerak barneratzeko eta ezagutzeko.</li> <li>Ipuinen bidez, sormena landu besteenganako errespetua eta lankidetzaz mantenduz, taldeko lana egiten ikasteko eta besteekin ideiak eta balioak trukatzeko.</li> <li>Gaitasun sortzaileak: mugimenduak sortzea, arazoaren aurrean irtenbideak bilatzeko eta mugimendu berriak esperimendatzeko.</li> </ol>		
3. Zehaztasun-maila	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ipuinetan itzal txinatarrak eta txotxongiloak sortzeko beharrezko materiala ezagutu eta erabili, komunikazio-egoera batean hizkuntza adierazkorra hobetzeko.</li> <li>Ipuinak, txotxongiloak eta itzal txinatarrak zer diren ezagutu eta erabili, ideiak eta ipuinak kontatzen hasteko eta hizkuntzaren trebetasunak hobetzeko.</li> <li>Txotxongiloen bitartez antzerkia egiten ikasi, antzezpenerako eta adierazpenerako trebetasuna hobetzeko.</li> </ol>		
<b>2. EDUKI MULTZOA =&gt; GORPUTZ-ADIERAZPENA ETA KOMUNIKAZIOA</b>			
<b>E D U K I A K</b>	Kontzeptualak	Prozedurazkoak	Jarrerazkoak
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Txotxongiloak eta itzalak: teknikak.</li> <li>- Gorputzaren eta mugimenduaren ikerketa.</li> <li>- Jolas dramatikoak eta antzerkigintzako teknikak eta baliabideak.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputzaren bidezko komunikazioa.</li> <li>- Lankidetzaz-jolasak.</li> <li>- Egunerokotasunean emozioen adierazpena.</li> <li>- Istorio dramatikoak.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Taldearekiko errespetua eta jarrera egokia.</li> <li>- Nork bere buruarenganako konfiantza-jarrera.</li> <li>- Materiala zaintzea.</li> <li>- Desinhibitzea, bat-batekotasuna, plastikotasuna eta sormena.</li> <li>- Arauen begirunea, parte-hartzea eta gozamina.</li> </ul>

**1. SAIOA – IPUIN MOTORRA****Gaitasunak**

- Pertsonaia, gauza eta egoera desberdinak antzeztea imitazio eta asmakizunen bitartez, komunikatzeko gaitasuna eta pertsonen arteko harremanak hobetzeko.
- Bat-batekotasuna bultzatzea eta adierazpenak egitea, gorputzaren kontzientzia izateko eta lankidetzaz lantzeko.
- Gorputz-adierazpena zer den ikasi, aurrezagutzaz baliatuz, hortik aurrera gehiago ikasteko.

**1. Azalpenak**

- Zer da gorputz-adierazpena?

Zer dakiten jakiten saiatu, gorputz-adierazpenarekin zerikusia izan duen edozer komentatu, antzerkigile moduan lan egitea gustatuko litzaiekeen, eta abar.

**2. Jarduerak**

- e) Jarraitu musikari! Sakabanaturik eta nahi duten taldetxoak osatuz, musika entzun eta burura etortzen zaiena egin.



- f) Buruari eragin! Ipuin bat entzuten duten bitartean, ipuin horretako egoerak irudikatu eta antzeztu.

- g) Karta-jokoa

3 poltsatan, mota ezberdinetako hitzak daude idatzita:

1. poltsan: pertsonaia ezagunak.
2. poltsan: munduko leku ezberdinak.
3. poltsan: aro bat.

Taldeetan jarriz, bakoitzak poltsa bakoitzetik papera atera eta hiru ezaugarriekin istorio labur bat antzeztuko du.

- h) Oihanean galduta. Oihanean baleude bezala arituko dira, irakurtzen ari zaien ipuinari jarraituz eta antzeztuz.

- i) Ezusteko amaierak. Ondo dakiten ipuin baten hasiera irakurriko zaie. Taldeetan jarriz, ipuin horri bukaera berri bat asmatuko diote, gero besteen aurrean antzezteko.

- j) Saioa komentatu: ea gustatu zaien, nola sentitu diren...

**Behaketak eta Hausnarketak**

Lehenengo saio praktiko honetan, ikasleei gorputz-adierazpenari buruz galdetzerakoan, oso argi geratu zitzaidan ezer gutxi zekitela; beraz, lehenengo saio hauetan ezinbestekoa da pazientzia handiz ibiltzea. Gorputz-adierazpena euskarazko hitza dugu eta ikasle askok ez zekien zer esan nahi zuen ere. Gaztelaniaz *expresión corporal* hitza entzunagoa zutenez, hortik jarraitzea erabaki nuen.

**2. SAIOA: TXOTXONGILO-TAILERRA****Gaitasunak**

- Txotxongiloak zer diren eta horien bidez antzerkia egiten ikastea; txotxongilo ezberdinak nola egiten diren jakitea eta pertsonaien egoera emozionala txotxongiloen bidez adieraztea, antzezlan bat egiteko, taldekoen lana errespetatuz.

**1. Azalpenak**

- Zer dira? Txotxongiloak zer diren eta nola egin daitezkeen azalduko zaie; eredu moduan, eskuz egindako zenbait txotxongilo erakutsiko zaizkie.

**2. Jarduerak**

a) Ipuina eta pertsonaiak. Hiru taldetan jarriz, talde bakoitzari ipuin baten hasiera emango zaio idatzita, bertan pertsonaia ezberdinak daudelarik. Beren artean pertsonaiak adostu eta falta direnak asmatu behar dituzte.

b) Tailerrean lanean. Bakoitzak bere pertsonaia zein den dakienean, bere txotxongiloa prestatuko du, material ezberdinak erabiliz.



c) Goazen antzeztera! Taldeka, bakoitzak egindako txotxongiloa erabiliz antzezpena egingo dute, hasieran suertatu zaien ipuinari amaiera bat asmatuz.

**Behaketak eta Hausnarketak**

Tailerra txokoka egin da, eta taldeen erdian material komuna erabilgarri izan da, guztiek dena erabiltzeko aukera izan zezaten. Saioaren bukaeran, denek lagundu dute paper eta soberako material guztia jasotzen.

Hau da gure proposamena, hainbat ikasgaietan lantzeko: euskarazko ikasgaietan gidoia prestatzea, plastikan txotxongiloak egitea eta, gero, heziketa fisikoko orduetan, aurreko guztia denboraz prestatuta dagoenez, antzerkiak egitea.

<sup>1</sup> eranskina: ikasleei emandako papera.

**Istorioaren izenburua: AZERIA ETA TIGREA**

**Pertsonaiak:** kontalaria, elefantea, gizakia, tigre, azeria.

**Ipuina**

- **Kontalaria:** Oihan beldurgarri hartan tigre zen jaun eta jabe. Animalia guztiak ikaratzen ziren haren atzapar izugarriak gogoratze hutsarekin. Saguek, elefanteek, oreinek... denek zioten beldur eta denak ahalegintzen ziren haren bidean trabarik ez egiten.

Baina, egun batean, azeria aurrez aurre topatu zen tigreakekin. Azeriak alde batera eta bestera begiratu zuen: han ez zegoen inolako ezkutalekurik.

Tigreak izutzeko moduko orro bat egin zuen, eta hortz zorrotzak erakutsi zizkion. Azeriak aurre egin behar zion nahitaez. Atzeko hanken gainean jarriz, ahalik eta gehien tentetu zuen gorputza.

- **Azeria:** *-Ausartu zaituz, memelo hori! Bibotearen ile bakar bat ere mugitzen baduzu jipoitu egingo zaitut! Ez duzu egun hau erraz ahaztuko!*

- **Kontalaria:** Tigre barrez hasi zen, ozenki. Barre-algara haiek oihan osoa beldurtzeko modukoak ziren.

- **Tigre:** *-Inozoa! Gorotz bat baino ez zara nire aldean eta! Inurri bat tigre indartsu baten aldean! Zein kalte egin diezadakezu zuk? Gizakiak, armatuta egonda ere, ikaratu egiten dira nire aurrean.*

- **Azeria:** *-Bai. Baina gizakiak nirekin ikaratzen dira gehien.*

- **Tigre:** *-Lelokeriak baino ez dituzu esaten!*

- **Azeria:** *-Ez duzu sinesten ala? Etorri nire atzetik eta ikusiko duzu.*

JARRAITU ISTORIA!!!!

## 3. SAIOA – ITZAL TXINATARRAK 1-

## Gaitasunak

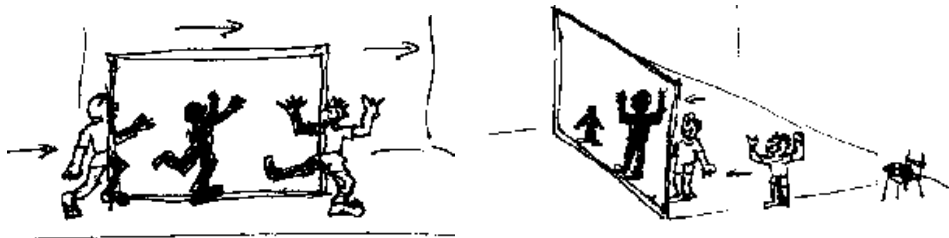
- Gorputzarekin egin daitezkeen itzal desberdinez jabetzea, hitzeko komunikazioa eta adierazpen-gaitasuna hobetzeko.
- Itzal txinatarrak sortzeko beharrezko materialaren erabilera ezagutzea, sormena eta irudimena lantzeko.

## 1. Azalpenak

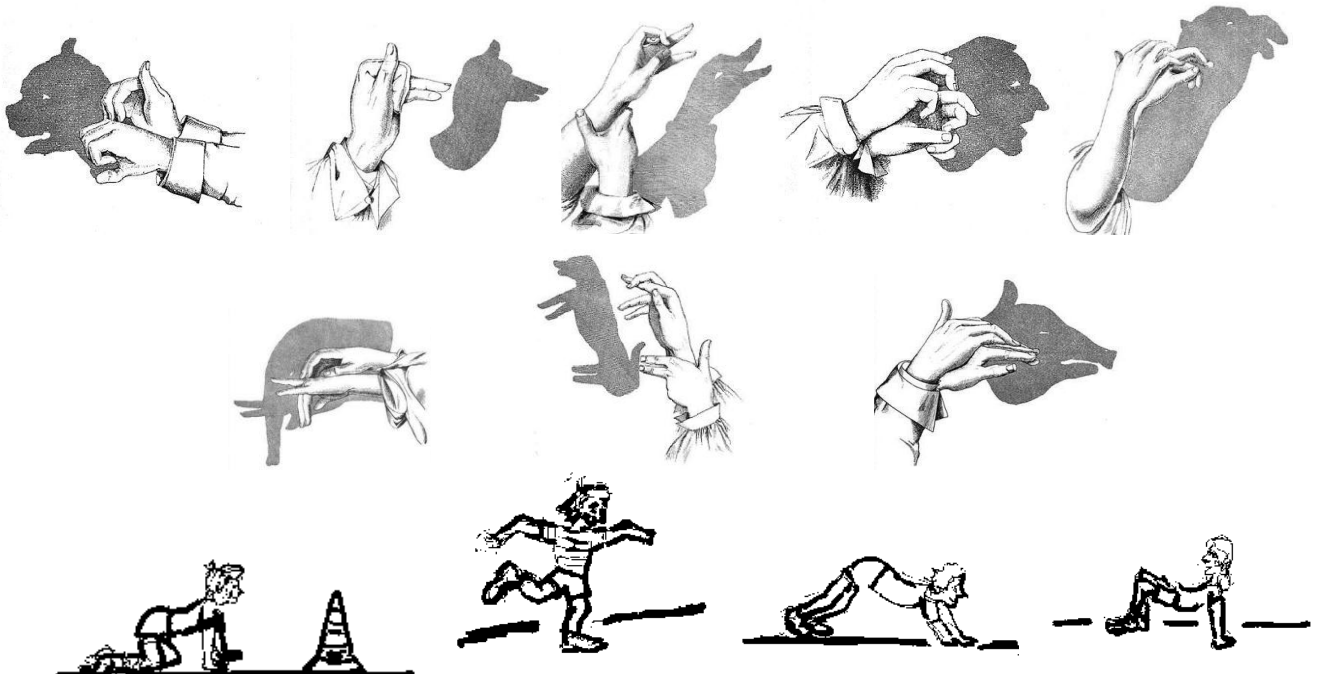
- Zer dira itzalak? Itzal txinatarrak zer diren, eta nola egin daitezkeen galdetuko zaie, zer dakiten ikusteko. Noizbait egin dituzten. Azkenik, nolakoak diren ikusteko, sarean dauden **bideo** pare bat jarriko zaie.

## 2. Jarduerak

- a) Bionbo atzean zer dago? Pixkanaka eta denak elkarri eskua emanda, oihal atzetik pasatuko dira batak bestearen itzalak ikusiz. Jarraian, banan-banan pasatuz joango dira nahi dituzten mugimenduak eginez. Gero, gorputzeko mugimenduak eginez, dimentsioak ikusiz (gertu, urrun...).



- b) Forma guztiak! Aurretik eginiko orriak jarriko zaizkie; bertan forma eta ariketa ezberdinak egongo dira. Gero, bionboaren atzean egiten saiatuko dira.



- c) Asmatu nor den! Bost ikasle aukeratu dira bionboaren atzean jartzeko. Besteek, banaka, pertsona ezkutua nor den asmatu beharko dute. Horretarako, bionbo atzean daudenei kanpoko itxura aldatuko zaie.



- d) Zazpi erroreak. Bionboan bi marrazki berdin agertuko dira, eta batean zazpi errore egongo dira. Ikasleek erroreak aurkitu beharko dituzte.



-----



- e) Saioa komentatu: ea gustatu zaien, nola sentitu diren...

### **Behaketak eta Hausnarketak**

Itzal txinatarren lehen saioan nahiko lasai ibili ginen; hainbat arazo genituen baina konpondu genituen; ondo joan zen ikasleek itzalarekin zuten lehenengo kontaktua. Gehienek ez zuten inoiz horrelako gauzarik egin eta asko kostatu zitzaien pantaila atzean formak egin eta beste aldean ondo ikus zitezen lortzea. Beste batzuek, aldiz, noizbait jolastu zutela adierazi zidaten, eguzki-egunetan, lurreen edota paretan formak eginez.

## 4. SAIOA – ITZAL TXINATARRAK 2-

## Gaitasunak

- Gorputza erabiliz ezaugarri ezberdineko pertsonaiak sortzea eta, itzal txinatarretako pertsonaien bidez, egoera emozionalak era egokian adieraztea, nork bere kontrol emozionala hobeto ezagutzeko eta era egokian erabiltzeko.
- Irudimena eta sormena lortzea gure gorputzari esker eta taldekideak errespetatzea, gure arteko komunikazioa hobetzeko.

## 1. Jarduerak

a) Atal bat mugitzen! Irakasleak gorputzeko atal bat bakarrik mugitu behar dutela esango die, eta ikasleak, atal hori soilik mugituz, bionboaren atzetik pasatuko dira.

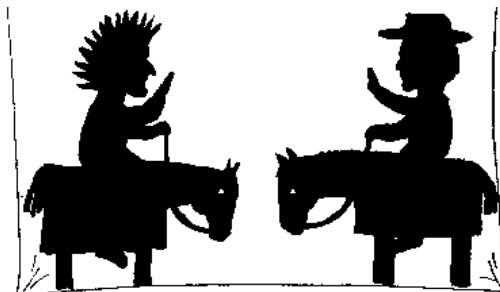


b) Simetriak. Lehenengo banaka, simetriak egiten saiatuko dira gorputza erabiliz. Gero, berriz, simetria bi lagunentzako izango da (binaka).



c) Bikote-jolasa. Paper batzuetan bikote batzuen hitzak jarriko zaizkie; txanogorritxu-otsoa, zezena-toreroa, printzea-printzesa... eta bionboaren atzean antzeztuko dute.

d) Taldean antzezten. Hiru pertsonako taldeetan jarriz, istorio bat asmatuko dute; hitzik egin gabe, besteen aurrean eta bionbo atzean (itzalak eginez) kontatu beharko dute istorioa. Besteek, gero, zer uste duten esango dute.



- e) Iritziak: unitate didaktiko osoan eginiko gauzei buruz hitz egingo dugu; zer gustatu zaien gehien, zer aldatuko luketen, egingo duten txotxongiloric...

### **Behaketak eta Hausnarketak**

Pantaila txikia eta leku falta izateak, liskar bat edo beste sorraraz dezake; itzalak egiteko eskuarki banaka sartzen dira pantaila atzera eta, hortaz, beste hogeit hamar pertsona momentua iristeko zain daude. Itxaroten ari diren ikasle batzuk hitz egiten ari badira edo itzalak egiten ari den ikaskideari kasurik egin gabe badaude, ezinbestekoa da klasea gelditu, zer egiten ari diren ohartarazi eta adiskidearekiko errespetua izan behar dutela gogoraraztea.

### **EBALUAZIO-IRIZPIDEAK**

1.- Ezinbestekoa da parte-hartzea kontuan hartzea:

- 1.1. Gai da sentsazioak, emozioak, bizipenak, egoera eta ideia berriak eraikitzeko.
- 1.2. Ekintzetan ezartzen diren arauak errespetatu ditu.

2.- Antzezlanak gauzatu ditu:

- 2.1. Antzezlanak zuzentasunez antolatu eta garatu ditu.
- 2.2. Norberaren eta taldearen parte-hartzea eta lankidetzak egokia izan da; gogoz lan egin dute.

***Nire esperientzia nolakoa izan den.*** Ikasleekin bizi izan dudana esperientzia hori oso aberasgarria izan da; praktika-aldian askotariko sentimenduak bizitzen dira; hasieran, guztioi kostatu egiten zaigu, bukaeran, ordea, penaz agurtu nituen haur eta irakasleak. Gainera, argi ikusi dut irakasleek duten komunitatearekiko konpromisoa eta, horrez gain, egiten duten lan izugarria dituzten trabak eta eragozpenak saihestuz. Irakaskuntza-ikaskuntza ikuspegi konstruktibistatik bideratuta dago. Ikaskuntza aktiboa bultzatzen da eta ikasleak du prozesuaren pisu guztia; irakaslea orientabide eta gida moduan dago. Irakasleak gida moduan egoteak ez du esan nahi paper garrantzitsua betetzen ez duenik; izan ere, ikasleek ezaguerak ikusi behar ditu eta, horren arabera, ezaguera berriak lortzeko motibazioak eta argudioak eman.

Ikasleekin jorratutako jarduerak egunerokotasunean izango duen baliagarritasuna probatu behar dute, ikasleek ikus dezaten zerbaiterako erabil daitezkeela. Beraz, testuinguru bateko jarduerak badira ere, ikasleek eguneroko bizitzako testuinguruan ezaguera berri horiek txerta ditzaketela ikusten dute, emaitza positiboak izanez. Ikasleek ikusten dute ezaguera berri horrek aurrekoarekin lotura daukala, eta “ezaguera berri - aurreko ezaguera” lotura horrek kontzeptu berria barneratzea ahalbidetzen du.

Azkenik, gaur egungo hezkuntza inklusiboak arazo bat baino gehiago ekarri ditu gelara; ez kulturen arteko gatazkarik dagoelako (batzuetan bai), baizik ikasgaia ematerakoan erritmo, jakintza, kultura, ohitura ezberdinak daudelako ikasleek artean, eta horrek, azken finean, zaildu egiten du irakaslearen irakasteko papera. Irakasleak curriculumak malgutasunez gauzatu behar izaten du, irakaskuntza berezia behar duten haurretatik hasi eta haur etorkinetan (gaztelaniaz gutxi eta euskaraz ezer ez dakitenak) bukatuz. Gehienetan, kasu horiek klaseko erritmoa puskatzen dute, eta irakasleak hainbat metodo erabili beharko ditu. Baina, gorputz-adierazpena oso tresna aproposa izan da arazo horiei guztiei aurre egiteko.

## **5.6. BIGARREN PROPOSAMEN DIDAKTIKOA: “ETA ZU NOR ZARA?” (ITZIAR URKIJO)**

Testu honetan ikusi dugu dramatizazioaren eremuan lan anitz egin daitekeela, eta kutsu pedagogikoa ematen saiatu gara; beste aldetik, antzerkiarekin duen lotura azpimarratu dugu, eta hizkuntzaren eta komunikazioaren erabileraren garrantziaz jabetu gara haurren munduarekin lotura bilatu nahian. Ikusi dugu dramatizazioa oso zabala izan daitekeela ere, proposamen ugari dagoela, eskaintza asko egon daitezkeela, eta aukera asko ematen dituela gaiak. Dramatizazioaren barruan, bikoizketa-tailerra eta role playing-a garatzea erabaki nuen. Txotxongilo, itzal txinatar eta ipuin motorraren taldean, sortze-lan bat lortu nahi nuen, kanpo-konsigna batzuek baliatuz (txotxongiloak, argia edo fokuak, edota istorioak). Hau da, kanpo-eragile baten laguntzaz egiten da lan, eta istorio baten isla nabaritzen da. Bikoizketa-tailerraren kasuan, komunikazioaren ildoak gehiago lantzen da, mezua testuinguruan antolatzen ikasteko eta horri etekina ateratzeko. Eta azkenik, role playing-aren kasuan, komunikazio horrekin bat datorren baina antzezpena gehiago hurbiltzen den adierazpen multzoa legoke. Bertan, egunerokotasunean lantzen diren ekintzak edota ekintza ezagunak praktikan jartzeaz gain, eskakizun dramatikoa hobetzen ikasi dute.

Garapen bat ikusi da: ahozko komunikazioa eta komunikazio fisikoa eskatzen zuen bikoizketa-tailerretik abiatu: egunerokotasunean oinarritutako eta adierazpen-eskema sinpleak eskatzen zituen role playing-arekin jarraituz; kanpoko konsigna batzuetan oinarrituz eta istorio baten ildoak jarraituz, txotxongilo, itzal txinatar eta ipuin motorrekin aritu; eta, azkenik, kutsu horiek orokortzen dituen jolas dramatikoarekin bukatu.

**PRAKTIKARAKO SEKUENTZIA DIDAKTIKOA****IZENBURUA => ETA ZU NOR ZARA?****GAITASUNAK**

<b>1. Zehaztasun-maila</b>	<p>1. Nork bere gorputzaren hautemate- eta mugimendu-aukerak aztertzea eta gauzatzea, nork bere buruan arreta jartzeko eta konfiantza hartzeko; horrela, norbera ongi sentitzea onuragarria izango da osasunerako.</p> <p>2. Gorputzaren eta mugimenduaren adierazpen-baliabideak estetikoki eta sormenez erabiliz, gauzak aurkitzea eta adieraztea; horrela, norberaren mugimenduen bidez, horiek sentitu, bizi, onartu eta pertsonalizatu egingo dira.</p>
<b>2. Zehaztasun-maila</b>	<p>1. Ohiko jardueretan autonomiaz jokatzeko, ekimenak izateko ahalbideak garatuz, harreman afektiboak ezarriz.</p> <p>2. Talde-jardueretan parte hartzea, ezartzen diren arauak onartzea, norberaren interesak beste kideekin moldatzea, ikuspuntu ezberdinak errespetatzeko eta dagozkion erantzukizunak bereganatzeko.</p>
<b>3. Zehaztasun-maila</b>	<p>1. Edozein ekintza dramatikorik dauzkan eskakizun adierazkorak bereiztea, antzezpena bideratuz, besteekiko komunikazioa hobetzeko.</p> <p>2. Transmittitu nahi den mezuan eta testuinguruan kokatzeko ahalmena izatea, dramatizazio-adierazpenaz baliatuz, gorputzaren baliabide adierazgarriak hobetzeko.</p> <p>3. Sormen eta erantzun pertsonalizatuak erabiliz, dramatizazio-dinamikan murgiltzea, norberaren ongizatea lortzeko.</p>

**2. EDUKI MULTZOA => GORPUTZ-ADIERAZPENA ETA KOMUNIKAZIOA**

<b>E D U K I A K</b>	<b>Kontzeptualak</b>	<b>Prozedurazkoak</b>	<b>Jarrerazkoak</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputza eta mugimendua adierazpen- eta komunikazio-tresnatzat hartuta.</li> <li>- Gorputzaren, keinuen eta mugimenduen bidez emozioak eta sentimenduak adieraztea.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputzaren eta mugimenduaren bidez, mezuen adierazpenak eta komunikazioak.</li> <li>- Gorputz-keinu eta mugimenduak eginez, emozioak eta sentimenduak adieraztea.</li> <li>- Pertsonaiak, objektuak eta egoerak imitatzea.</li> <li>- Gorputzaren eta mugimenduaren adierazpen-aukerak erabiltzea.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputzaren bidezko komunikazioa eskatzen duten egoeretan parte hartzea.</li> <li>- Adierazteko moduan dauden desberdintasunekiko begirunea.</li> </ul>

### 1. SAIOA

#### Gaitasunak

- Edozein ekintza dramatikorik dauzkan eskakizun adierazkorrek bereiztea, gorputz-mugimenduak eta ahozko komunikazioak elkartzeko.
- Gorputz-adierazpenarekin lehen kontaktu bat egitea, lotsa gainditzeko eta besteekiko harremana hobetzeko.

#### 1. Azalpenak

- Nondik norakoak azaldu ditut, sekuentzia didaktikoaren izenburuaren inguruan aritu gara (zer etortzen zaien burura horrekin erlazionatuta, zer uste duten landuko dugula...), eta arau batzuk ere finkatu ditugu.

#### 2. Jarduerak

a) Mutua eta hizlaria. Binaka jarriko dira. Aldez aurretik, irakasleak prestatutako paper batzuk banatuko ditu bikoteka. Bertan ekintzak agertuko dira. Adibidez: "sartu gol bat eta ospa ezazu". Batek (mutuak) ekintza egiten duen bitartean, besteak hitzak jarri beharko dizkio haren mugimenduari. Mugimendu fisikoa / ahozko komunikazioa.

b) Sabeliztunak. Binaka, pertsona baten itxura hartuko dute, hau da, bat eserita eta bestea atzean jarrita, eskuak eta burua agerian eta gorputza izara batez estalirik. Beste bikote batekin aurrez aurre jarriko dira, eta elkarrizketa bat eramango dute aurrera. Irakasleak ere ekintzak proposa ditzake. Atzeko kideak keinuak baino ezin izango ditu egin; aurreko kideak, berriz, hitzak erabiliko ditu komunikaziorako.



c) Hitzak jarri zure iritziei. Biribil batean jarri eta, gero, gustukoak izan duten ekintza adieraziko dute; batek mugimenduaren bitartez eta, besteak, mugimendu horiei hitzak jarri.

#### Behaketak eta Hausnarketak

- Lehenengo kontaktua izan denez, argi utzi diegu kontsigna batzuk hasieratik: zertarako egingo zen azaldu, zer lortu nahi zen, zer espero zen haiengandik... Ez zaie presiorik sartuko eta haien ongizatea bilatuko da. Dinamikoki aurkeztu egin beharrekoak, eta ludiko-izaera atxiki ahal den neurrian.
- Hasieran, feedback-a egiten saiatu gara, praktikaren izenburuarekin jokatzuz, esanahia galdetuz, burura zer ekartzen dien galdetuz... Baliagarri ikus dezaten eta erlazioak era ditzaten.
- Ekintzen azalpenak ematerako orduan, labur eta zuzen eman dizkiegu jarraibideak; kontsignak jarraitzeko ariketak direnez, azalpenekin luzatzeko arriskua dago. Praktikara eramatean, denbora gehiegi hartu nuen sabeliztunen ekintza gauzatzeko; ipotx forma nola egin behar zuten azaltzen aritu nintzen eta, gero, konturatu nintzen uste baino hobeto zekitela hasieratik.

**2. SAIOA****Gaitasunak**

- Ekintza dramatiko gidatuak berenganatzea oinarri plastiko batetik abiatuz eta kontsigna eszeniko batzuk jarraituz, adierazkortasuna lantzeko.
- Adierazpen propioa gauzatzea, norberaren adierazpen-baliabideak hobeto ezagutzeko.

1. Azalpenak. Klaseko guztien aurrean. Hasieran, ispiluan jarriko ditugu, kartoi mehe batzuetan, bai gauzatuko ditugun ekintzen izenak eta bai horrekin erlazioa duten irudi batzuk. Horren inguruan arituko gara, denak arropaz aldatzen diren bitartean (5 minutu).

**2. Jarduerak**

a) Komikiak eta gu. Banatu taldeka komikiak (taldeak pertsonaia kopuruaren arabera antolatu). Komikietan, alde zurretik bunbuiloetan zeuden hitzak ezabatuko dira, komikia zuri utziz. Haien lana izango da irudiei hitzak ematea. Behin istorioa eraikita dutenean, kideen aurrean antzeztu beharko dute.

b) Mugitu ipurdia eta mingaina. Binaka jarri, bata bestearen atzean gerritik helduz. Guztion artean biribil bat eratuko dugu, elkarrengandik hurbil jarriz. "Trikitixa" abestia erabili dugu, baina edozein abesti ezagun erabili daiteke kontsignak ematen diren bitartean. Bikoteko partaide batek abestia eta kontsignak abesten dituen bitartean, besteak mugimenduak egingo ditu; hori bai, biek elkar "itsatsita" egon behar dute.

**Behaketak eta Hausnarketak**

"Komikiak eta gu" ekintza gauzatzekoan, desadostasunak egon ziren pertsonaiak aukeratzekoan; jendea kanpoan geratzeko arriskua ikusten nuen eta, horregatik, paperen bitartez edo zozketa eginez banatu nituen. Antzezpenean gauzatzean, komeni da komikia aurrean izatea, 30 minutuan ez baitira gai den-dena gogoratzeko edo sekuentziak mantentzeko. Hori ekiditeko, beste arlo batekin parteka daiteke eta, esate baterako, komikia euskara arloan landu.

Bigarren jardueran, berriz, ez da inolako arazorik izan; hori bai, abestiek alde zurretik ezagunak izan behar dute eta kontsignak argiak izan behar dira. Gure kasuan, "Trikitixa" abestia erabili dugu, baina ezaugarri horiek dituen edozeinek balio dezake.



### 3. SAIOA

#### Gaitasunak

- Mugimenduaren adierazpena, espazioan eta mezuan kokatzeko ahalmena lantzea, adierazpen-erregistroak aldatzeko gai izateko.
- Kideen lana errespetatzea eta haiekin bat egiteko gaitasuna lortzea, besteekiko harremana hobetzeko.

1. Azalpenak: aurreko saioetan bezala, aldez aurretik ispiluan kokatutako kartoi meheen inguruan aritu, klaseko lehen 5 minutuetan.

2. Jarduerak:

a) Botoi magikoa. Ikaskide bat gelatik kanpora aterako da; bitartean, besteek gorputzeko puntu zehatz bat hautatuko dute (sudurra, hanka, ipurdia...). Hautatuko atal hori izango da "botoi magikoa". Behin erabakia hartuta, kanpoan zegoen ikaskidea gelara sartuko da, eta "botoi magikoa" zein den asmatu beharko du, gorputz-atal ezberdinak ukitzen dituelarik. Bitartean, gelako gainerako kideek aldez aurretik finkatutako rol bat bete beharko dute (astronautak izango dira, lehoiak...)



b) Eta orain hemen gaude!

Ikasleak gelan sakabanatuko dira eta irakasleak ingurune ezberdinak aipatuko ditu (parkea, basoa, itsasoa...), hau da, momentu bakoitzean non dauden adieraziko die. Bakoitzak leku horretako rol bat hartu eta antzestu beharko du.



**Itsasoan nago....**

c) Nik hasi, zuk bukatu. Jarri bikoteka. Irakasleak ekintza batzuk esango ditu altuan (tenis-partida bateko sakea) eta bikoteko kide batek ekintzaren hasiera egiten duen bitartean, beste kideak amaiera emango dio ekintzari. Konfiantza hartzen dutenean taldeak handituko ditugu eta, azkenean, klase osoaren artean ekintza bat egingo dute, atalka.

**Behaketak eta Hausnarketak**

“Nik hasi, zuk bukatu” ekintzarekin arazoak izan nituen hasieran; ez zuten sekuentziaren ideia ulertzen eta ez zuten ongi adierazten. Orduan, birritan azaldu eta ulertzen ez zuteneguz, praktika egitea erabaki nuen klaseko hiru ikaslerekin. Ulertu zuten arren, ez zituzten sekuentziak oso ondo errespetatzen; saiakera dezente behar izan zituzten emaitza egokia lortzeko. Talde handiagoetan hobeto irten zen.

“Eta orain hemen gaude” ariketarekin oso gustura ibili ziren, eta baita “botoi magikoa”renarekin ere; baina musika jarrita zegoenez (itsasoaren soinua, ballet-ean sartzeko musika klasikoa, eta abar), hitz egiten hasi ziren, iskanbila eten nuen arte. Ariketa horietan sumatu nuen, behin batek rol bat hartzen zuenean, besteek kopiatu egiten ziotela, ideia propiorik sortu ezean. Argi utzi behar zaie, hasieratik, originalak izan behar dutela eta bakoitzaren antzezpena edo adierazpena egokia izango dela.

#### 4. SAIOA

##### Gaitasunak

- Karakterizazio eta antzezen kontzeptuak bereiztea, dramatizazio-prestaketa egiteko eta adierazpeneko pauso batzuk jarraitzeko.
- Adierazpen-eremuan lan egitea, adierazpen propioa bilatzeko eta norberaren ezagutza hobetzeko.

1. Azalpenak: aurreko saioetan bezala, aldeztu aurretik ispiluan jarritako kartoi meheen inguruan arituko gara klasearen lehen 5 minutuak.

2. Jarduerak:

- a) Nor naiz ni? Aurretik paperak prestatu pertsonaien izenekin (bai filmetakoak, bai animaliak...) eta ikasleen artean banatu. Biribilean eseri eta, banan-banan, atera pertsonaiaren rola guztien aurrean; besteek asmatu beharko dute nor den eta zer ari den egiten.
- b) Desfile-eguna (egun bateko izarra). Gelara objektu batzuk eramango ditugu (eguzkitako betaurrekoak, ileordeak, txanoak...); bakoitzak, gutxienez objektu bat jantziz, pertsonaia baten rola bereganatu behar du, eta lehendik prestatutako ibiltoki batean desfilatu beharko du.

#### Behaketak eta Hausnarketak

Nor naiz ni? Gela guztia biribil batean jarri nuen, aldeztu aurretik prestatutako papertxo batzuk kutxa batean sartu nituen, bertan izen batzuk idatzi nituen (telebistako pertsonaia batzuk, lanbideak...), eta bakoitzak egin dezakeen ekintza bat ere idatzi nuen. Banan-banan altxatu ziren eta multzo bakoitzetik papertxo bat hartu zuten, antzezpena egiten hasteko. Oso ondo atera zen.

Desfile-eguna: denon artean ibiltoki bat egin genuen; ibiltokia bukatzean, mozorroak jantzi eta desfilea egiten hasi ginen. Margoak erabili genituen aurpegia margotzeko, eta desfilea hasi genuen; bakoitzak aurkezpena egin behar zuen ibiltzen hasterako.

**5. SAIOA****Gaitasunak**

- Karakterizazio eta antzezen kontzeptuak bereiztea, dramatizazio-prestaketa egiteko eta adierazpeneko pauso batzuk jarraitzeko.
- Adierazpen-eremuan lan egitea, adierazpen propioa bilatzeko eta norberaren ezagutza hobetzeko.

1. Azalpenak: aurreko saioetan bezala, alde z aurretik ispiluan jarritako kartoi meheen inguruan aritu gara klasearen lehen 5 minutuetan.

2. Jarduerak:

a) Maskara-tailerra. Egingo duten antzezeneko pertsonaien maskarak eginda eraman, alde z aurretik, klasera. Gero, taldeka banatu (istorioko pertsonaien arabera) eta maskarak banatu, berek karakteriza dezaten nahi duten moduan.



b) Behin batean zer? Lehen aipatutako pertsonaia horiekin lotura daukan istorio baten hasiera kontatu beharko dute eta, gero, taldeka ipuinaren bukaera asmatu eta antzeztu.

**Behaketak eta Hausnarketak**

Ipuina eratzeko orduan, taldeko kide batek hartu ditu erabakiak gehienetan; prestatzeko denbora gutxi izan dutenez, ez da ongi egituratu eta ez da ongi atera partaide guztiek adostutako lana. Praktikan jartzeko orduan, batzuek ez dute istorioaren ildo gogoratu. Aurretik aipatu bezala, beste arlo batzuk erabil daitezke istorioa eraikitzeko; mamitsuagoa izango litzateke eta landuagoa egongo litzateke.

**6. SAIOA****Gaitasunak**

- Dramatizazio-ekintza bat gauzatzea, mezu eta eremu batean kokatuta, erantzukizun pertsonalizatua adierazteko.
- Adierazpenaren eremuan ikasitakoa islatzea, memoria lantzeko.

**1. Azalpenak**

- Aldez aurretik ispiluan kokatutako kartoi meheen inguruan aritu klasearen lehen 5 minutuetan.

**2. Jarduerak**

- Ipuin erreala. Klasearen hasieran, bakoitzari pertsonaia bat banatu eta dauden materialekin karakterizatzeko eskatu diet. Gero, denak gelan zehar sakabanatuko dira eta irakaslea ipuin bat kontatzen hasi da. Bakoitzak bere rolari eutsiz eta pertsonaia errespetatuz, istorioan egin beharrekoak aurrera eramango dituzte.

**Behaketak eta Hausnarketak**

Denbora falta izan da hemen arazoa; aurretik aipatu dudan moduan, eskertuko litzateke beste arloekin harremana izatea, emaitza egokiagoa izan dadin. Erantzun pertsonalizatuagoak lortuko genituzke, eta emaitza positiboagoa izango litzateke. Lehenengo egunetik aldaketa nabaria egin dute: pausoak erantzun pertsonalagoetara bideratu dituzte, parte hartzea handiagoa izan da eta gogoz aritu dira, lotsa alde batera utzita. Saio horretatik gauza asko atera daitezke (erantzukizun pertsonalizatuak eratzeko ahalmena, praktikaren ondorioz adierazpenak hobetzea...) eta hori guztia behatzea interesgarria da, kasu guztietan.

### EBALUAZIO-IRIZPIDEAK

Prozesuko ebaluazioa egingo nuela erabaki nuen; behaketa bat egingo nuen irakasle gisa, ikasleek gorputz-adierazpena nola ikusten duten aztertzeko; prozesua ikusi eta gero, kontuan hartu nahi nuen parte-hartzea edota jarrera. Ebaluazio-irizpideak eraikitzerakoan, progresio batekin egin behar nuela ikusi nuen, hasieratik helburuekin bat eginez. Hierarkizatzen saiatu naiz saioen ebaluazio-pausoak, gauza simple edo eskuragarriagoetatik hasi eta, denborarekin, ahalmen gehiago eskatzen duten gauzetara pasatuz. Kasu honetan, kontuan hartu behar da bi gai lantzen direla eta biak bateratu behar direla ahal den neurrian. Hasieran bikoizketa-tailerra egitea erabaki nuen eta, gero, hortik abiatuta role playing-era pasatzea. Eskakizun adierazkor sinpletik konplexura bideratzea izango litzateke gure helburua, eta honako ebaluazio-irizpide hauek kontuan hartzea:

- 1.- Adierazpenarekin lotutako eskema sinpleak gauzatzen ditu.
- 2.- Mezu komunikatiboa koherentziaz transmititzeko gai da.
- 3.- Erregistro adierazkorraren malgutasuna erabiltzen du.
- 4.- Kideen antzezpenekiko errespetua adierazten du.
- 5.- Sormenez aritzen da lanean, irudimena erabiliz.
- 6.- Dramatizazio-ekintza testuingurura egokitzen du.

Oinarriko irizpide horiek jarraituz zera ebaluatu nahi nuen: ikasle ororen adierazpen-saiakera, mezu komunikatiboaren erabilera egokia eta testuingura egokitzea, kideekiko errespetua eta jarrera parte-hartzailea, eta baita sormena eta dramatizazio-ekintzaren gauzatze positiboa ere. Argi izan behar dugu, hasieratik, lortu nahi ditugun helburuekin bat egin behar dutela ebaluazio-irizpideek, ikasleek lotura bat eraiki behar dutelako eskakizunaren eta emaitzaren artean.

***Nire esperientzia nolakoa izan den.*** Jakina da Gorputz Hezkuntzako irakasle guztien artean arlo edo gai tabu bilakatu dela, urteen joanean, gorputz-adierazpena. Nire kasuan, ideia honen inguruan lan egiten hasi nintzenean, banituen beldur batzuk. Nire lehenengo esperientzia zen eta ez nekien zer emaitza jasoko nituen, zer erantzukizun izango nuen ikasleen aurrean, eta nolako isla izango zuten nire buruan nituen ideiek. Sekuentzia didaktikoaren oinarria prestatzen ari nintzenean, benetan ikusgarria zen nire buruan, baina beldur nintzen klase “erreal” batera pasatzean gauza bera gertatuko ote zen. Irakasle ororen kezka da ikasleen erantzukizuna eta ikasketa pertsonala; eta, nire kasuan, esperientzia ezak ez zuen asko laguntzen. Hasieratik argi neukan: klaseak ez zirela izango nik prestatutako saioak bezain perfektuak; aldaerak egongo ziren, arazoak, egun zailagoak... Laburbilduz, jabetzen nintzen

benetako klaseak emango nituela, arazo eta guzti. Horrek asko lagundu zidan, hasieratik onartuta eta barneratuta baineukan gauzak ez zirela perfektu aterako.

Irakaslearen rola pixka bat leuntzea erabaki nuen, haurrentzako eramangarriagoa izango zelakoan eta dinamikotasuna gehituko ziolakoan. Komeni da, adierazpenarekin lotutako ekintzetan irakasle-rolaren ezaugarri batzuk barneratzea, ikasleek hurbiltasuna sumatzen dutelako.

Onartu behar dut dena ez dela hain erraza ere izan, eta zailtasun batzuekin topatu naizela. Ikasleen esperientzia falta, denbora mugatua, ikasle batzuen erantzun propioen falta... Saio guztietan, egunerokotasunarekin harremana zuten egoerak aurkezten saiatu naiz, ikasleentzat hain arrotza izan ez zedin.

Kanpotik ikusita, esperientziaren balorazioa positiboa izan daiteke. Ikasleak hazten ikusi ditut eremu dramatikoan, eszenikoan; eta horrek asko poztu nau. Ez dugu ahaztu behar sei saioko lana izan dela eta muga horien barruan lortutakoa ari naizela ebaluatzen; baina benetan eskertzekoa izan da eduki duten jarrera eta parte-hartzea. Motibazioz jardutea aholkatuko nioke esperientzia hori aurrera eraman nahi duen edonori, eta baita kasuak pertsonalki behatzea eta tratatzea ere; arlo honetan, beste arloetan bezala, haur ezberdinekin ari gara lanean eta bakoitza mundu bat da.

## 5.7. ERABILITAKO BIBLIOGRAFIA

- Álvarez- Novoa, C. (1992). *Dramatización. El teatro en el aula*, Bartzelona: Octaedro.
- Angoloti, C. (1990). *Comics, títeres, teatro de sombras: tres formas plásticas de contar historias*, Madril: De la torre.
- Antequera, M. eta Cáceres, A. (1995). *Educación y enseñar con títeres*, Madril: CCS.
- Arteaga, M., Viciano, V. eta Conde, J. (1997), *Desarrollo de la expresividad corporal*, Bartzelona: INDE.
- Barret, G. (1989). *Pedagogía de la expresión dramática*, Montreal: Recherche en Expression.
- Caballo, V. E. (1993). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*, Madril: Siglo XXI.
- Casatil, R. (2001). *El descubrimiento de la sombra*, Madril: Siruela.
- Cervera, J. (1996). *Iniciación al teatro*, Bartzelona. Bruño.
- Conde Caveda, J. L. (2001). *Cuentos motores, I eta II lib.*, Bartzelona: Paidotribo.
- Desco, R. (2008). El teatro negro como técnica de expresión. In G. Sánchez et al. (koord.), *Expresión Corporal: Investigación y acción pedagógica*, (195.-203. or.). Salamanca: Amarú.
- Eines, J. eta Mantovani, A. (1980). *Teoría del juego dramático*, Madril: MEC.
- García del Toro, A. (1995), *Comunicación y Expresión oral y escrita: La dramatización como recurso*, Bartzelona: Graó.
- Hellison, D., et al. (2000). *Youth development and physical activity*, Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hernández, V. eta Rodríguez, P. (2000). *Expresión corporal*, Madril: CCS.
- Kelly, J. A. (2000). *Entrenamiento de las Habilidades Sociales*, Bilbo: DDB.
- Maciá, S.: (2008). Los mil perfiles del docente en dramatización. In G. Sánchez, et al. (Koord.), *El Movimiento Expresivo*, (259.-266. or.) Salamanca: Amarú.
- Monjas, M. I. eta de la Paz, B. (2000). *Las Habilidades Sociales en el Currículo*. Madril: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.



- Montesinos Ayala, D. (1999). *La expresión corporal. Su enseñanza por el método natural evolutivo*, Barcelona: INDE.
- Motos, T. (2008). Dramatización y expresión corporal: bases y retos. In G. Sánchez, et al. (Koord.), *El Movimiento Expresivo*, (29.-45. or.) Salamanca: Amarú.
- Ortiz Camacho, M. M. (2000). *Comunicación y Expresión Corporal*, Granada: Proyecto Sur.
- Ortiz Camacho, M. M. (2002). *Expresión corporal: Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*, Granada: Grupo editorial universitario.
- Padilla, C. (2003). *Los lenguajes de la expresión*, Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Instituto superior de formación del profesorado.
- Pavis, P. (1998). *Diccionario del teatro*, Barcelona: Paidós..
- Pelegrin, A. (2004). *La aventura de oír*, Madrid: Anaya.
- Pessel, A. (1975). *Sombras corporales*, Barcelona: Vilamala.
- Rodari, G. (2006). *Gramática de la fantasía: introducción al arte de contar historias*, Madrid: Alfaguara.
- Slade, P. (1981). *Expresión dramática infantil*, Aula XXI, Madrid: Santillana.
- Sureda, I. (2001). *Cómo mejorar el autoconcepto. Programa de intervención para la mejora de las habilidades socio-personales en alumnos de Secundaria*, Madrid: CCS.
- Tejerina Lobo, I. (1999). *El juego dramático en la educación primaria*. Textos de didáctica de la lengua y la literatura, 19, 33-44.
- Vallés, A. eta Vallés, C. (1996). *Las habilidades sociales en la escuela. Una propuesta curricular*, Madrid: EOS.
- Verdugo, M. A. (1995). *Personas con discapacidad. Perspectivas psicológicas y rehabilitadoras*, Madrid: Siglo XXI.
- Vizcarra, M. T. (2003). *Análisis de una experiencia de formación permanente en el deporte escolar a través de un programa de habilidades sociales*, Bilbo: EHU (Doktorego-tesia).

## 5.8. –WEB-ORRIAK

[http://www.educared.org.ar/tamtam/archivos/2006/08/10/como\\_hacer\\_sombras\\_chinescas.htm](http://www.educared.org.ar/tamtam/archivos/2006/08/10/como_hacer_sombras_chinescas.htm)

<http://sobrenosotros.galeon.com/mundo/taller/sombras/sombras01.htm>

<http://espanol.cri.cn/chinaabc/chapter21/chapter210101.htm>

<http://www.teatro-testuak.com/haurrentzat.html>

[http://es.geocities.com/unidades\\_de\\_educacion\\_fisica/Doc\\_PDF/SU\\_2.pdf](http://es.geocities.com/unidades_de_educacion_fisica/Doc_PDF/SU_2.pdf)

<http://www.bakelan.net/teknikak/familiak/DRAMATIZAZIOA.pdf>



# 6- DANTZAK LEHEN HEZKUNTZAN



57. argazkia. Jarri bikoteka eta dantzatu!

Egilea: Amaia Martinez de Guereñu.



## 6.- DANTZAK LEHEN HEZKUNTZAN

**Egilea: Amaia Martinez de Guereñu**

### 6.1. SARRERA

“Ura eta airea bezala, musika eta dantzak ezinbesteko elementuak dira gizakiaren bizitzan. Identitate kulturalaren aldaketa-zeinua izateaz gain, antzinako, gaur egungo eta etorkizuneko gizartearen bizitzaren ibilgailu ere badira” (Regner, 1979). Dantzen irakaskuntzarekin hasi baino lehen, dantza kontzeptuaren azalpen bat emango dugu. Hitz horren esanahiaz pentsatzean, eremu oso zabala hartzen duela ohartzen gara: herriko dantza bat, diskotekan dantzatzeko dena, edo balet-ikuskizun bat izan daitezke. Erritmoak eta garapen erritmikoa landu beharko genituzke atal honetan, baina ez da egingo.

Dantza hitza sanskrietik dator (Haselbach, 1979) eta “bizitzeko irrika” esan nahi du; hau da, giza sentimendu bat da. Beste modu batean esanda, gorputzaren bitartez adierazten den izaera espiritual eta hunkigarria da; irrikak barrena mugitzen digu, geldotasuna gugandik urrunduz. Horrela, barne-indarraren motor hori bizitzaren hainbat eremutan azaltzen da, irrika adierazten duten dantzen bidez: mistikoa eta jainkotiarra lotzen dituen irrikatik, dantza erritualak; maitatua izatearen gogotik, maitasun-dantzak; biziraupenerako irrikatik, emankortasun-dantzak, eta abar. Eta, azkenik, umeei erakusten duten senezko dantza edo dantza librea, bakoitzaren bizipenetatik irrika modu aktibo eta goxo batean esperimendatzeko. Mundu osoan, gizadiaren oroimena iristen den arte dantzak izan dira; horrela adierazten da hamar mila urte baino gehiago dituzten irudikapenetan, eskulturetan, eta Kristo aurreko idazkera deskriptiboetan. Baina dantzak aurpegi asko ditu; gizakien kulturaren adierazgarri izateaz gain, garai, herri edo adinaren arabera beharrezkoak ere ase

ditu. Guztietan, gorputza da adierazpen koreografikoen tresna, eta gorputzaren mugimendua bidea. Dantzak banaka zein taldean egitekoak izan daitezke eta hainbat eragileren mende daude: ingurumena, bizi-baldintzak, eta abar. Baina, dudarik gabe, eragilerik garrantzitsuena da gizartearen ondare kulturala, eta dantzarekiko gizarte horrek duen tradizioa. Antzina, haurren gizarteratze-prozesuaren barnean, dantza transmisioa modu naturalean gertatzen zen. Denboraren joanean, batzuk arautuago bihurtu ziren eta irakaskuntza zehatz baten beharra sortu zen. Erdi Aroan, adibidez, goi-mailako talde txikien pribilegio bihurtu ziren, eta dantza klasikoaren (teknika zehatzak ikasi behar dira) eta herrikoien (herritarren dantzak) arteko lehen banaketa finkatu zen (Haselbach, 1979: 65) .



#### 58. argazkia. Bira, bira eta bira...

XX. mendearen hasieran, industrializazioarekin batera, gauzak aldatu ziren, batez ere, herri garatuetan: dantzaren didaktika (hau da, irakaskuntza planifikatuak) funtsezko funtzioa izatera iritsi zen. Balleta eta antzeko dantza klasiko eta teknikoaren eskolak sortu ziren. Horrela, berezko dantza sortzeko

aukerak murriztuz joan ziren, ekonomia eta teknikaren mende geratuz. Ondorioz, gizakia dantzarekiko harremana galduz joan zen, bizitzeko irrika hori isolatzearekin batera. Mendearen bukaeran, aldiz, dantza kultura-ondareztat hartu da, eta garrantzia ematen hasi zaio gizartearen zein gizakien tresna adierazle gisa. Horrela, dantzak zabalduz joan dira eta, eskoletan, herri bakoitzeko kulturaren barneko beste ezaugarri baten moduan lantzeko beharra sortu da. Bestalde, beste herri dantza batzuk ere hasi dira sortzen, dantza teknikoak lantzen dituzten eskolekin loturarik izan gabe. Hiri handietan kaleko kultura berriak agertu dira, eta horietan dantzak oso adierazle garrantzitsu bilakatu dira; breakdance-a adibidez.

## 6.2. ZER DIRA DANTZAK?

Dantzei buruzko definizio asko daude. Autore batzuek jarduera horren forman jartzen dute arreta; beste batzuk, berriz, dantzaren helburuan oinarritzen dira; baina guztiek aipatzen dituzten ezaugarrien artean bat ezinbestekoa da: sentimenduen eta emozioen adierazpena dela, komunikaziorako gizakiak dituen tresnetatik garrantzitsuenetariko bat. Kontzeptu horren eremua mugatzea oso zaila da; izan ere, pertsonaren arte eta adierazpen formarik antzinakoena izateaz gain, aldagai asko dauzka eta oso adarkatuta dago. Bere adierazle guztiak azaltzen dituen definizio bat egitea oso konplexua denez, hainbat definizio ikusiko ditugu gai honetan lan egiten duten profesionalen eskutik. Gorputzaren mugimenduak eta jarrerak dira gure egoeraren adierazlerik agerienak. Graham-ek dioenez (1992: 9), “Gorputzak, mugitzen denean, ez daki gezurretan ibiltzen. Bizitza biziz ikasten den bezala, dantza ere dantza eginez ikasten da”. Gainera, burutik oinetara egin ditzakegun mugimenduak amaigabeak dira, bakoitzaren irudimenean sortutakoak. Dantza irudimenetik at dagoen espazioa da. Horrekin batera, hainbat autorek ematen dute beren definizioa Garcia Rusok (1997) jasotzen duen gisan:

- Leese eta Packer (1991: 15): “Dantzariari dantza egiteak eragiten dioen plazer edo dibertsioagatik, dantza mugimendu armonikoen konbinazioa da”.



- Sousa-ren ustez (1980: 9), dantzatzat har daiteke “sentsazio, sentimendu eta pentsamenduak adierazteko helburuarekin egindako edozein mugimendu”.
- Robinson (1992: 6): “Dantza da espirituak jasotako edozein inpresio edo ideien aurrean gorputzak duen erreakzioa, mugimenduak keinu baten bidez egiten direlako”.
- Salazar (1986: 9): “Dantza gorputz-mugimendu estetikoaren koordinazioa da”.
- Willem (1985 :5): “Dantza da gorputza mugimenduan espresio tresnatzat erabiltzen duen artea”.
- Acuña (1997: 23): “Hainbat erritmo edo konpas jarraituz, espresioan oinarritutako adierazpen, antzezpen eta trantsizioen motorra. Praktikatzeko duen taldearen edo pertsonaren sentitzeko, pentsatzeko eta jarduteko erari lotutako funtzio ezberdinak ditu”.
- Murray (1984: 7): “Dantza da erritmoan eta espazioan jarritako mugimendu bat. Hasten, garatzen eta bukatzen diren mugimenduen jarraipen bat da”.

Padillak, eta Herмосok (2003) Afrikako esaera zahar batetik hartutako definizioa ematen dute: “Dantza da bi pertsonen arteko biderik motzena”. Definizio horiei guztiei gainbegiraturaz, eta García Rusok (1997: 16-17) egindako ikerketa sakonarekin batera, esan dezakegu dantza honako izaera hauek dituen giza jarduera bat dela:

- Unibertatsala => Planeta osoan eta historia osoan egon izan delako, eta baita edozein adinetako emakumek zein gizonek praktikatu izan duelako ere.
- Motorra => Egitura erritmiko baten mendean emozioak, sentimenduak eta ideiak adierazteko, giza gorputzaren mugimendu eta teknika zehatzen bidez egiten delako.
- Polimorfikoa => Forma ezberdinak dituelako: klasikoa, arkaikoa, herrikoa, garaikidea eta modernoa.
- Balioaniztuna => Dimentsio ezberdinak dituelako: artea, hezkuntza, aisialdia eta terapeutikoa.

- Konplexua => Hainbat faktore lotzen eta josten dituelako: biologikoak, psikologikoak, soziologikoak, historikoak, estetikoak, moralak, politikoak, teknikoak, geografikoak... Gainera, adierazpena eta teknika bateratzen ditu, eta banaka zein taldeka egin daiteke.

### 6.3. DANTZA MOTAK

Orain arte azaldu dugun moduan, dantzak pertsonen arteko eta pertsonaren eta bere inguruaren arteko komunikazio-tresna izan dira. Historian zehar, gizartearen aldaketetara egokitzen eta bilakatzen joan dira, eta dantza mota asko agertu dira. Sormen berri horietan nabariak dira ezaguera, ohitura eta bizitzeko forma berrien islak. Batzuk formal bihurtu dira, hau da, araudi eta berezko eskakizun batzuk dituzte, eta transmititzeko irakaskuntza zehatza eta planifikatua eskatzen dute. Beste batzuk, ordea, tradizio herrikoia adierazpenetik jaio ziren eta herriaren baitan transmititu dira.



59. argazkia. Hau festa!!!

Dantza formalen artekoak dira dantza klasikoa (balleta), dantza modernoa, dantza garaikidea eta jazz-dantza. Bestalde, areto-dantzak ditugu (tangoa, chachachá, charlestona, balsa, eta abar); gaur egun araututa daude eta horiek ere maila profesionalean praktikatzen dira. Hainbat lurraldetan garrantzi handiko dantza formalak edo ez-formalak daude; hala nola, ekialdeko dantzak (sabel-dantza, raks, baladi, eta abar), txinatarrak, etnikoak (sunun, kassa, eta abar), brasildarrak (foaxé, capoeira, sanba, eta abar), nekazarienak eta erlijiosoak, espainiarrak (flamenkoa, pasodoblea, eta abar), eta herrialde guztietako folklorea.

Hainbat irizpide jarraitzen dituzten sailkapenak daude, baina munduan dauden dantza guztiak sailkatzea oso zaila da. Hala ere, sailkatzeko ahalegina egingo dugu:

a) Ikaskuntza transmititzeko moduan oinarritutako sailkapena:

- Dantza akademikoak => Antzeztokiko dantza gisa ezagutzen da. Irakasle batek irakasten du, eta espazio zehatz bat beharrezkoa du antzezpena egin ahal izateko. Horien artean ditugu: dantza klasikoa (balleta), dantza garaikidea, dantza modernoa, jazz-dantza, eta agertokiko folklorea.
- Dantza tradizionalak => Horien irakaskuntza belaunaldiz belaunaldi egiten da. Dantza tradizionalen artean honako hauek ditugu: dantza herrikoiak eta dantza autoktonoak (lurralde batekoak). Praktikatzeko ez du antzeztoki berezirik behar; bizitza arruntaren parte dira, eta herriko plazan dantzatu ohi dira. Hala, ferietan, gizarte- eta erlijio-gertaeretan eta edozein jaietan praktikatu ohi dira dibertimendu gisa; kulturaren adierazgarri bat dira.
- Kalean sortutakoak => Hauek hiriko kulturen inguruan (hiriko tribuen inguruan) sortutako dantzak dira, eta hiriko kulturaren adierazgarriak dira; esate baterako, honako hauek ditugu: funky-a eta brakedance-a.

b) Partaideen zenbakiaren arabera sortutako sailkapena:

- Bakarkako dantzak => Pertsona bakar batek praktikatzen du. Bere etapa primitiboan, gizakiaren beharrak adierazten du eta orden gabeko mugimendu sinpleak dira. Garatuz doan bitartean,

mugimendu kontziente eta antolatuak eginez komunikaziorako tresna bihurtzen da.

- Talde-dantzak => Zibilizazio handiak sortu ziren heinean, gizakiak talde-jarduerak egiten ikasi zuen eta horrek talde-dantzak garatzeko aukera eman zuen, erlijio-errituak eta gizarte-jaien beharrak asez.

#### 6.4. DANTZA-SAILKAPENAK HAINBAT AUTOREREN ESKUTIK

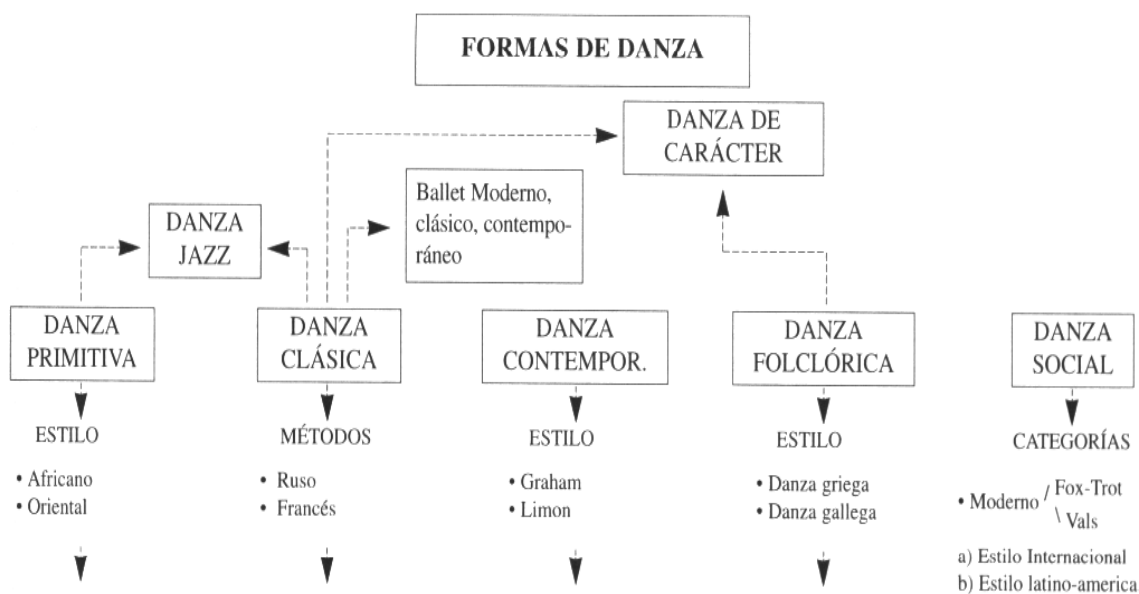
Aurreko puntuan aipatu dugun moduan, dantza asko daude eta forma ezberdinetakoak dira. Ondorioz, dantza horien sailkapenak ere askotarikoak izango dira, eta autore bakoitzak dantzari buruz duen ikusmoldean oinarrituta egongo dira. Gaur egun, hauek dira garrantzitsuenak:

- 1) Willem-ek (1985, *in* Garcia Ruso, 1997) hiru dantza mota bereizten ditu:
  - a) Oinarrizko dantza => Dantza bere forma sinpleen bidez adierazita, erritmoa, sentrazioak eta sentimenduen adierazpena dira elementu garrantzitsuenak. Horien artean ditugu dantza folklorikoak.
  - b) Dantza akademikoak => Giza gorputzaren idealizazioa egiten du. Elitismo profesionala eta teknikaren bikaintasuna du helburu. Adibidez: balleta edo espainiar dantza klasikoa.
  - c) Dantza modernoa => Eduki adierazkorrak dituzten mugimenduen osagaien miaketa da; denbora, espazioa, dinamika eta gorputzaren formak dira protagonista. Dantza garaikidea sailkapen honen barruan kokatzen da.
- 2) Quebec-eko Ikaskuntza Programa (Kanada, 1981) (Trigeros, 2000: 306)
  - a) *Dantza primitiboa* (edo etnikoa). Adierazteko ohiko forma herrikoi bat izatetik bere estatus propioa lortzera iritsi diren dantza indigenak edo tribalak dira. Gaur egun, kultur aniztasunaren barnean, komunikaziorako eta ulermenerako bidetzat hartzen dira. Esan dezakegu, dantzaren bitartez, beste kulturetako adierazteko formak jasotzen ditugula. Eduki magikoa dute eta egunerokotasunari egiten diote erreferentzia; erritualak, jainkoarekin eta naturarekin harremana duten mugimendu

- naturalak, errepikakorrak eta jarraituak dira. Gaur egun, adibidez, dantza horien eredueta bat dira modan dauden dantza afrikarrak.
- b) *Dantza klasikoa*. Mendebaldeko klaseen arteko diferentziak agerian uzteko sortu zen. Dantza klasikoa ikusmeneko estetika bilatzen duten mugimenduak dira, gertaera irreal eta irudimenezkoei erreferentzia eginez, eta grabitateari aurre egiten dioten forma lerdenak erabiliz. Teknika oso itxia eta hiztegi zehatza du. Urteetan zehar dantza guztien oinarritzat hartu izan den arren, gaur egun, dantzariaren sormena “mugatzen” duela ere uste da. Balletaren zurruntasuna sormenaren eta hainbat segmenturen mugikortasunaren aurka doa. Horregatik, eskolan komunikatzeko eta mugitzeko askatasuna landu nahi badugu, hori ez da dantza motarik egokiena, mugimendu zehatzak eta teknikoak bilatzen dituelako. Argi dago profesional-mailan aritzeko ezinbestekoa izango dela eremu hori teknikoki ezagutzea; eredu horren adierazgarriena balleta da.
- c) *Dantza garaikidea*. Balletak sorturiko dantza-forma zurrun horiei erantzuteko asmoz sortu zen. Dantza garaikidea berdintasuneko gizarte irekiago baten adierazlea da. Gaur egungo dantzatzat hartu izan da, eta nahiko ezezaguna da. Mugimenduek naturaltasuna eta askatasuna bilatzen dute, eta gorputzaren eta espazioaren erabilera oso bitxia izango da. Edukien aldetik, komunikazioa eta adierazpen filosofiko eta psikologikoak lantzen ditu. Dantza mota honen bultzatzaileen artean ditugu Isidora Duncan, Marta Graham eta Merce Cunnugham. Aurrerago azalduko dugun moduan, dantza mota honek lantzen dituen alderdiak oso interesgarriak eta erabilgarriak izango dira eskola-mailan.
- d) *Jazz-dantza*. XIX. mendearen bukaeran EEBBn sortu eta XX. mendean garatu zen. Sustraiak dantza afrikarretan ditu; esklaboen ondorengoek kultura amerikarrarekin izandako elkarreraginaren ondorioz sortu zen. Dantza folkloriko izatetik teknika eta ezaugarri zehatz batzuk dituen dantza izatera pasatu da; oso terminologia zehatza du eta dantza mota horren adierazgarri dira modern-jazza edo rock-jazza.
- e) *Dantza folklorikoa*. Garatutako herrietan irauten duten antzinako erabilerak eta ohiturak dira, eta tradizio espiritualen eta gizarte

adierazgarri dira. Belaunaldiz belaunaldi talde etniko baten kultura transmititzen duten balioen edukia dute. Geografia, historia, klima eta kulturaren bitartez definituta daude. Castañer-ek (2000: 34) horrela definitzen du: “Dantza folklorikoa da gizarte edo giza talde batek dituen ezaugarri propioetatik eratzen den kultur ondarea”. Tradizioz, eskolan gehien landu izan den dantza da, baina horrek ez du esan nahi baliabide garrantzitsua izango denik. Dantza folkloriko edo herrikoiak oso anitzak dira, eta talde bat aukeratzea zaila da; hala ere, dantza hauek lantzeko, Padillak eta Hermosok (2003) beren artikuluan adierazitako gomendio hauek jaso ditugu:

- (1) Dantza horiek lantzeko ez da nahikoa pausoen ordena behin eta berriro errepikatzea.
  - (2) Dantzak eraldatu, hau da, oinarri erritmikoarekin beste mugimendu-forma batzuk asmatu (aldagaia sartzeari).
  - (3) Aukeraketan, ikasleen iradokizunak errespetatu, haiei erakargarriak egiten zaizkien herriko dantzak landuz.
  - (4) Eskolako ikasle kanpotarren presentzia aprobetxatu, haien herriko dantzak erakusteko.
- f) *Gizarte-dantza*. Denborarekin bilakatzen joan den dantza multzoa da; aisialdirako dantzen artean koka ditzakegu eta garaiko musikara egokituta egongo dira. Garai batean, aretoko dantzak moda izan ziren, baina gaur egun beste genero baten barruan sartuko genituzke; beste atal bat osatu beharko genuke dantza horiekin; aurretik ikusitako dantzekin alderatuta, bikoteka praktikatzen dira nagusiki, eta horrek hezkuntza-mailan alde onak eta txarrak dakartza. Gizarte-dantzen eduki interesgarrien artean, soinurik gabeko gaitasun komunikatiboa lortzea da begiradaren eta gorputzaren bidez. Gaur egun, horien artean sartu beharko genituzke kalean dantzatzen diren dantzak.



6. taula. Quebec-en egokitzea 1981: 78 (Garcia Ruso, 1997: 89)

3) Bruce-k (1992, *in* Ortiz, 2000), haurrentzako dantzak sailkatzen ditu:

- a) Haurrentzako forma espontaneoak (dantza libre). Esperientzia estetikoak dira, errealitateari zentzua eman nahi diote (ideiak eta sentimenduak moldatuz). Haurren mugimenduetara egokitzen dira, ezaugarri sensorialak, espazialak, denborazkoak eta dinamikoak kontuan hartuta. Fantasia irudikapenetan oinarritzen da, eta komunikazio emozionala eta irudikapen kognitiboa hobetzen dira.
- b) Haurrentzako dantza formalak. Gizarte, kultura eta familiaren balio-sistema erreproduzitzen dituzte, eta imitazioaren bidez ikasitako mugimenduen ereduak ikasten dira. Gizartearen kodeek haurren ikasketetan eragiten dute, bai taldean bai bakarka dantza egiten dutenean, ikasketa horiek erraztuz edo mugatuz.

## 6.5. DANTZAREN DIMENTSIOAK

Dantzaren dimentsioak dira helburu espezifiko batekin dantzan parte hartzen duten eremuak. Batalhak (1983) eta Xerezek (1992) egindako sailkapenaren arabera (*in* Garcia Ruso, 1997), lau talde ditugu:

EREMUA	EZAUGARRIAK
Aisialdiaren dimentsioa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Egokitzapen fisikoa, harremanetarako eta jolasaldirako aisialdi-jarduerak.</li> <li>• Kirol-klubetan, auzo eta kultur elkarteetan praktikatzen dira.</li> <li>• Irakaslea monitore bat izaten da normalean.</li> </ul>
Dimentsio artistikoa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktibitate artistikoen hastapen eta arauak gidatutako arte forma bat da.</li> <li>• Obra koreografiko, autore, produkzio, eszenatoki eta publikoaren bitartez zehazten da.</li> <li>• Teknika-maila altua behar du eta irakasleek entrenatzailearen papera egiten dute (profesionalak izan behar dira).</li> <li>• Pertsona bakar batzuk egiten dute.</li> <li>• Oro har, antzezlekuetan edo eszenatokietan aurkezten diren dantzak dira, eta dantzariak konpainietan edo taldeetan antolatuta daude.</li> </ul>
Dimentsio terapeutikoa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Helburu formatzaile eta terapeutikoa du.</li> <li>• Eskuarki, behar bereziak dituzten haurrentzat edo jarreran alderazioak dituzten helduentzat zuzenduta daude.</li> <li>• Dantzaterapia instituzioetan ematen da eta irakasleak terapeutak dira.</li> </ul>
Dimentsio hezitzailea	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eskola-eremuan ematen da helburu hezitzaileekin.</li> <li>• Izaera kontzeptuala, prozedurazkoa eta jarrerazkoa du.</li> <li>• Lehen eta Bigarren Hezkuntzan lantzen da.</li> <li>• Haurraren garapen integrala lortu nahi du eta honako funtzio hauek betetzen ditu: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bere burua eta ingurunea ezagutzea.</li> <li>2. Osasun eta gaitasun motorra hobetzea.</li> <li>3. Jolasaldi, ludiko, afektibo, komunikatibo eta erlazio funtzioak ditu.</li> <li>4. Funtzio estetiko eta adierazlea.</li> <li>5. Katartikoa da (tentsioak askatzeko) eta hedonistikoa (plazerra bilatzeko).</li> <li>6. Funtzio kulturala du.</li> </ol> </li> </ul>

7. taula. Dantzaren dimentsioak. Batalhak (1983) eta Xerezek (1992) jasotako sailkapena.

## 6.6. DANTZA ESKOLAN

Orain arte, dantzen munduaren barnean sartzeko eta kokatzeko azalpen orokor bat eman dugu. Bigarren zati honetan, dantzaren dimentsio hezitzailean zentratuko gara. Jarduera aberasgarri horren lanketa azaldu baino lehen, eskolaren edukiak arautzen duen curriculumaren barnean kokatuko dugu.



Vázquez-en arabera (1999), dantzak eskolan ikasleari honako helburu hauek lantzeko abagunea ematen dio (*in* Trigeros, 2000: 308):

- Sentimenduak eta emozioak keinu eta mugimenduen bidez adieraztea.
- Gorputz-mugimenduaren bidez lagunekin komunikatzea.
- Nork bere esfortzuz eta besteekiko eskuzabaltasunez garatzea.
- Komunikazio-jardueretan parte-hartzaile guztiak beharrezko izatea helburua lortzeko.
- Laguntza eta talde-lanaren kontzeptua balioestea.
- Taldearen lana banakakoaren gainetik balioestea.
- Ekintza eta jokoez gozatzea, emaitza alde batera utzita.
- Helburuak lortzeko, kideek duten garrantziaz jabetzea.

#### **6.6.1. Dantzaren kokapena curriculum barruan**

Hezkuntzaren erreforma baino lehen oso gauza gutxi arautu ziren dantzaren inguruan; LOGSEn (90eko hamarkada) finkatu zen lehen aldiz dantzaren hezkuntza-eskola. Lege horren arabera, Heziketa Fisikoa lau eduki multzotan banatuta zegoen:

1. gorputz-irudia eta -pertzepzioa
2. gorputz-abileziak eta -trebeziak
3. gorputz-adierazpena eta komunikazioa
4. jolasak

Dantzaren bidez landutako kontzeptuak hirugarren eduki multzoan kokatzen ziren. Gorputza: komunikazioa eta adierazpena (ikusi 8. taulan). Gaur egun, LOE legea dela eta, Lehen Hezkuntzako Gorputz Heziketan lau eduki multzo bereizten dira:

1. Norberaren ezagutza eta kontrola
2. Gorputz-adierazpena eta komunikazioa
3. Jarduera fisikoa eta osasuna
4. Kultura motorra: denbora librerako aisia eta hezkuntza

Erreforma honetan, LOGSEk lantzen zituen edukiak indarra galtzen dute, edo hala agertzen da behintzat orduen banaketa dela eta. Lege berria (LOE)

gaitasunen lanketan oinarrituko da, hezkuntzari ikuspuntu berri bat emanez. Dantzak “Gorputz-adierazpena eta komunikazioa” deritzon bigarren multzoaren barruan kokatzen dira. Orain arte, gorputz-adierazpenaren lanketa oso murriztua egon da estatu mailan. Beraz, lanketa hori indartu egin da LOE legearen arabera, bigarren multzoa praktikan jartzea ezinbestekoa izango baita. Proposatzen dituen gaitasun horiek lantzeko, dantzak izango dira tresnarik erabilgarrienetarikoak (ikusi 9. taulan).

LOGSE 3. eduki multzoa => Gorputza: adierazpena eta komunikazioa			
	Kontzeptuak	Prozedurak	Jarrerak
1. zikloa	<p>1. Gorputza, keinua eta mugimendua, adierazpenerako eta komunikaziorako tresna diren aldetik.</p> <p>2. Gorputzaren hizkuntza adierazkorraren eta musikaren hizkuntzaren arteko erlazioak.</p> <p>3. Keinu-hizkuntzak eta mugimenduak adierazpenerako eta komunikaziorako dituzten baliabide eta aukerak: norberaren gorputzaren bidez sortutako soinua, gorputzaren bidez komunikatzeko era desberdinak.</p> <p>4. Norberaren erritmoa, adierazpen eta komunikaziorako dinamikaren oinarria den aldetik: erritmo geldoak, azkarrak; dantzak; erritmo eta mugimendu naturala elkarri lotzea.</p>	<p>1. Berezko ekintzetatik eta mugimenduaren bidezko imitazio eta simulaziotik abiatuz, keinuak eta mugimenduak adierazpenerako dituzten aukerak esploratu eta esperimentatzea.</p> <p>2. Sekuentzia eta erritmo arruntak irudikatzea, mugimendua horietara egokituz: orokorrean, goiko gorputz-adarrak bakarrik erabiliz, beheko gorputz-adarrak bakarrik erabiliz.</p> <p>3. Mugimendua erritmoari lotzeko gaitasuna garatzeko, mota desberdineko dantza arruntak egitea. Modu espontaneoan dantzak praktikatzeko.</p> <p>4. Jolas-egoeretan eta espontaneoki keinua eta mugimendua erabiltzea, ingurune hurbiletik datozen ikusmen-, soinu- eta ukimen-informazioei erantzunez, pertsonaia, animalia, irudimenezko egoerak, eta abar irudikatuz.</p> <p>5. Gorputz-mezu arruntak ulertzea eta egoera soilak irudikatu edo deskribatzea.</p>	<p>1. Adierazpena eta komunikazioa erakusten duten gorputz-ekintzak gauzatzeko jarrera irekia izatea.</p> <p>2. Besteek egiten dituzten mugimenduekiko begirunea izatea eta pertsonen adierazpen eta aukerekiko interesa erakustea.</p> <p>3. Adierazpenerako hainbat mugimendu-jardueratan parte hartzeko interesa izatea.</p> <p>4. Norberaren adin eta aukeretara egokituta dauden adierazpenerako mugimendu-jarduerak gauzatzeko gozatzeko.</p> <p>5. Material eta instalazioak ordenan mantentzeko eta garbitasun eta higiearekin zerikusia duten oinarritzko arauak betetzeko, arauak onartzen eta erabiltzen ikasteari ekitea.</p> <p>6. Adierazpenerako ekintzetan parte hartzea, bat-batekotasuna, desinhibitzea eta sormena mesedetuz.</p> <p>7. Norberaren gorputzaren ezaugarriak dituen aukerak eta mugak onartzea.</p> <p>8. Zailtasunak gainditzeko ahalegina egiteko prest egotea.</p> <p>9. Norberaren esfortzuari esker lortutakoa balioestea.</p> <p>10. Norbanakoaren higie-ohitura oinarritzko begira, jarrera praktikoa izaten ikasteari ekitea.</p> <p>11. Arriskutsuak diren egoera eta objektuei buruz oinarritzko ezagutza izatea.</p>
2. zikloa	<p>1. Gorputza, keinua eta mugimendua, adierazpenerako eta komunikaziorako tresna diren aldetik: dantza, mimika eta antzezpena.</p> <p>2. Gorputzen hizkuntza adierazkorraren eta musikaren hizkuntzaren arteko erlazioak.</p> <p>3. Keinu-hizkuntzak eta mugimenduak adierazpenerako eta komunikaziorako dituzten baliabideak eta aukerak.</p> <p>4. Norberaren erritmoa, adierazpen eta komunikaziorako dinamikaren</p>	<p>1. Gorputzak adierazpenerako dituen baliabideak erabiltzeko gaitasunean sakontzea, dituen aukerak esploratuz eta esperimentatuz.</p> <p>2. Sekuentzia eta erritmoak irudikatzea eta mugimendua horietara egokitzea, gorputzaren zati desberdinak elkartuz.</p> <p>3. Mugimendua eta erritmoa elkarri lotzen ahalegintzea, dantza arruntak praktikatzeko, bikote-dantzak sartuz eta norberaren mugimendua besteekin koordinatuz.</p> <p>4. Jolas-egoeretan eta norberaren afektibotasuna eta eguneroko bizitzak azaltzen dituen emozio eta gogaldarteak adieraziz, keinua eta</p>	<p>1. Adierazpena eta komunikazioa erakusten duten gorputz-ekintzak positiboki balioestea.</p> <p>2. Mugimenduak egiteko aukera desberdinekiko begirunea izatea eta besteen ekarpenak balioestea.</p> <p>3. Adierazpenerako talde-jardueretan parte hartu eta laguntzea.</p> <p>4. Adierazpenerako mugimendu-jarduerak eginez gozatzeko.</p> <p>5. Garbitasun eta higiearekin eta material eta instalazioetan ordena mantentzearekin zerikusia duten arauak onartu, errespetatu eta erabiltzea.</p> <p>6. Desinhibitzea, bat-batekotasuna, plastikotasuna eta sormena balioestea.</p>

	oinarri den aldetik: dantza tradizionalak; mugimendua, erritmo egitura arruntei lotuta.	mugimendua erabiltzea objektuak, pertsonak, eta abar irudikatzeko. <b>5.</b> Mezuak irudikatzea, sinboloetatik eta unibertsalki interpretatu diren figurazioetatik abiatuz.	<b>7.</b> Norbanakoaren ezaugarriekiko eta gorputzaren garapenarekiko begirunea izatea. <b>8.</b> Gertatzen diren zailtasunak gainditzeko esfortzua. <b>9.</b> Emaiza positiboak lortzeko nor bere buruarengan konfiantza izatea balioesteko jarrera hausnartzailea izatea. <b>10.</b> Gorputza garbitu eta zaintzeko ohitura autonomo oinarrizkoak bereganatzea.
3. zikloa	<b>1.</b> Gorputza, keinua eta mugimendua, adierazpenerako eta komunikaziorako tresna diren aldetik. <b>2.</b> Keinuhizkuntzaren eta mugimenduaren eta beste hizkuntza batzuen arteko erlazioak. <b>3.</b> Keinuhizkuntzak eta mugimenduak adierazpenerako eta komunikaziorako dituzten baliabideak eta aukerak. <b>4.</b> Norberaren erritmoa, adierazpen eta komunikaziorako dinamikaren oinarria den aldetik: mugimendua erritmo-egiturei lotuta (biko, lau eta hiruko konpasak).	<b>1.</b> Dantza, mimika eta antzezpeneraren bidez gorputzak adierazpenerako dituen baliabideak esploratu eta erabiltzea. <b>2.</b> Mugimendua sekuentzia eta erritmoetara egokitzea. <b>3.</b> Egiteko nahasiak ez diren erritmo eta dantzak gauzatzea (asmatuak, herrikoiak eta tradizionalak; taldeka, binaka eta banaka). <b>4.</b> Koreografiak sortzea, doinu eta abesti ezagunei mugimenduak esleituz. <b>5.</b> Keinua eta mugimendua erabiltzea sentsazioak, bizipenak, sentimenduak, ideiak eta gogaldarteak adierazteko eta gorputzaren bidez adierazitako mezuak ulertzeko. <b>6.</b> Mugimenduaren bidez sinbolizatu eta kodetzea, gorputzaren bidezko erantzunak landuz eta asmatuz.	<b>1.</b> Mugimendu- eta keinu-adierazpenetatik abiatuz, gorputzaren adierazpen eta komunikazioa balioestea. <b>2.</b> Mugimenduak egiteko aukera desberdinekiko begirunea izatea eta aniztasunean integratzeak dakarren aberastasuna balioestea. <b>3.</b> Adierazpenerako mugimendujardueretan parte hartzea, eta laguntzeko prest izatea. <b>4.</b> Adierazpenerako mugimendujarduerak eginez gozatzea. <b>5.</b> Garbitasun, higiene, ordena, instalazio eta materialari buruzko arauak onartu, errespetatu eta erabiltzea. <b>6.</b> Desinhibitzea, bat-batekotasuna, plastikotasuna eta sormena balioestea. <b>7.</b> Norberaren gorputzarekiko, dituen mugekiko eta dituen gaitasunak garatzearekiko begirunea izatea. <b>8.</b> Adierazpenerako mugimendujarduerak gauzatzerakoan esfortzua eta exigentzia balioestea. <b>9.</b> Norberaren ekintzak gauzatzerakoan, emaitza positiboak lortzeko nor bere buruarengan segurtasuna eta konfiantza izatea. <b>10.</b> Adierazpenerako mugimendujarduerak egiterakoan autonomia izatea. <b>11.</b> Osasuna zaintzea, aurreikustea eta mantentzea.

**8. taula. LOGSEtik euskaratutako 3. eduki multzoa**

LOE 2. multzoa. Gorputz-adierazpena eta komunikazioa				
GAITASUNAK	EDUKIAK			EBALUAZIO-IRIZPIDEAK
	Kontzeptuak	Prozedurak	Jarrerak	
1. Mugimendu-aukerez jabetzea eta horiek adieraztea, norberak egindako mugimendu baten bidez horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta norberari egokitzeak.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputza, keinua, emozioa eta mugimendua, adierazpenerako eta komunikaziorako tresnak.</li> <li>- Erritmo pertsonal eta emozioak, dinamika adierazkor/komunikatiboko oinarri gisa.</li> <li>- Denbora, espazioa eta erritmoa erabiltzea besteekin eta inguruarekin harremanak izateko.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputzak dituen adierazpen-baliabideak esploratzea eta erabiltzea.</li> <li>- Barneko eta kanpoko gorputz-erritmoa ikertzea eta horretaz jabetzea.</li> <li>- Keinuen adierazpena eta sentimenduen zein arima-egoeraren adierazpena.</li> <li>- Mugimenduaren intentsitate desberdinak eta norberaren adierazpen-baliabideak ikertzea eta horietan sakontzea.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adierazkortasun- eta komunikazio-aukerak errespetatzea, aniztasuna onartuta.</li> <li>- Adierazpen-ariketak egiterakoan, gozatzea.</li> <li>- Norberarengan segurtasuna eta konfiantza: autonomia.</li> <li>- Gorputzak izan ditzakeen adierazpen-aukerak onartzea.</li> </ul>	1. Bizi eta identifikatu zure emozioak eta sentsazioak, hizkuntzaren edo eta mugimendu propioen bidez; hitzez adierazten du edota adierazten du sentitzen duena.
2.- Gorputz-hezkuntzaren bidez pertsonen arteko komunikazioa erabili, eskola-komunitatean integrazioa bultzatuko duten gizarte-trebetasunak eskuratzeko. Baliabide nagusien artean daude musikarekin edo eta musikarik gabeko laguntza eta lankidetzajolasak.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keinuhizkuntzaren eta mugimenduaren zein beste hizkuntza batzuen arteko harremana.</li> <li>- Gorputz-hizkuntzaren eta mugimenduaren baliabideak eta adierazpen-, komunikazio- eta sortze-aukerak.</li> <li>- Besteen mezuak entzutea eta haiei arreta jartzea, eta mezu horiei norberak dituenekin erantzutea.</li> <li>- Sormena, emozioak adierazteko.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinbolizazioa eta kodifikazioa, mugimenduaren bidez, planteatutako egoera berriei gorputz-erantzunak emanez eta asmatuz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Emozio propioekiko eta besteekikiko errespetua.</li> <li>- Adierazpenezko mugimendujardueretan parte hartzea, besteei laguntzeko eta besteekin elkarlanean aritzeko jarrera izanda.</li> </ul>	2. Gorputzaren adierazpen-baliabideak erabiltzen ditu ideiak eta sentimenduak komunikatzeko. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lankidetzan moduan erlazionatzen da adiskideekin, horien emozio propioak neurtuta.</li> <li>- Ulertzeko moduan komunikatzen da adiskideekin, keinuen eta mugimenduaren bidez, sentsazioak, emozioak eta mezuak adierazita.</li> <li>- Emozioak adierazteko beste modu batzuk ikertzen eta sortzen ditu.</li> </ul>
3. Gorputzaren alfabetoa erabili, mugimenduak besteekin uler ditzaten eta besteekiko harremanak errazteko, tresna nagusi gisa, mugimenduen edota soinuen bidez, kanpotik proposatutako ideiak igorrita. Baliabide nagusien artean daude mimika, dantza eta dramatizazioa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mezuak eta ideiak besteengana eramateko eta besteekin bateratzeko antzezpena.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dramatizazio eta dantza-baliabideen bidez, ideiak igortzea besteei mezuak helarazteko eta besteekin mezuak bateratzeko (emozioak adieraztea, itzalen antzerkia, txotxongiloak, ipuinak, istorioak, txotxongilo biziak, mimoa, bikoizketalantegiak, dantzak...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inhibiziorik eza, berezkotasuna, plastikotasuna eta sormena.</li> <li>- Pertsona bakoitzaren espresio-mugekiko errespetua.</li> </ul>	3. Ideiak eta pentsamenduak adierazten dizkie besteei, irudimenezko testuinguruan, gorputz-alfabetoak eskaintzen dizkion baliabideak erabili, seriotasun osoarekin eta inhibiziorik gabe. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Benetako edota asmatutako istorio motzak kontatzen ditu, edo pertsonaiak irudikatzen ditu</li> </ul>

				gorputz-adierazpenaren oinarriko teknikak aplikatuta, eta espazioa, denbora, indarra eta antzeko elementuak elkartuta, ukitu adierazlea emanda.
--	--	--	--	---

9. taula. LOEren 2. gaitasun multzoa

### 6.6.2. Zergatik dantzatu eskolan?

Rudolf Laban-ek dioenez, “haurren barnean berezko bulkadak daude dantzaren antzeko mugimenduak egiteko”. Horien bidez, ohartu gabe berezko adierazpen-gaitasuna kanporatzen eta indartzen ari dira. Dantza irakasteko orduan, beraz, hori izango da irakaslearen eginbeharririk garrantzitsuena.

Zoritxarrez, oso gutxi esan dezakegu gure hezkuntzan horrelakorik gertatu denik. Duela gutxi arte, eskola-programa gehienetan gorputz-adierazpena gimnasia-lanketa batera bideratuta zegoen. Mugimenduak eta erritmoak gorputz-adierazpenarekin eta esperimenezkoarekin duten lotura landu gabe. Gaur egun, aldiz, gorputz-adierazpena lantzeko kontzeptua asko aldatu da, eta gure haurren garapenerako benetan duen garrantzia ematen ari zaio hezkuntza-mailan. Hala ere, irakasle asko dira oraindik gorputz-adierazpena praktikan lantzen ausartzen ez direnak. Izan ere, gorputz-adierazpena lantzeak haurren emozio eta sentimenduak kanporatzea dakar. Horrek, irakaslearentzat zailtasun-maila handia du, eta konpromisoa eskatzen dio; izan ere, saioetan egiten ari denaren kontrola galtzen ari den sentsazioa izaten du.

Testu honen asmoa hori ekiditea da, neurri batean, gorputz-adierazpenaren aberastasun hezitzailea ateraz eta gozatzeko aukera emanez. Kapitulu honen bidez, dantzak hezkuntza-mailan dituen abantailak azpimarratu eta praktikan jartzeko bide bat azaldu nahi dugu. Rudolf Labanek izan zen dantzaren praktika eskoletan bultzatu zuen aitzindari garrantzitsuenetarikoa. “Dantza Hezitzaile Modernoa” izendatutako teoriaren bitartez (Ortiz, 2002: 199), honako puntu hauek hartu behar direla kontuan esan zuen, hezitzeko baliagarria den dantza deskribatzerakoan:

- Lan mota hau ez dute ikasle guztiek gogo berdinez jasotzen, beraz, irakasleak motibazio berezi bat izan behar du.
- Aurkezten dizkiegun jarduerak pertsona guztien parte-hartzea eskatu beharko dute, aurrez, ikasle horien mailara egokituta daudela ikusita.
- Hasierako ekintzak taldekoak izango dira. Pertsona batzuk gai dira talde baten barnean gorputz-adierazpena praktikatzeko, baina banaka eta ikusleen aurrean ez.
- Ezin dugu ahaztu, originaltasuna, berezotasuna eta sormena ez direla ikaskuntza baten oinarri. Imitazioa, erreproduzioa eta gida eskaini behar dira aurretik, bidea zabaltzeko.

Haren proposamenaren ondoren, beste autore askoren proposamenak sortu dira, batez ere azken 50 urteotan. Eskolako dantzei dagokionez, guztiak funtsezko printzipio berean oinarritzen dira: “Ez gara ikuskizunetarako dantza akademiko edo espezifikoko batez hitz egiten ari, baizik eta eremu eta testuinguru hezitzailean hezkuntza-prozesuan lagunduko duen dantza egokitu batez”. Hori izango da gure abiapuntua “dantza hezitzailea” izendatu dugun proposamena deskribatzeko eta horren aplikazioa azaltzerakoan (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005; Mateu, 2003; Motos, 2008; Montavez, 2008; Ortiz Camacho, 2002).

### **6.6.3. Dantza hezitzailea**

Aurretik azaldu dugun moduan, dantzak dira sentipenak, emozioak eta ideiak adierazteko pertsonak ditugun baliabiderik garrantzitsuenetarikoak. Musika edo erritmo baten arabera, gorputz osoaren zein hainbat atalen mugimendu koordinatuen bitartez, hitzik gabeko mezuak komunikatzea lortzen dute dantzek. Pentsamenduak eta barne-emozioak kanporatzeko eta azaltzeko gai diren pertsonak osatu nahi baldin baditugu, hitz egiten hasi baino lehen, gorputzaren bidez adierazteko gai izatea lortu beharko dute; eta hori lortzeko dantza tresna ezin hobea da. Dantzak gorputz-hizkuntzan oinarritzen dira, eta nahi ditugun ideiak, sentipenak... adierazteko erabiltzen ditugun keinuetan dute jatorria; hori dela eta, dantzak ezinbestekoak dira haurraren hezkuntza integral

hori lortzeko. Dantza hezitzailearen oinarrizko hastapenak finkatu ondoren, adin ezberdineko hurrekin egingo dugu dantzaren lanketa. Lehen Hezkuntzan (6-12 urte bitartean), haurrak aldaketa fisiko eta kognitibo handiak izaten ditu. Beraz, dantzaren ikuspuntutik, hiru zikloetan behar ezberdinak izango ditu prozesu hezitzaile horrek. Gure proposamenean, hiru eredu bereizi ditugu dantza hezitzailea lantzeko:

1. dantza libreak
2. funtsezko mugimenduen dantza
3. dantza koreografikoak

Ziklo bakoitzean ezberdina izango da eredu horien aplikazioa. Esaterako, 1. zikloan ez dugu dantza koreografikorik landuko, 6-8 urteko haurrei pauso “tekniko” zehatzak irakasteak ez baitu zentzurik. Mugimendu mugatuak dituzten ariketak buruz ikasteak ez du asetzen haien ikasteko beharra. Adin horretan, dantza libre erabiliko dugu, haien mundu emozionaletik abiatuz oinarrizko garapen psikomotorra lortzeko. Bereizi ditugun hiru dantza-ereduen bidez, ziklo bakoitzean haurrek garatu behar dituzten gaitasunak lortzeko edukiak oinarritu ditugu. Taula honetan azaltzen da hiru multzoen aplikazioa ehunekotan (Ortiz Camacho, 2000):

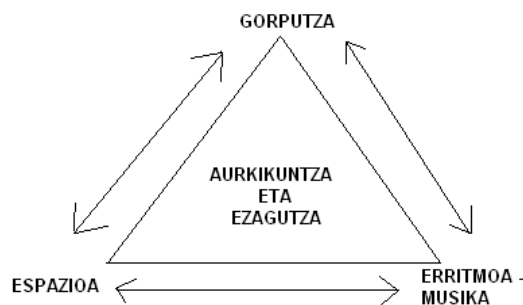
ZIKLOA	EREDUAK		
	1. Dantza libreak	2. Dantza, funtsezko mugimenduen bitartez	3. Dantza koreografikoak
1. zikloa	% 60	% 40	-
2. zikloa	% 50	% 30	% 20
3. zikloa	% 30	% 40	% 30

**10. taula. Ereduen aplikazioa ehunekotan, zikloaren arabera.**

Taula honetan agertzen diren ehunekoak orientatzaileak dira, hau da, malguak izan daitezke irakaslearen irizpidearen arabera eta haur taldearen beharren arabera. Segidan, eredu bakoitzaren ezaugarriak eta haien arteko ezberdintasunak deskribatuko dira. Aldi berean, atal bakoitzaren bidez landuko diren gaitasunak eta edukiak ikusiko ditugu.

## 6.7. DANTZA LIBREAK

Dantza librea da edozein dantzaren oinarria. Musika baten konpasera askatasunez mugitzea izango da dantzaren mundura gerturatzeko lehenengo pausoa. Beraz, koreografia bat egiteko gai izan aurretik, ezinbestekoa da dantzaren benetako izaera ezagutzea. Jarduera horren bidez, dantza bat praktikatzeko oinarrizkoak diren hiru osagaiak lantzen dira: gorputzaren mugimenduak, espazioaren erabilera eta erritmo-musika (Ortiz Camacho, 2002: 199):



11. taula. Dantza praktikatzeko oinarrizko hiru osagaiak (Ortiz, 2002: 207)

**Gorputza.** Dantza libreak musikaren eraginez haurrak askatasunean sortutako mugimenduak dira. Inprobisazio horiek norberaren gorputzaren mugimendu berriak ikertzea eta sortzea dute helburu. Bakarkako ezagutza fisiko eta psikologikoa gertatzen da. Gorputz atal guztien kontzientzia eta mugitzeko aukerak eta mugak ikasiko dituzte. Aldi berean, haurrak bere emozioak kanporatzeko bide berri bat ezagutuko du. Biak batuz gero, umeei gorputz-adierazpenaren bidez ideia edo sentipen bat komunikatzea lortuko dute; horrez gain, komunikatu nahi duten ideia azaltzeko, gorputzaren mugimenduak egiteaz gain, musika eta erritmoa baliabide eta baldintzatzaile gisa kontuan izaten ikasiko dute.

**Espazioa.** Bestetik, haurrak espazioan bere burua eta besteena kokatzen laguntzen du. Espazioan zehar egindako dantza libreak, musikaren eraginez askatasun osoz mugitzeak, erritmo batekin batera lekuz aldatzea



dakar. Haurrak bere buruaren kontzientzia izan beharko du, eta kontuan hartu beharko du espazioan zehar nondik nora mugitu, besteekin ez topatzeko. Mugimendu arautuak alde batera utzita, beren mugimenduen norabide eta noranzkoaren jabe bihurtzen dira, une guztietan erabakiak hartuz eta espazioaren esplorazio sakona eta jarraitua eginez.

**Erritmo-musika.** Dantza libreen bidez, haurraren eta erritmoaren (musikaren) arteko harremanak sortuko dira, eta horien artean honako hauek:

1. Sentitzea => Harreman horren bidez musikaren eta haurren arteko lotura agertzen da. Dantzariak arretaz entzungo dute musika, eta haien barnean eragiten diren sententzioak transmititzen saiatuko dira. Beste modu batean esanda: "musikak eraman ditzala lortuko dute". Bakarkako barne-lan hori oso aberasgarria eta beharrezkoa da musikaren erritmoak desberdintzen eta horiekin bat egiten ikasteko. Hori lantzeko askotariko ariketak daude, baina erabilgarriena musiken kontrasteekin jolastea da. Horretarako, komenigarria litzateke izaera ezberdineko musika jartzea, eta musika bakoitzarekin denbora-tarte bat uztea umeak beren kabuz aritzeko.
2. Komunikatzea => Kasu honetan, haurraren eta musikaren arteko lotura komunikatibo bat sortuko da. Musika dela medio, dantzariaren ideiak edo sententzioak transmititzea da helburu nagusia. Horrela, dantzariaren asmoa antzemango da eta, era berean, bere mugimenduekin azaldu nahi duen mezua adieraziko da. Beti ere, kontuan izan beharko ditugu musikaren erritmoak eta konpasak. Adibidez, proposamen bat izan daiteke guztion artean zuhaitz bat egitea, musika mantso edo arin batekin antzezten saiatzen diren bitartean.

Dantza librearen bitartez, eta horrek dituen oinarritzko hiru osagaien bitartez (gorputza, espazioa eta erritmo-musikaren bitartez), dantza barneratzeko lehen urratsa emango dugu. Beraz, funtsezkoa izango da lehenengo eredu horren aplikazioa, eskolan dantzak landu nahi direnean. Dantza teknikoari buruzko unitate didaktiko baten aurrean kokatzen lagunduko

du, eta umeeek dantzari buruzko nozio batzuk hartuko dituzte, hasierako urduritasunak eta lotsak gainditzeko bide ezin hobeak baita. Orain arte azaldutako arrazoi guztiengatik, interesgarria litzateke lehenengo eredu horren erabilera ziklo guztietan zabaltzea. Lehenengo zikloan garrantzi berezia izango du, 1. eta 2. mailako haurren garapen motorrean dantza libreak paper garrantzitsua beteko duelako. Bigarren zikloan ere garrantzitsua izango da dantza librea lantzea, baina ziklo honetan bigarren ereduak jorratzea azpimarratu behar da batez ere.

## **6.8. FUNTSEZKO MUGIMENDUEN DANTZA**

Lehen Hezkuntzan egiten den gorputz-adierazpeneko edozein lanetan, abileziak funtsezko mugimenduen koordinazio eta pertzepzioan oinarritzen dira. Dantzaren garapena lotuta dago gorputzarekin harremana duten beste eduki multzo askorekin, eta ezinbestekoa da horiekin batera lantzea. Dantzak curriculum-edukitzat irakasten ikasteko, haien osagaien egituraketa eta analisi batetik hasi behar da. Testuinguruaren arabera, proposatzen diren helburu hezitzaileei egokitutako irakaskuntza-ikaskuntza lortzea da helburua.

Dantza osatzen duten elementuak intentziorako osagitzat definitzen ditugu gorputzaren hizkuntzan, ikasi daitezkeelako eta borondatez eginak direlako. Teknikak gorputz-adarren arteko harremanak eta ekintzak (eta horiek ingurunearekin lotuta) ezagutzea eta kontrolatzea suposatuko du. Ortiz Camachok (1999: 201) dioenez, “Dantza, heziketa- eta arte-adierazpen gisa, gorputzaren eta mugimenduen adierazpen- eta komunikazio-aukeretan oinarrituta dago, eta gorputz-hizkuntza garatzen laguntzen du”.

Pertzepziozko gaitasunaren motorrak, koordinazioa eta abilezia motorrak era egokian landu behar dira; dantza osatzen duten hiru elementu hauetan jarriko dugu arreta: GORPUTZA, ESPAZIOA eta DENBORA. Hiru elementu horien alderdi kualitatiboen azterketan oinarrituko gara. Eredu honetan azalduko dugu osagai horiek lehenengo ereduarekiko progresio batean lantzeko proposamena (Ortiz, 1999: 201):

***Dantza osatzen duten elementuak gorputz-, espazio- eta denbora-mailan.*** Atal honetan esango dugu dantzatzerakoan zer egin dezakegun gure gorputzarekin. Pauso eta irudi zehatzak erabili beharrean, Lehen Hezkuntzako haurrek arazorik gabe egiten dituzten jardueretan jarriko dugu arreta. Dantzatzerakoan mugimenduak eta lekualdaketak egiten ditugu, gure gorputzarekin erritmoa jarraituz. Lan hori modu honetan garatzea proposatuko dugu:

- Gorputzaren atalekin dantzatu => Dantzak aukera ematen digu gure gorputz-atalak hobeto ezagutzeko, leku zehatz batean erritmoa lantzeko, figura ezberdinak irudikatzeko eta hainbat ardatzekin lan egiteko. Aipatutako adibideak aztertzerakoan, ikusten dugu denbora eta espazioaren eragileekin lotura zuzena dutela. Izan ere, dantza mota hori musikaren erritmoa jarraituko duten gorputz-adar isolatuetan oinarritzen da; horregatik dantzatuko dugu eskuekin, besoekin, aldakarekin, sorbaldekin, oinekin...
- Oinarrizko abileziak erabiliz dantzatzea => Lekualdaketak, jauziak eta birak erabiliz egingo dugu dantza, ikasle guztientzat baliagarria den jarduera bat eskaintzeko aukera ematen digulako. Lekualdaketak, jauziak eta birak era askotan erabil daitezke, eta denbora/espazio eragileen arabera egin ditzakegun konbinazioek dantzak konposatzeko aukera ugari emango dizkigute.
- Gorputz-perkusioak dantzetan sartzea => Dantzak, lanaren estetika aberasteaz gain, erritmoa eta haren elementuen kontzientzia hartzen lagunduko du. Bakarkako, binakako edo taldekako perkusioek konposizio koreografikoak aberasten dituzte.

Hiru eredu horiek erabilia eta horien arteko konbinazioak proposatuz, bukaezinak dira 6-12 urteko hurrekin dantzak lantzeko baliabideak. Gure proposamena dantzaren ikaskuntza-irakaskuntza prozesuaren erdiko pausoa kokatzen dugu. Esan bezala, lehenengo zikloan, dantzak lantzen hasten garenean dantza libreetan oinarrituko gara eta, gero, funtsezko mugimenduen

bitartez garatuko ditugun dantzetan. Oraingoan, dantzatzen ari garen bitartean espazioa nola erabiliko dugun pentsatuko dugu. Bigarren eredu horretan, espazioa ikuspegi teoriko batetik antolatuko dugu, banakako espazioa eta taldekoa bereiziz. Bigarren eredu horretan, espazioa eta gorputza osagaiak azalduta, dantzan ezinbestekoa den hirugarren ezaugarria azalduko dugu: denbora (erritmo musikala). Oraingoan, denborari zein erabilera emango diogun azaldu nahi dugu. Dantza, berez, denbora batean gertatzen diren mugimendu batzuen uztarketa da. Hau da, dantzak dira denbora jakin batean gorputzaren bidez mezu bat adierazteko eta komunikatzeko egiten diren mugimenduak eta horien konbinazioak. Dantza bat aurrera eramateko, beharrezkoa da denboraren aldagaiak garatzea. Martin-Morenok (2000) hiru faktore bereizten ditu: erritmo musikala, soinua eta musika.

Musika ez da dantzariari laguntzen dion bitarteko bat, baizik eta dantza gertatzearen arrazoia da. Dantza musika baten eta erritmo baten interpretazioa da, eta bigarren eredu honetako helbururik garrantzitsuenak. Mugimenduaren bidez denboraren elementuak sentitzea, ulertzea eta haiei egokitzea izango da. Elementu horiek ezagutzea dagokio musika-arloko espezialistari, baina progresio egokiak garatzeko gaitasuna lantzea heziketa fisikoko irakasleari dagokio. Bermel-ek (1993) adierazten du dantza egitean musika erabiltzeak honako onura hauek ekarriko dituela:

- Pertsonalitatea sendotuko da, eta zentzumenak zein sentimenak hezi eta garatuko dira.
- Ekintza soziala da, gizarteratzea eta integrazioa bultzatzen ditu.
- Ezagutzarako gaitasunak piztu eta garatzen ditu.
- Sormena garatzen laguntzen du, eta irudimena pizten ere bai.
- Erritmoaren bidez, pultsuak eta energia antolatzen ditu.
- Balio terapeutikoa izan dezake.

## 6.9. DANTZA KOREOGRAFIKOAK

Azken atal honetan, dantza koreografiakoak landuko ditugu. Ezer baino lehen, koreografia hitzaren definizioa aztertuko dugu. Koreografia, literalki,

“dantzaren idazkera” da, edo dantzaren konposizioa. Mugimendu egituratuak sortzeko artea da. Konposizioak erreferentzia ematen du mugimendu horien egituretan nabigatzeko eta haien artean konektatzeko. Koreografiak egiten dituzten pertsonak koreografoak dira.



#### 60. argazkia. Hau eromena!

Definizioaren arabera esan dezakegu dantza libre edo inprobisatu bat ezin dela dantza koreografikoa izan. Beraz, dantza batek, koreografikoa izan dadin, antolatutako mugimendu zehatz batzuez osatuta egon beharko du. Hirugarren eredu honetan bi dantza koreografiko ezberdinduko ditugu: funtsezko mugimenduetan oinarritutako koreografiak eta dantza ofizialak.

- Funtsezko mugimenduetan oinarritutako koreografiak asmatzea. Aurreko eremuan landu diren mugimenduetan oinarrituta egongo dira. Koreografia horien pausoak sortzeko egiten diren oinarritzko mugimenduetan oinarrituko gara. Aurretik egindako aurkikuntza- eta ezagutza-prozesuan lortu diren mugimendu horiek lotuz eta antolatuz, dantza-koreografiak asmatuko dituzte ikasleek. Koreografia bat

asmatzeak eta lantzeak aukera ugari eskaintzen ditu eskola-mailan; modu honetako aukerak ematen ditu:

- Lan kooperatiboa egitea; bikoteka zein taldeka lan egitea.
  - Bakarkako lana egitea; bakoitzak bere mugimenduak sortu eta lotzea.
  - Espazioa antolatzea eta kokatzea.
  - Erritmoari eta musikari jarraitzea era kontziente eta garatuan.
  - Azaldu nahi den ideia interpretatzea (gorputzarekin adieraztea).
  - Gorputzaren mugimenduekiko memoria garatzea.
  - Koordinazio orokorra eta atalkakoa lantzea.
- Dantza ofizialak. Dantza akademikoak edo teknika eskatzen dutenak dira; baita kulturaren parte diren dantza folklorikoak ere. Pauso zehatzak jakitea eskatzen dute, eta araututa daude. Musika estilo zehatz bat behar duten dantzak dira. Dantza horien adibide asko daude; herri bakoitzean, gizartean oso barneratuak eta ezagunak dira. Eskola-mailan landu nahi baditugu, dantza horiek bete behar duten baldintzarik garrantzitsuena da teknika-maila handia edo mugimendu oso zailak ez erabiltzea. Halaber, mugimendu sinpleak dituzten dantzak erabili beharko ditugu. Eskolaren eskaintza gizartearen eskaera asetzea eta gizarte horren kultura zabaltzea baldin bada, ezinbesteko izango da herri horretako dantza herrikoiak irakastea.

## 6.10. TEORIATIK PRAKTIKARA

Behin proposamen teoriko hori azalduta, proposamen praktikoa azalduko dugu, praktikan benetan nola erabil eta landu dezakegun erakutsiz; unitate didaktiko bat agertuko da. Dantza hezitzailearen lanketa praktikara eramateko proposamen bat aurkeztuko dugu.

**6.11. PROPOSAMEN PRAKTIKO BAT: “DANTZATU NAHI DUZU?”**

<b>UNITATE DIDAKTIKOA</b>			
<b><u>IZENBURUA =&gt; DANTZATU NAHI DUZU?</u></b>			
<b>GAITASUNAK</b>			
<b>1. Zehaztasun-maila</b>	<p>1. Norberaren gorputzaren hautemate- eta mugimendu-aukerak aztertzea eta gauzatzea, nork bere buruan arreta jartzeko eta konfiantza hartzeko; horrela, norbera ongi sentitzea onuragarria izango da osasunerako.</p> <p>2. Gorputzaren eta mugimenduaren adierazpen-baliabideak estetikoki eta sormenez erabiliz, gauzak aurkitzea eta adieraztea; horrela, norberaren mugimenduen bidez, horiek sentitzeko, bizitzeko, onartzeko eta pertsonalizatzeko.</p>		
<b>2. Zehaztasun-aila</b>	<p>1. Nork bere pertzepzio-gaitasunak, gorputz-jarrerak eta mugimendu-ahalmenak ezagutu eta balioetsi, mugitzeko gaitasuna aberasteko.</p> <p>2. Erritmo ezberdinak aurkitu eta bizi, eta dantzaren oinarriko pausoak ikusi, dantza bat sortzeko.</p>		
<b>3. Zehaztasun</b>	<p>1. Dantza eginez gozatu eta inprobisatu, gorputzaren mugitzeko aukerak arakatuz eta mugimendu berriak sortuz, musikarekin gauzak eta emozioak zein sentimenduak adierazteko.</p> <p>2. Abestien erritmo eta abiadurak identifikatu, gorputzaren mugimenduak egokitzeko.</p>		
<b>2. EDUKI MULTZOA =&gt; GORPUTZ-ADIERAZPENA ETA KOMUNIKAZIOA</b>			
<b>E D U K I A K</b>	Kontzeptualak	Prozedurazkoak	Jarrerazkoak
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputza eta mugimendua adierazpen- eta komunikazio-tresnatzat hartzea.</li> <li>- Gorputzaren, keinuen eta mugimenduen bidez emozioak eta sentimenduak adieraztea.</li> <li>- Gorputzaren barne- eta kanpo-erritmoa ikertzea.</li> <li>- Gorputzaren kontzientzia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gorputzaren eta mugimenduaren bidez mezuak azaltzea.</li> <li>- Gorputz-keinuak eta mugimenduak eginez emozioak eta sentimenduak adieraztea.</li> <li>- Gorputzaren barne- eta kanpo-erritmoa ikertzea.</li> <li>- Gorputz-erritmoen kontzientzia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Azaldutako ekintza betetzen saiatzea.</li> <li>- Gogotsu eta aktiboki parte hartzea.</li> <li>- Irakaslearen azalpenak arretaz entzutea.</li> </ul>

**1. SAIOA****Gaitasunak**

- Dantzarekin lehengo kontaktua izatea, lotsa kentzea eta musikaren eraginez desinhibitzea, askatasunez dantzatzeko.
- Musikaren erritmo-aldaketak eta abiadura-aldaketak bereiztea, egitura erritmiko bat jarraitu ahal izateko.

**1. Azalpenak**

- Beteko dugun unitate didaktikoaren azalpen orokor bat emango diegu: oso dibertigarria, sortzailea eta ezberdina dela, eta abar.
- Lehenengo saio honetan zer lortu nahi den adieraziko diegu.

**2. Jarduerak**

- a) Txanpinoi itsuak (beroketa). Zapi batekin begiak tapatuko dituzte eta zelaian zehar banatuko dira. Toki batean geldirik egongo dira; musika entzutean, musika horrek eragiten dien mugimenduak dantzatzeko dituzte.
- b) Mugitu zure gorputza (atal nagusia). Lehengo ariketa bukatzean, zapia kenduko dute eta musikaren laguntzaz zelai osoan zehar mugituko dira, askatasunez dantzatzuz.
- c) Korrikalarien dantza (atal nagusia). Ume bakoitzak 1 edo 2 zenbakia izango du eta guztiak korrikalariak izango dira. Zelaian zehar korrika egingo dute, musika azkar edo geldoaren arabera abiadura aldatuz. Musika gelditzen denean, irakasleak zenbaki bat esango du:
  - "1" esaten badu, zenbaki hori dutenak makurtu egingo dira, eta besteek haien gainetik salto egingo dute.
  - "2" esaten badu, zenbaki hori dutenek hankak zabalduko dituzte, eta besteak azpitik pasatuko dira.
- d) "Oso ondo egiten duzulako" abestia kantatu eta dantzatzeko dute (erlaxazioa):

ABESTIA: "Oso ondo egiten duzulako, mugitu besoak  
 olatuak bezala. Suabe, suabe, su, su suabe E!!!  
 \_\_\_\_\_ HASI DANTZATZEN!!!"

- e) Saioa komentatu: ea gustatu zaien, nola sentitu diren...

**Behaketak eta Hausnarketak**

Teoriaren zatian jorratutako dantza hezitzailearen ereduarekin bat eginez, 2. zikloan kokatu naiz. Dantza librearen lanketa nagusitu da unitate didaktikoan zehar, funtsezko mugimenduzko dantzarekin tartekatuz. Lehenengo saio honen helburua hau da: umeak mugiaraztea musikaren bidez! Horretarako, lehengo pausoa ematen saiatu naiz: lotsa kentzea eta, aldi berean, musika entzutea lortzea. Txanpinoien jolasak aukera eman die, besteen begiradaz arduratu gabe, musika entzuteko eta horrekin batera mugitzeko. Bigarren jolasak, lehenengoa egin ondoren, mugitzeko eta askatasunez gozatzeko aukera eman die.

Lasterkarien jolasaren bitartez, musika arretaz entzutea lortu dugu, haientzat oinarrizkoa den mugimenduaren bidez, korrika eginez, hain zuzen. Gainera, musikaren alderdi garrantzitsu bati soilik jarri beharko diote arreta, abiadurari.



## 2. SAIOA

### Gaitasunak

- Gure gorputzak mugitzeko dituen aukerak eta mugak ezagutzea, gorputzaren baliabideak hobeto aprobetxatzeko.
- Musikaren erritmoa kontuan hartuta, gorputz-atalen mugimenduak deskubritzea, gorputzaren kontzientzia hartuz joateko.

1. Azalpenak. Saioaren azalpen orokorra eta zer lortu behar duten.

### 2. Jarduerak:

- a) Itzala (beroketa). Bikoteka jarriko dira, bata bestearen atzean. Aurrean doana askatasunez mugituko da musikarekin zelaian zehar (dantzatu egingo du), eta atzean doanak, aurrekoaren itzala izango denez, mugimenduak kopiatuko dizkio.
- b) Museoa (atal nagusia). Bikoteka jarraituko dute. Bat eskulturagilea izango da eta, musika lasai batekin, eskultura bat egingo du bestearen gorputz-atalak mugituz. Musika alai bat entzutean, eskultoreek beren lana bukatutzat emango dute eta, espazioan zehar dantzatzuz, paseo bat emango dute museoan eskultura guztiak ikusiz. Berrito musika lasaia hasten denean, estatuak eskultore izatera pasatuko dira (jokoa errepikatuz).
- c) Panpinak (atal nagusia). Zelaian zehar banatuko gara, uztai baten barruan zutik kokatuz. Bizitzarik gabeko panpina bat izango gara, eta musika erritmiko baten laguntzaz pixkanaka esnatuz joango gara. Irakaslea esnatu diren gorputz-atalak aipatuz joango da, eta banaka mugitu beharko dituzte musikaren erritmoarekin dantzatzuz:

1. Burua		4. Aldaka	
2. Sorbalda		5. Ipurdia	
3. Besoak /eskuak	Eskuin	6. Hankak/oinak	Eskuin
	Ezker		Ezker

Bukatzeko, atalak elkartuko dira (besoak + sorbaldak, hankak + aldaka...) eta eremu osoan zehar libre dantzatuko dute.

Tornado edo barraskiloa (barealdia). Guztiak eskutik helduta egongo dira marra baten gainean; beraz, erpinetan daudenek esku bat libre izango dute. Horietako bat bere buruari birak ematen hasiko da, guztien artean "tornado" bat osatzen duten arte. Orduan, eskuak askatu gabe lekualdatzen saiatuko dira.

### Behaketak eta Hausnarketak

Bigarren saio honetan, batez ere dantza librearekin lotura duten jolasak planteatzen jarraitu dut. Adin honetako umeeekin dantza lantzerakoan, dantzatzeari baino garrantzi askoz handiagoa eman diot musikarekin batera mugitzeko gogoari eta saiakerari. Itzalaren jokoaren bidez izotza apurtzea lortu dut, eta museoaren jolasaren bidez gorputzak mugitzeko dituen aukerak arakatzeko. Panpinen jolasaren bidez, gorputzaren mugitzeko aukerak arakatzeko jarraitu dugu baina, oraingoan, musikarekin batera atalka mugitzen joan gara, gorputz-atalen kontzientzia izateko. Joko horrek irakaslearen parte-hartze aktiboa eskatzen du, eredutzat jarriz eta zein atal mugituko duten aginduz.

### 3. SAIOA

#### Gaitasunak

- Egoera eta sentrazio ezberdinen adierazpena "dantzatzea", geroz eta erraztasun handiagoarekin (desinhibizio gehiagorekin) mugitzen hasteko.
- Pertsonaien antzezpena, musikaren bidez baliabide adierazgarriez jabetzen joateko.

1. Azalpenak: saioaren azalpen orokorra eta zer lortu behar duten.

2. Jarduerak:

- a) Gure etxea (beroketa). Uztaiak (etxeak) zelaian zehar banatuko dira, eta hiru ikasle uztairik gabe geratuko dira. Musika ari den bitartean zelaian zehar dantzatuko dute eta, musika gelditzean, etxe batean sartu beharko dute. Bakoitzak bi bitzta izango ditu; horiek galduz gero, estatua bihurtu eta geldirik geratuko dira.
- b) Zer zara? (atal nagusia). Bakoitzari antzeztu beharko duen pertsonaiaren izena daraman papertxo bat banatuko zaio. Musika hasten denean, egokitu zaien pertsonaia antzeztu beharko dute. Irakasleak esatean, pertsonaia bera dutenak identifikatu beharko dituzte, taldean elkartzuz. Pertsonaiak:

Animaliak basoan	Lanbideak	Emozioak
- Lehoia	- Artzaina	- Urduritasuna
- Sugea	- Suhiltzailea	- Lasaitasuna
- Txoria	- Irakaslea	- Alaitasuna
- Zaldia	- Margolaria	- Tristura
- Krokodiloa	- Gidaria	- Haserrea

c) Nor da? (barealdia):

Bi egongo dira. Batzuk marra baten gainean ilara bat osatuz kokatuko dira, eta begiak zapi batekin estalita izango dituzte. Beste taldeko bakoitzari zenbaki bat jarriko zaio eta, bata baldin bada, marraren gainean kokatuta dagoen lehenengoarekin dantzatu beharko du, bera nor den asmatzen duen arte. Guztiek egin ondoren, aldatu egingo dira.

#### Behaketak eta Hausnarketak

Saio honetan egin diren jolasak ere dantza librearen barnean kokatuko genituzke. Garrantzirik handiena emozioak kanporatzeak eta musikaren bidez eramaten uzteak hartzen du. Gero, joko nagusian antzezpena landu dute, eta musikarekin batera pertsonaia ezberdinak adierazi dituzte. Dantzatzea, azken finean, adierazpena da: emozioen adierazpena, musikak gure barnean eragiten dituen sentrazioak, edo istorioa bat kontatzea.

**4. SAIOA****Gaitasunak**

- Objektuekin dantza egitea, dantzatzeko mugimendu eta aukera berriak arakatzeko.

- 1. Azalpenak: saioaren azalpen orokorra eta zer lortu behar duten.

**2. Jarduerak:**

- Bikiak (beroketa). Bikoteka jarriko dira eta irakasleak adierazten duen gorputz-ataletik helduko diote elkarri. Musikarekin dantzatuko dute eta heldulekua aldatuz joango da: eskutik, besotik, oinarekin, ipurdiarekin, bizkarrarekin, aldakarekin...
- Zapiarekin dantzan (atal nagusia). Banaka zapi bat hartuko dute, eta horrekin dantzatuko dute zelai osoan zehar musika ezberdinekin. Gero, irakasleak azalduko die eskuarekin ezin dela zapia eraman, eta beste modu batera eramaten saiatuko dira.
- Taldekatzen (atal nagusia). Banaka jarraituko dute zapiarekin dantzan. Oraingoan, irakasleak adierazten duen kopuruaren arabera taldeak osatuko dituzte: 4, 3, 5, 10, 7... Azken zenbakia 5 izango da eta, horrela, hurrengo jokorako taldeak eginda utziko ditugu.
- Pausoak sortuz (atal nagusia). Bost pertsonako taldetan biribilean kokatuko dira, bakoitzak zenbaki bat duela. Erdian objektu bat jarri (konoa, baloia, stick-a, makila...), eta taldekide bakoitzak, irakasleak bere zenbakia esatean, objektuarekin pauso bat sortuko du.
- Gure dantza (barealdia). Bukatzeko, taldeak izen bat hartuko du, zapia modu identifikagarri batean jantziko dute guztiek, eta egokitu zaien objektuarekin sortutako bost pausoko koreografia antzetzeko dute besteen aurrean.

**Behaketak eta Hausnarketak**

Lehen jolasaren bidez berotzea lortu nahi izan dut, baina ez modu fisikoan soilik, baizik eta dantzarekiko eta lotsarik gabe musikan sartzeko beroketa gisa ulertuz. Saio horretan, dantza hezitzaile teoriaren bigarren puntuari gaitasunak: funtsezko mugimenduen lanketa. Funtsezko mugimendu horiek lantzeko, objektuak erabiliko ditugu bitartekari. Horrela, saioa aurrera doan heinean, 3. multzoa ere landuko dugu, hau da, koreografiak sortzea eta dantzatzea.

### 5. SAIOA

#### Gaitasunak

- Musika bat entzutean interpretazioak sortu eta inprobisatzea, musikaren bidez barneko sentimenduak eta emozioak kanporatzeko eta adierazteko.

1 . Azalpenak: saioaren azalpen orokorra eta zer lortu behar duten.

2. Jarduerak:

- a) Ohetik altxatu bezain laster... (beroketa). Banakako lana izango da. Bakoitzak goizero ohetik altxatzen denean egiten duena antzeztuko du musikaren laguntzaz, hori kontuan hartuz.
- b) Barneko arima (atal nagusia). Oraingoan, jartzen zaien musikak barnean sorrarazten diena adieraziko dute. Hau da, musika kontuan izanda, haien sentipenak eta emozioak kanporatuko dituzte dantzaren bidez, gorputz-mugimenduen bidez.
- c) Txitaren jaiotza (atal nagusia). Banaka zelaian eseriko dira zapi batekin begiak estalita; arrautzaren barruan dauden txitak izango dira. Musika bat entzungo dute, eta hori gogorarazten dien bizipen batez edo bizitzea gustatuko litzaien egoera batez pentsatuko dute, istorio bat sortuz. Gero, zutituko dira (txita arrautzatik aterako da) eta, musika berriro entzuten dutenean, pentsatutakoa antzeztuko dute lasaitasunez.
- d) Txitaren jolasa komentatu (barealdia). Bakoitzak zer sentitu duen, zer antzeztu duen...
- e) Kanta bat abestu eta dantzatuko dugu denok batera biribilean:

“Atzo, joan nintzen, Bagiraren etxera, eta  
erakutsi zidan TIPI-TIPI DANTZA EI!! TIPI-  
TIPI-DANTZA EI!! Eta hasi dantzatzen!!!”

#### Behaketak eta Hausnarketak

Bosgarren saio honetan, aurrekoetan landu ditugun puntuen ondorioz, antzeman dugu dantzatzeke gaitasun eta jarrera berezi bat garatu dutela. Horrela, saio honetan, musikarekin eta haien barneko arimak eskatzen zienarekin antzeztea lortu nahi izan da. Umea kontzentratzea eta musikan benetan sartzea eskatzen du.

## 6. SAIOA

### Gaitasunak

- Musikaren erritmo ezberdinak bereizi eta gorputzarekin markatu, gorputz-atalen bidez musika eta erritmoak sortzeko.
- Gorputzaren bidez dantza erritmiko bat sortu, dantzaren erritmoa barneratzen joateko.

1 . Azalpenak: saioaren azalpen orokorra eta zer lortu behar duten.

2. Jarduerak:

- a) Zenbaki dantza (beroketa). Gelan zehar banatuko dira, eta musika erritmikoa jarriko diegu. Irakasleak zenbakiak esango ditu: 1 esatean, musikaren kolpeak txaloka eramango dituzte; 2 esatean, oinekin; eta 3 esatean, hatzekin.
- b) Perkusio-dantza (atal nagusia). Oraingoan, bakoitzari zenbaki bat emango diogu; 1, 2 edo 3, eta zenbaki bakoitzak aurreko jokoaren soinua mantenduko du: 1 = txaloka, 2 = oinekin lurraren kontra, eta 3 = hatzekin. Abestiak jartzean, bakoitzak duen soinuarekin erritmoa markatuko du.
- c) Erritmoen laborategia (atal nagusia). Sei pertsonako taldeetan banatuko dira biribilean jarriz. Txaloka, oinekin eta behatzekin, bakoitzak proposamen bat egingo du, eta besteek errepikatu egin beharko dute.

Erakusketa (barealdia). Dauden taldeetan, proposatu diren sei erritmo hartuko dituzte abesti bat sortzeko. Gero, taldearen aurrean aurkeztuko dute kontzertua.

### Behaketak eta Hausnarketak

Azken saio honetan erritmoa landu dugu nagusiki. Dagoeneko, umeek musika entzuten dute eta horren arabera mugitzeko gai izan behar dute. Hasieratik, musikaren abiadura-aldaketak ezberdintzea landu da eta, orain, erritmo ezberdinak lantzea ere eskatu zaie. Horretarako, funtsezko mugimenduak (2. multzoa) eta koreografia bat sortzea (3. multzoa) landu dut. Gainera, saio horrek ere irakasleak fin gidatzea eskatzen du eta, bestetik, haurrei aukera ematen zaie autonomiaz erabakiak hartzeko eta gauzak sortzeko.

**EBALUAZIO-IRIZPIDEAK**

Dantzen lanketak dudak sortzen ditu ebaluazio-irizpidean ere. Jarduera honetan ez dela teknirik landuko esan da; eta oso subjektiboa da batek ondo dantzatzen duen edo txarto egiten duen esatea. Beraz, unitate didaktiko honen ebaluaketa egiterakoan, jarreretan jarri beharko dugu arreta, batez ere. Saio bakoitzak helburu zehatz batzuk izango ditu eta, horiek ebaluatzeko, joko nagusiaren inguruan hainbat irizpide hartu beharko dira kontuan:

1. Azaldutako ekintza betetzen saiatzen da.
2. Irakasleak adierazitako atalarekin soilik dantzatzen saiatzen da.
3. Mugimendu berriak sortzen saiatzen da.
4. Musika entzuten du eta horren erritmoarekin mugitzen da.
5. Paperean sartzen da eta antzezten du.
6. Besteengan ere arreta jartzen du.
7. Erritmo ezberdinak sortzen ditu.
8. Gogotsu eta aktiboki parte hartzen du.
9. Irakaslearen azalpenak gogotsu entzuten ditu.
10. Sormena erabiltzen du.
11. Talde-lanean ondo aritzen da.

## 6.12. KONTSULTATUTAKO BIBLIOGRAFIA

- Arteaga, M., Viciano, V. eta Conde, J.(1997). *Desarrollo de la expresividad corporal*, Bartzelona: INDE.
- García del Toro, A. (1995). *Comunicación y Expresión oral y escrita: La dramatización como recurso*, Bartzelona: Graó.
- García Monge, A. (2007). El juego bueno. In Bores et al. (arg.): *Juegos motores reglados en educación física*. Palentzia: Valladolideko Unibertsitatea.
- García Ruso, H. (1997). *La danza en la escuela*, Bartzelona: INDE.
- Graham, M. (1992). *Mémoire de la danse*, Arles: Actes Sud..
- Haselbach, B. (1979). Didáctica de la danza. In A. Pelegrin. (Koord), *Música y danza para el niño*. (13.-25- or.) Madril: Instituto Alemán.
- Hermoso, Y. eta Padilla, C. (2003). *Perspectivas de la danza en la escuela*. Madril: Siglo XXI.
- Learreta, B., Ruano, K. eta Sierra, M. A. (2006). *Didáctica de la expresión corporal*. Talleres monográficos, Bartzelona: INDE.
- Learreta, B., Sierra, M. A. eta Ruano, K. (2005). *Los contenidos de Expresión Corporal*, Bartzelona: INDE, Bartzelona.
- Maciá, S. (2008). Los mil perfiles del docente en dramatización. In G. Sánchez, et al. (Koord.) *El Movimiento Expresivo*, (259.-266. or.) Salamanca: Amarú.
- Montesinos Ayala, D. (1999). *La expresión corporal. Su enseñanza por el método natural evolutivo*, Bartzelona: INDE.
- Montavez, M. (2008). Expresión corporal, un camino hacia la excelencia. In G. Sánchez, et al. (Koord.) *El Movimiento Expresivo*. (73.-103. or.) Salamanca: Amarú..
- Motos, T. (2008). Dramatización y expresión corporal: bases y retos. In G. Sánchez, et al. (Koord.), *El Movimiento Expresivo*, (29.-45. or.). Salamanca: Amarú.
- Ortiz Camacho, M. M. (2000). *Comunicación y Expresión Corporal*, Granada: Proyecto Sur.

- Ortiz Camacho, M. M. (2002). *Expresión corporal: Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*, Granada: Grupo editorial universitario.
- Padilla, C. (2003). Comunicación no verbal: propuestas de danza. In J.I. Cortés (Koord.): *Los lenguajes de la expresión*,(217.228. or.). Madril: MEC.
- Padilla, C. eta Zurdo, R. (2002). Danza: una oferta de ocio para adolescentes. Cadiz: Actas del III Congreso de Educación Física. Educación Física, Ocio y Recreación.
- Regner, H. (1979). Esquema de una didáctica de la música. In A. Pelegrin. (Koord.), *Música y danza para el niño*, (29.-47. or.). Madril: Instituto Alemán.
- Trigeros, C. (2000). Las danzas y los juegos tradicionales. Formas de expresión de una cultura. In M. M. Ortiz Camacho (Koord.): *Comunicación y lenguaje corporal*, Granada: Proyecto Sur.
- Vázquez, B. (1989). *La educación física en la educación básica*,Madril: Gymnos.
- Vizcarra, M. T. (2007). *Garapen Psikomotorra Haur Hezkuntzan (0-6 urte)*. Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea..
- Vizcarra, M. T. eta Macazaga, A. M. (2009). *Gorputz Hezkuntza eta bere didaktika I*, Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Vizcarra, M.T. (1994). *Heziketa Fisikoko Irakaslearen Titulazioko Gorputz Adierazpena ikasgaiaren apunteak*, (argitaratu gabeko material polikopiatua), Gasteiz: Euskal Herriko Unibertsitatea.





**7.- GORPUTZ-ADIERAZPENA LANTZEKO  
EMOZIOAK, MOTIBAZIOAK, ETA  
AHOLKUAK**



61. argazkia. A ze ikara!

**Egilea: Itziar Urkijo.**



## **7.- GORPUTZ-ADIERAZPENA LANTZEKO EMOZIOAK, MOTIBAZIOAK, ETA AHOLKUAK**

**Egilea: Itziar Urkijo**

### **7.1. SARRERA**

Betidanik esan da gorputz-adierazpenaren oinarria emozioak direla, eta hortik abiatzen gara edozein sorkuntza adierazkor eratzeko. Emozio horiek aipatzerakoan, gorputz-adierazpena lantzen duten pertsonen emozioen eremuan finkatzen gara soilik, inguruko gainerako subjektuak alde batera utziz. Atal honetan, beste hainbat gairen artean, askotan alboratu diren irakasleei ere garrantzia eman nahi diegu, haien beldur, uste eta jarrerak behatuz eta ikertuz. Lan honen bidez, batetik, egoeraren ikerketa analitiko bat egin nahi izan dugu eta, bestetik, aholkuen bitartez, jadanik hezkuntza-munduan zabaldua dagoen arlo honekiko aurreiritzia aldatu. Emozioak bideratzeko era ezberdinak islatzen ere saiatu gara, eta baita motibazioa sustatzen ere. Haurraren psikologiaren eremuan sartu gara jarrera ludiko batetik abiatuz, eta hezkuntza-mailako erantzun bat jaso nahian.

### **7.2. EMOZIOAK**

Emozioek oso adiera zabala dute. Emozio hitza latinetik dator, *emotus* hitzetik, eta mugimendua adierazten du kanporantz doan ekintza bat barne

hartuz (Kelly eta Gonzalvo, 1982: 159). Emozioa, bestalde, sentimendu batez edo gehiagoz osatua dago; filosofo eskolastikoen iritziz (XI. eta XV. mendeen artean goraiatu egiten ziren filosofoak, zeinak fedearen eta arrazoiaren inguruan aritzen baitziren gizakia oinarritzat hartuz), honako hauek dira sentimendu horiek: poztasuna, tristura, nahia, maitasuna, gorrotoa (Langlade, 1986).

Esan bezala, emozioak oso adiera zabala du eta, horregatik, hainbat era eta eremutatik definitu ohi da historian zehar: alderdi afektibotik, alderdi kognitibotik, estimulazioaren aldetik, fisiologiatik, adierazpen emozionalaren ikuspegitik, eta abar (Fernández, 1995: 46-47). Gorputz-adierazpenean, harreman gehienak adierazpen emozionalarekin harremanetan daude eta, harreman horiek afektuzkoak direnez, bi termino horiek definitzen saiatuko gara:

1. Adierazpen emozionala. Kanpotik ikus edo antzeman daitezkeen erantzun emozionalak hartzen ditu kontuan. Erantzun horiek aldaketak ekartzen dituzte, bai muskuluetan, bai gihar-tonuan, eta baita gorputzaren adierazpenean ere. Emozioen adierazpenak gizarte-harremanetan jokatzeko den papera azpimarratu egiten du (Fernández, 1995: 46-47).
2. Afektuzkoa. Afektuak emozioen alde positibo eta negatiboen erantzukizuna du, batik bat. Sentipenak emozioen kanpo-esperientzia subjektibo gisa irudikatzen dira (Fernández, 1995: 34).

Emozioek neuronak aktibatzen dituzte, gure oroitzapenak, nahiak eta ideia berriak sortzeko garapenera bideratuz (Navarro, 1999: 22-23). Garapen hori bideratzerakoan, pertsonak errekurso energetikoak erabiltzen ditu pertsonalitatea birmoldatzeko. Tristura sentitzerakoan, adibidez, motibazioa galtzea dator, eta haserrea sentitzean bihotz-taupadak eta arnasketa arintzen dira. Emozio horiek aktibatzeke, oinarrian estimulazioak daude, eta Izard-ek (*in* Maturana, 2001) zortzi estimulazio mota proposatzen ditu horretarako:

- 1.- Organismoak jasotzen duen arreta selektiboa.
- 2.- Atentzioa sortu eta emozionatzen gaituen derrigortutako hautematea.

- 3.- Bat-bateko hautematea; sistema pertzeptiboaren ekintza naturala.
- 4.- Memoriaren datuak.
- 5.- Sormena eta irudimena.
- 6.- Aurpegiko adierazpenaren datuak.
- 7.- Ekintza edo jarduera endokrinoa.
- 8.- Sistema neuro–muskularren jarduera.

Modu honetan ziurtatzen da ez dagoela gizakien ekintza bat emoziorik gabe, emozioak baitira edozein ekintza bultzatzen dutenak. Hau da, askotan, ez gaitu arrazoiak eramaten ekintzara, baizik eta emozioak (Maturana, 2001: 23).

### **7.2.1. Irakaslearen emozioak**

Heziketa fisikoko irakasleen gorputz-adierazpenari buruzko sentsazioak ez dira oso onak izan, oro har. Askok galdetzen dute zergatik kostatzen ote zaion horrenbeste gorputz-hezkuntzako irakasleari gorputz-adierazpena irakastea. Urteetan zehar, gorputz-adierazpena ikasgeletatik kanpoko arloa izan da; ez zegoen begi onez ikusia eskolaren barruan, eta oraindik ere, askotan, horrela izaten jarraitzen du. Arlo horrek curriculumean egoteko zailtasunak ditu, eta hainbat profesional, horren alde egon beharrean, kontrari agertzen dira askotan. Gorputz-adierazpena LOGSEko curriculumean nahitaezko edukia izan arren (1990. urtetik aurrera) Heziketa Fisikoko irakasle askok ez dute irakasten (Quintana, 1997); eta hori arrazoitzeko, hainbat erantzun (aitzakia?) ematen dituzte:

- Prestakuntzarik ez izatea eta adinez nagusi izatea.
- Gorputz-adierazpeneko zereginak definitu gabe izatea.
- Ikastetxearen araudiak hainbat bide mugatutzea (arlotari ICPn ematen dioten garrantzia, lantzeko proposamen eskasak, eta abar).
- Sexuaren araberako heziketa jaso dutenez, horren inguruko formaziorik ez izatea.
- Instalazio eta baliabide falta.
- Irakasleen parte-hartzerik eza.

Formazioa irakasle guztien euskarri garrantzitsuenetarikoa da, eta kontuan hartu beharko dugu. Heziketa Fisikoko irakasleen kasuan, adibidez, Gorputz Hezkuntzarako Institutu Nazionalan (GHIN; lehena 1967koa) edota Irakasle Eskoletan trebatzeko aukera zeukaten; horrek bertako ikaskuntzara moldatzera behartzen zituen. Bertan, ez zegoen gorputz-adierazpenari buruz gaur dagoen informazio aniztasunik, eta horrek eragin handia izan zuen. Gauza bera gertatu zen 80ko hamarkadan Gorputz Adierazpena curriculumean sartu zenean; ez zen hasieratik irakatsi eta ez zen arreta handiegirik jarri gai horretan; eta garai hartako irakasleek jakintza arlo hori kanpoan utzi zuten, kirol-arloko prestakuntzari garrantzi handiagoa emanez. Horrek gaur egun nabarmena den arazo bat utzi zuen eskoletan: 40 edo 45 urte baino gehiago dituzten irakasleek ez dute horren inguruko prestakuntzarik jaso eta ezjakintasun nabarmena dute gaiaren inguruan (Montero, 2008).

Horren ondorioz, gorputz-adierazpeneko saio bat programatzerakoan ez dituzte gaiak ezagutzen eta ez dakite gaia nola aurkeztu, planifikatu; ziurtasun falta horrek kontrola galtzearen beldurra eragiten die. Ezin dute plangintza behar bezala bideratu, edota antolaketan galdu egiten dira momentu jakin batean (Vazquez eta Tamayo, 2004). Prestakuntza falta horrek hainbat sektoretan ikertzeko grina piztu du, aurrera joan ahal izateko (Learreta, Ruano eta Sierra, 2006); horrek lanarekiko eta gorputz-adierazpenarekiko autonomia eskatzen du. Aurretik informazio nahikorik jaso ez badute klaseak ez dituzte oso eroso emango eta, azkenean, alde batera utziko dute gorputz-adierazpena.

Gorputz-adierazpena kaltetuta atera izan da askotan; alde batetik, kontzeptuak bateratzearen faltagatik eta, bestetik, ideologia ezberdinen norgehiagokagatik edo kirol-errendimenduarekiko urruntasunagatik (osasunak ezinbesteko balioa zuenean). Ezaguna egin da hainbat diziplinatan, hala nola psikologian, pedagogian, eta arte eszenikoetan (Learreta, Sierra eta Ruano, 2005). Ondorioz, helburuak oso aldakorak izan dira eta horrek eragina izan du:

- Jarduerak era ezberdinean ulertu dira arlo beraren barruan.

- Lan esparru bereana diharduten profesionalen arteko desadostasuna.
- Irakasleak alde batera uztea esparru horretako edukiak eta ez erabiltzea bere klaseetan.

Kontzeptuak eta zereginak bateratzeko eta definitzeko erarik egokiena litzateke lortu nahi diren helburuak argi edukitzea. Learretak, Sierrak eta Ruanok (2005: 17-27) diote gorputz-adierazpeneko dimentsioak honako hauek direla: adierazkortasuna, komunikazioa eta sorkuntza; eta hori lantzeko honako helburu hauek azpimarratzen dituzte:

- Sormena garatzea.
- Ikaskideen produkzioak errespetatzea.
- Gorputza emozioen igorle moduan balioestea.
- Nork bere burua errespetuz onartzea.
- Garapen pertsonala bideratzeko gorputza erabiltzea.
- Gaitasun sozialak hobetzea.
- Gorputza tresna artistiko gisa ezagutzea.

Ikastetxe askotan, Heziketa Fisikoan landu beharreko materia asko kanpoko erakunde batzuek mugatzen edo bideratzen dituzte (klubek, elkarteek, eta abar). Horrek zeharo murrizten ditu aurkeztu beharreko aukerak, kirol zehatz batera begira jartzen baititugu ikasleak, eta aukera bakarra eskaintzen baitiegu. Horrekin batera, irakasleen filosofia ere sartzen da zeharka, bakoitzaren irizpidea inposatu behar den ala ez erabakitzerakoan. Gorputz-adierazpenaren kasuan, askotan, irakaslearen gustu pertsonalak markatzen du ikasleen norabidea. Irakaslea ikaslearen erreferentzia da egoera askotan eta, gorputz-adierazpenaren kasuan, irakasleak ezegonkortasunez irakasten badu segurtasunik eza transmitituko die ikasleei (Montero, 2008). Horren ondorioz, ikastetxeak ez daude prestatuta mota horretako klase bati aurre egiteko eta, askotan, intentzioa egon arren, ezin da ekintza hori egin instazio faltagatik edo baliabide falta dela medio. Gorputz-adierazpenari buruzko balorazioa, askotan, aldatu egiten da sexuaren arabera; hau da, gizonezkoek ez dute horren alde egiten eta emakumezkoek garrantzi handiagoa ematen diote. Hori dena



heziketaren ondorio da; duela urte batzuk, eta baita gaur ere, gizarteak gizonezkoak kirolerako prestatzen zituen eta emakumezkoak dantzarako. Heziketa Fisikoko liburuetan hori transmititu da, eta horrek eraldatu ditu gizarteko kideak (Gonzalez Pascual, 2003). Txikitatik neskek pentsakera hori barneratu dute, eta emozioak edota sentrazioak erraztasun handiagoz kanporatzen dituzte mutilek baino. Sexismo hitza erabil daiteke; eta garaiak aldatuz badoaz ere, banaketa hori bistakoa da oraindik ere. Hori islatzen du maisu-maistra askoren esperientziak: mutilek kirolean bilatzen dute errendimendua (Vizcarra, Macazaga eta Rekalde, 2009) , eta neskak, horrez gain, emozioen munduan barneratzen saiatzen dira.

### **7.3. IRAKASLEEN MOTIBAZIOA GORPUTZ-ADIERAZPENEAN**

Motibazioa da interesez eta arretaz ekintza bat animatzeko edota hori bideratzeko egiten den saiakera mentalen antolakuntza. Beste era batean esanda, motibazioa da ekintzaren bat gogoz egitera bultzatzen gaituen arrazoiak, egiteko interesa piztuz, interesgarri bilakatuz, eta onurak aurkeztuz. Gizakiak behar fisiologikoak asetzen dituenean, bere izaeraren eremuak lantzen ditu, bere identitatea eraikitze edota izaera pertsonalizatzeko. Orduan, edonon bilatuko ditu motibazioak (Maslow, 1991: 9-12). Gorputz-adierazpena lantzeko arrazoi eragingarri anitz daude; horien artean aipa daitezke umearen heziketa pertsonalerako onuragarriak direnak eta helburu ludikoa dutenak. Hainbat helburu bereizten dira taldekatze honetan:

- Jostatzearen plazerra eta jomuga ludikoak bilatzea.
- Komunikazioa eta gizarteratze-prozesua erraztea.
- Gorputzaren kontrola lortzea.
- Espazio eta denbora ezagutzea.
- Garapen pertsonala hobetzea.

#### **7.3.1. Jolastearen plazerra eta jomuga ludikoak bilatzea**

Isiltasunaren hizkuntzat har daiteke, bakoitzaren sormenak ematen diolako zentzua eginbehar bakoitzari; esate baterako, mimoa jorratzen

dugunean edo dramatizazioa gauzatzen dugunean (Castañer, 2000: 6). Isiltasunezko hizkuntza horren barruan plazer hutsa bilatzen da eta, askotan, zeharkako zereginak lantzen ditugu, hau da, testuinguratzea edota komunikazioaren adierazpena. Ahaztu egin dugu umeak ume denetik plazer ludikoa duela, txikitatik parametro horien barruan lan egin duela, eta bertan gustura sentitzen dela. Gorputz-adierazpenaren funtzioetako bat da irudimenaren mundua martxan jartzea eta, horrekin batera, ahalmen sortzailea garatzea, sormena erabiliz helmugara iristeko.

Sorkuntza eta sormenaren arteko ezberdintasuna irudikatzen da arlo horretan: lehenengoa jokabide partikular multzo baten emaitza da; bigarrena, berriz, pentsamendu dibergentearen gaitasun bat (Mateu, 2003: 317-326). Estetikaren erabilera antzematen da lan guztietan eta, musika eta jantzien erabilerarekin batera, interpretazioaren oinarritzat hartzen da. Hori dena irudimena garatzeko tresnatzat har zitekeen, umeen nahien mundurako hurbilpen gisa ikusten baita.

### **7.3.2. Komunikazioa eta gizarteratze-prozesua erraztea**

Gorputz-adierazpena, isiltasunaren hizkuntzatzat hartzen den arren, komunikazioa hobetzeko tresna da. Komunikazioa nahitaezkoa da gure eguneroko bizitzan, oinarri garrantzitsuena da jaiotzen garetik gizarteratze-prozesuan aurrera egiteko. Jakina da komunikazio era asko daudela, eta edozein pertsonak bidera dezakeela momentu bakoitzean.

Gizarteratze-prozesu horretara heltzeko, lehendik aipatutako hainbat komunikazio modu daude; horien artean hitzezkoa, grafikoa eta idatzizkoa. Gorputz-adierazpenarekin garrantzi handiena hartuko lukeen komunikazio modua hitzezko trebetasuna litzateke, horrekin eskuratzen delako transmititu nahi den guztia eta elkarrizketa bat egiteko ahalmena. Elkarrizketa ongi bukatzeko ahalmena duenak igorlea entzuteko gaitasuna garatuko du, errespetuz jokatzeko badu eta keinu desegokirik egiten ez badu; modu horretan, kexak gizalegez adierazi ahalko dira edota norberaren eskubideak defendatu

ahalko dira (Vizcarra, 2007: 251). Aipatutako gizarteratze horretan murgiltzeko, beharrezkoa da trebetasun sozial batzuk barneratzea; inhibizioz aritu beharra dago baina, beti ere, arauak onartuz. Laburbilduz, pertsonaren komunikatzeko ahalmena nabarmen hobetzen da gorputz-adierazpenaren praktikaren bitartez (Montesinos, Desrosiers eta Tousignant, 2004: 21).

### **7.3.3. Garapen pertsonala hobetzea**

Garapen pertsonalak garrantzi handia izan behar du ikasleari begira. Gorputz-adierazpenari esker aurrerapen handiak lortzen dira eta trebezia asko barneratzen. Lankidetzaren bitartez talde-lana hobetzen da eta errespetuari dagozkion trebetasunak lortzen dituzte (Vizcarra, 2007: 243-254). Gizarteratze-prozesurako ezinbestekoak diren ahalmenak barneratzen dituzte, eta gatazkak konpontzeko trebetasunak eskuratzen dituzte. Gizarteko kide diren heinean, beren erantzunak pertsonalizatzen dituzte eta izaera libre garatzen dute (Quintana, Perez eta Zurdo, 2008). Gaitasun pertsonal horiek garatzean autoestimua eta autokontzeptua lantzen dira, eta naturaltasunez jorratzen dira uneoro. Sormena lantzen laguntzen dute, intelektualki garatuz eta ahalmen guztiak zabalduz (Bolaños, 1991: 238).

<b>GORPUTZ-ADIERAZPENA SUSTA DEZAKETEN ELEMENTUAK</b>
<b>Gozatzeko ahalmena eta poztasuna</b>
Desinhibizioa
Gertutasuna
Errespetua
Sormen-jarrera
Komunikazioa
Barneratzea
Integrazioa
Kooperazioa
Konfiantza
Agresibitatearen kontrola
Sentsibilizazioa
<b>Memoria, antentzioa eta ahalmen mentala garatzea</b>
Gainditzeko prestutasuna; hobetzeko gogoia

11. irudia. Gorputz-adierazpena susta dezaketen elementuak (Hernández eta Rodríguez, 2000)

#### 7.4. ALDA DAITEKE ZERBAIT?

Gorputz-adierazpena ez lantzearen arrazoi nagusiak aztertzerakoan, arloarekiko edo gaiarekiko beldurra eta bideratzeko ezjakintasuna aipatu ditugu; baina badira beste arrazoi batzuk ere: ikasleen desadostasuna eta jarrera ezkorra jasotzearen beldurra, programazio bat egiteko zailtasunak, edo saio bat bideratzeko oztopoak. Zalantza dugu irakasleak momentu bakoitzean hartu behar duen jarreraz; programazioaren eta ebaluaketaren inguruan ere zalantza asko sortzen dira.

##### 7.4.1. Programazioa sortzea eta antolatzea

Programatzen hasi baino lehen, garbi izan behar dugu programazioa zehatz-mehatz aurrera eramatea zaila izaten dela gehienetan. Askotan, ideia bat izaten dugu buruan, eta aldaketarik egin gabe eta finko jarraitzeak oztopatu

egiten du pedagogikoki eta era pertsonalizatu batean lan egitea. Hasieratik prestatutako eduki eta ariketa batzuetara mugatzeak aldendu egiten gaitu egoera errealetik, akats edo aldaketarako tarterik utzi gabe. Programazioa aldatu egingo da egunetik egunera, eta hori onartu egin behar da; saioak aurrera eraman ahala eta beldurra gainditzen joan ahala, gidoia aldatzen joango da, eta horregatik ez da hanka sartzearen irudipenik izan behar (Learreta, Sierra eta Ruano, 2006: 19-24). Programazioak ikaskuntza eta hori egituratzeko jardueren arteko koordinazioa bilatu beharko luke (Mateu, 2008: 317-326); ikaskuntza jarraitu bat izanda, kontzeptuen arteko lotura bat dagoela nabarmendu behar da, harremanak egiteko esperientziekin lotura esanguratsu bat eraikitzeko.

Lotura esanguratsu hori lortzeko proposamen irekiak egon behar dira; gidatuak baina irekiak, beti ere. Edukiak bertan kokatzerakoan, lehen aipatutako koordinazioarekin batera sekuentziazte bat proposatu behar da. Sekuentziazte horrekin, garapen bat sustatuko da, progresio bat ikusiko da, eta hori oso garrantzitsua da gorputz-adierazpenean. Eduki horiei trataera orokor bat eman behar zaie, multzo ezberdinetan lekua izan dezaten. Horrela, ekidingo dugu nolabait gure burua trebatzaile baten moduan ikustea, eta horrez gain, aukera emango digu sormena lantzeko eta ohitura hutsean ez erortzeko, edo bi UD batzeko (Learreta, Sierra eta Ruano, 2006: 19-24). Oinarri bat hartu behar da edozein helburu finkatu ahal izateko eta, proiektu pedagogikoen laguntzaz, aukera izango da harremanetarako inplikazioak lantzeko, metodologia egokia eraikiz (Cecchini, 1996: 337-348). Helburu horiek finkatzerakoan, kontuan hartu behar da ikasturtearen ildoak, hau da, kurtsoaren zein ataletan emango den eta zenbat iraungo duen ikasturte horren plangintzaren barruan. Beraz, irtenbide bakarra (eduki garrantzitsua duen programazio bakarra egitea) ez da helburu egokia, baizik eta behar den momentuan eta eran kokatzea.

#### **7.4.2. Materialak eta baliabideak**

Gorputz-adierazpenaren munduan sormenarekin lan egiten da; aukera asko egon behar da hainbat ekintza garatzeko eta, horregatik, komeni da materiala mugikorra eta eraldagarria izatea. Musika ere aipatu beharko genuke,

eta baita oihal, plastiko eta paperaren erabilera ere. Musika dinamizazioan sartzeko abiapuntua izan daiteke, landu nahi den gaiaren arabera; mota ezberdinetako musika lantzea komeni da aniztasuna lortzeko: horrela, musika etnikoa, haurrentzako kantak, telebistan agertutakoa, klasikoa eta abar erabil daitezke (Blández, 1995: 106-107). Horrez gain, aipatutako oihal, plastiko eta papera erabiliz, eta sormenaren laguntzaz, komunikatzeko eta adierazteko tresnak sor ditzakegu. Eraketa pertsonala eta ezberdina ziurtatzen da material horiek erabiltzearekin, eta horrek bereizketa bat egiten du gorputz-adierazpenaren barruan.

Instalazio egokien falta ere arazo izaten da gorputz-adierazpena martxan jarri ahal izateko; baina, esan beharra dago, leku asko direla egokiak. Hala ere, zenbait baliabide edo teknikak saioa aurrera eramaten laguntzen dute, hau da, onuragarriak izan daitezke (Learreta, Ruano eta Sierra, 2006: 60-63):

- Ispiluak. Ispiluetan haurren irudia islatzen da, hainbat jarrera eta ekintza bereganatzen dituzte, eta egiten ari denak garrantzia hartzen du.
- Zoruarekin kontaktuan egotea eta beroa. Erosotasuna transmititzen duen gela izan behar du, eta beroa, mugimendu fisikoak batzuetan geldoak direlako, hau da, heziketa fisikoko beste klase batzuetan mugitzen diren bezala ez direlako mugituko.
- Itxia eta beste geletatik urrun. Ondoan beste gela batzuk egoteak musika erabiltzea baldintzatu dezake; urrun egonez gero, berriz, erabilera askea izan daiteke.

Instazioei dagokionez, beraz, esandako guztia ongi laburbiltzen du esaldi honek: “Espazioak zabala izan behar du, argitsua, begirada iheskorretatik salbu”. Aurretik aipaturiko guztiak aholkuak baino ez dira, eta kontuan hartu behar da horiek gabe ere gauza daitezkeela gorputz-adierazpeneko saio interesgarri eta benetan onak.

### 7.4.3. Saioa bideratzea

Kontuan hartu beharko genuke, hasieratik, gorputz-adierazpena heziketa fisikoaren barruan kokatzen duten arren ez dela horren parekoa. Eredu honetan, baztertu egin behar dira gimnastika edo mugimendu soilera bideratutako ariketak. Hau da, gaitasun fisikoak lantzetik urrutirago joan behar da, trebetasun mekanikoetatik haratago (Mateu, 2008: 317-326).

Saioa bideratzerakoan, jarduera motibagarriak proposatu behar dira, beti ere haien iritziak errespetatuz eta helburu berdina lortzeko bide bat baino gehiago ahalbidetuz. Fase batzuk bereizi behar dira saio bat bideratzeko plangintzan (Quintana, Cachadiña, Perez eta Zurdo, 2008):

- Planifikazio fasea: gaia aukeratu, materiala batu...
- Familiarizazio fasea: edukiekin kontaktuan jarri, lotsa kentzeko ariketak egin, gaiarekin bat egin eta klima ona sortu.
- Talde-banaketa eta lanerako proposamenen fasea: lan txikiak proposatu taldeka, erraztasuna eman eta sormena landuz.
- Adierazteko fasea: taldeka beren lanak aurkeztu.
- Produktu adierazkor baten sorkuntza fasea: ebaluazio-lana egin ondoren.

### 7.4.4. Irakaslearen jarrera

Gorputz-adierazpena ikasle askorentzat eremu ezezaguna denez, irakasleek laguntza eman behar diete ikasle horiei eta jarrera permisiboa erakutsi behar dute haurrak jolasten, esperimintatzen eta esploratzen ari direnean. Behatzaile-lana bideratu behar da irakasle-papera baino gehiago, bide erraza erakusteko eta eroso sentiarazteko (Montesinos, Desrosiers eta Tousignant, 2004: 61-67). Irakasleak ez du dakiena adierazi behar, baina gehiegikeriatan jausi gabe, horrek ezegonkortasuna baino ekarriko ez duelako. Konfiantza-giroa sortu behar da, ikasleen arteko bereizketarik egin gabe, denei

berdin eginez, eta errespetu eta tolerantziatzko jarrera erakutsiz. Hasieratik edukien garrantzia azpimarratu da; horretan oinarrituz, ikasleei transmititu behar zaie lana zertarako egiten ari diren, helburuak finkatu behar dira, eta onurak azaldu behar zaizkie. Naturaltasun eta benetako jarrera aurkeztu, eta lankidetzak bultzatu behar dira. Gizartean joera indibidualista gorai patzen den arren, ikasleen arteko lankidetzak landu behar da; eta aipatutako klima hori sortzeaz gain, aurrerapausoak emango dira haurren jarreretan (Learreta, Ruano eta Sierra, 2006: 45-49).

## 7.5. BIBLIOGRAFIA

- Bolaños, G. (1991). *Educación por medio del movimiento y la Expresión Corporal*, San Jose (Costa Rica): EUNED.
- Blández, J. (1995). *La utilización del material y del espacio en educación física*, Bartzelona: INDE.
- Castañer, M. (2000). *Expresión Corporal y danza*. Bartzelona: INDE.
- Cecchini, J. A. (1996). *Personalización en la educación física*, Madril: Rialp.
- Fernández, E. (1995). *Manual de motivación y emoción*, Madril: Ramon Areces.
- Gonzalez Pascual, M. (2003). ¿Tienen sexo los contenidos de Educación Física Escolar?. In G. Sanchez (Koord.), *Expresión, creatividad y movimiento*, (371.-876. or.) Salamanca: Amarú.
- Hernández, V. eta Rodriguez, P. (2000). *Expresión corporal*, Madril: CCS.
- Kelly, W. A. eta Gonzalvo, G. (1982). *Psicología de la educación*,. Madril: Morata.
- Langlade, A. eta Langlade, N. R. (1986). *Teoría general de la gimnasia*, Buenos Aires: Stadium.
- Learreta, B. (2004). Diferentes interpretaciones del ritmo como contenido de Expresión Corporal. *Efdeportes, revista digital*, 10. urtea, 75. zk. <http://www.efdeportes.com/>
- Learreta, B., Ruano, K. eta Sierra, M. A. (2005). *Didáctica de la expresión corporal. Talleres monográficos*, Bartzelona: INDE.



- Learreta, B., Sierra, M. A. eta Ruano, K. (2005). *Los contenidos de Expresión Corporal*, Bartzelona: INDE.
- Le Boulch, J. eta Palau, I. (2001). *El cuerpo en la escuela del siglo XXI*, Bartzelona: INDE.
- Mateu, M. (2003b) Gorputz-adierazpenaren oinarrizko osagaiak. In K. Zubizarreta eta M. Lopez Gaseni. (Arg.), *Gorputz Hezkuntzaren Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*, (341.-394. or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea, Bilbo.
- Mateu, M. (2008). *Los contenidos de la Expresión Corporal*, Bartzelona: INDE.
- Maslow, A. H. (1991). *Motivación y personalidad*, Madril: Diaz de Santos.
- Maturana, H. (2001). *Emociones y lenguaje en educación y en política*, Santiago de Chile: Dolmen Ensayo.
- Montero, A. (2008). La práctica docente a debate. Inclusión del a Expresión Corporal en la programación anual del docente: preferencias personales y falta de formación profesional frente al deber legal. *Revista digital efdeportes*, 13. urtea, 126. zk.
- Montesinos, D., Desrosiers, P. eta Tousignant, M. (2004). *La expresión corporal: su enseñanza por el método natural evolutivo*, Bartzelona: INDE.
- Navarro, R. (1999). *Las emociones en el cuerpo*, Mexiko: Pax México.
- Quintana, M. A. (1997). *Ritmo y Educación Física: de la Condición Física a la Expresión Corporal*, Madril: La Muralla.
- Quintana, A., Cachadiña, P., Pérez, C. eta Zurdo, R. (2008). Conclusiones de la mesa de debate sobre Expresión Corporal en Educación Secundaria. In G. Sánchez. *II Congreso Internacional de Exspresión Corporal y Educación*, Zamora: Salamancako Unibertsitatea, <http://campus.usal.es/~congresoexpresion/docs/DOC%20mesa%20debate%20secundaria.doc>
- Vázquez, R. A, eta Tamayo, J. A. (2004). Utilización de la expresión corporal como medio de enseñanza de los diferentes contenidos del area de educación física en la escuela., *Revista digital efdeportes*, 77. zk.
- Villada, P. (1997). La expresión corporal a debate. *Askesis*, 1. zk.

Vizcarra, M. T. (2007). *Garapen psikotomorra Haur Hezkuntzan (0-6urte)*, Bilbo: EHU.

Vizcarra, M. T. eta Macazaga, A. M. (2009). *Gorputz Hezkuntza eta bere didaktika I*, Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.

Vizcarra, M. T.; Macazaga, A. M. eta Rekalde, I. (2009). Eskolako kirol lehiaketan neskek dituzten baloreak eta beharrak. Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea. UPV/EHU.



# BIBLIOGRAFIA



**ARGAZKIA.** Nondik atera dugu informazioa?



## BIBLIOGRAFIA

175/2007 dekretua, urriaren 16koa, Euskal Autonomia Erkidegoko Oinarrizko Hezkuntzaren curriculuma sortu eta ezartzekoa. EHAA 2007ko azaroak 13, asteartea. 218 zk.

Álvarez- Novoa, C. (1992). *Dramatización. El teatro en el aula*. Bartzelona: Octaedro.

Angoloti, C. (1990). *Comics, títeres, teatro de sombras: tres formas plásticas de contar historias*. Madril: de la torre.

Antequera, M. eta Cáceres, A. (1995) .*Educación y enseñar con títeres*. Madril: CCS.

Arteaga Checa, M. , Viciano Garofano, V. eta Conde Caveda, J. (1997). *Desarrollo de la expresividad corporal. Tratamiento globalizador de los contenidos de representación*. Bartzelona: INDE.

Bailach, M. J.; Melendez, F.; Minguillón, A.; Romero, F.; eta Salvador, M.P. (1996). *Descubrimos el cuerpo, somos equilibristas, perdidos en el espacio y en el tiempo*. Unidades Didácticas para Primaria V. Bartzelona: INDE.

Barret, G. (1989). *Pedagogía de la expresión dramática*. Montreal:Recherche en Expresión.

Blández, J. (1995). *La utilización del material y del espacio en educación física*. Bartzelona: INDE.

Bolaños, G. (1991). *Educación por medio del movimiento y la Expresión Corporal*. San Jose (Costa Rica): EUNED.

Caballo, V. E. (1993). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI.

Camacho Ortiz, M. M. (2002). *Expresión Corporal: Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Granada: Grupo editorial universitario.

- Casado, J.M.; Diaz, M. eta Lausin, C. (1997). *Juegos de expresión corporal. Fichas 2 y 3*. Madril: Pila Teleña.
- Casatil, R. (2001). *El descubrimiento de la sombra*. Madril: Siruela.
- Castañer, M. (2000). *Expresión Corporal y danza*. Bartzelona: INDE.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (1993a). La conciencia corporal. In A. Blazquez,.(Ed.) *Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria*. (261.-290. or.) Bartzelona: INDE.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (1993b). Orientación espacio-temporal de las acciones motrices. In A. Blazquez. (Ed.) *Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria*. (293.-325. or.) Bartzelona: INDE.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (2003a). Gorputzaren kontzientzia. In K. Zubizarreta eta M. Lopez Gaseni (Ed.) *Gorputz Hezkuntzako Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*. (249.-278. or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (2003b). Ekintza motoreen leku-denborazko antolamendua. In K. Zubizarreta eta M. Lopez Gaseni (Ed.), *Gorputz Hezkuntzako Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*. (279.-311. or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Castañer, M. eta Camerino, O. (2004). Las emociones no escapan a la práctica motriz. La Expresión Corporal un procedimiento ideal para trabajarlas. In A. Fraile (Koord.). *Didáctica de la Educación Física: una perspectiva crítica y transversal*. (217.-236. or.) Madrid: Biblioteca Nueva.
- Cecchini, J. A (1996). *Personalización en la educación física*. Madril: Rialp.
- Cervera, J. (1996). *Iniciación al teatro*. Bartzelona: Bruño.
- Coll, C. (1991). *Aprendizaje escolar y construcción del conocimiento*. Bartzelona: Paidós.
- Conde Caveda, J. L. (2001). *Cuentos motores* (I. eta II. liburukiak). Bartzelona: Paidotribo.
- Contreras, O. (1998). *Didáctica de la Educación Física: un enfoque constructivista*. Bartzelona: INDE.
- Cortes Flores, J.I. (2003). *Los lenguajes de la expresión*. Madril: MEC Secretaria General Tecnica.

- Desco, R. (2008). El teatro negro como técnica de expresión. In G. Sánchez et al. (Koord.) *Expresión Corporal: Investigación y acción pedagógica*. (195.-203. or.) Salamanca: Amarú.
- Derrigorrezko eskolaldirako euskal curriculuma (2006). Euskal Curriculuma baloratzeko eta hobetzeko proposamena  
<http://www.euskalcurriculuma.com/data/documents/1/19/27/28/EUSKARA.pdf>
- Eines, J. eta Mantovani, A. (1980). *Teoría del juego dramático*. Madrid: Servicio de publicaciones del MEC.
- Euskadiko Eskola Kontseilua (2009). *Oinarrizko hezkuntza konpetentziak*. XVIII. Topaketa. Gasteiz: Eusko Jaurlaritza.
- Euskal Herrirako curriculuma. (2006). Euskal Eskola Publikoa Gaur Bihar. Bilbo: SAREAN; EHIGE; BIHE  
[http://www.euskalherrirakocurriculuma.org/?page\\_id=6](http://www.euskalherrirakocurriculuma.org/?page_id=6)  
<http://www.euskalherrirakocurriculuma.org/files/euskera/materiales/1peua.pdf>  
<http://www.euskalherrirakocurriculuma.org/files/euskera/materiales/1peue.pdf>  
<http://www.euskalherrirakocurriculuma.org/files/euskera/adf/4p15eu.pdf>
- Fernández López , M. D. eta Frade Martín, J. F. (2009). *La Comunicación No Verbal y la Expresión Corporal en la Formación Permanente del Profesorado. Aproximación Teórica Y Desarrollo Práctico*  
[http://feadef.iespana.es/almeria/comunicaciones/AT3/C3\\_14.doc](http://feadef.iespana.es/almeria/comunicaciones/AT3/C3_14.doc). Azken kontsulta eguna: 2009-04-07
- Fernández, E. ( 1995). *Manual de motivación y emoción*. Madrid: Ramon Areces.
- Fuentes, A. L.. (1992). Heziketa Fisikoakoko Lizentziatuentzako *Expresión Corporal* Ikasgaiaren apunteak (IVEF/SHEE) Argitaratu gabeko material polikopiatua. Gasteiz: Eusko Jaurlaritza.
- García del Toro, A. (1995). *Comunicación y Expresión oral y escrita: La dramatización como recurso*. Bartzelona: Graó.
- García Monge, A. (2007). El juego bueno. In N. Bores et al. (Koord.) *Juegos motores reglados en educación física*. Palentzia: Valladolideko unibertsitatea
- García Ruso, H. (1997). *La danza en la escuela*. Bartzelona: INDE.
- Gardoqui, M.L. y Sierra, M. A. (1994). Conceptualización y Tratamiento de la Expresión Corporal como materia de la Educación Física en las



- Facultades de Educación y de Formación del Profesorado. In S. Romero, (Koord.) *Actas del XII Congreso Nacional de Educación Física en las escuelas de magisterio*. Sevilla.
- Gonzalez Pascual, M. (2003). ¿Tienen sexo los contenidos de Educación Física Escolar? In G. Sanchez (Koord.) *Expresión, creatividad y movimiento* (371.-376. or.) Salamanca: Amarú.
- Graham, M. (1992). *Mémoire de la danse*. Arles: Actes Sud.
- Haselbach, B. (1979). *Didáctica de la danza*. In A. Pelegrin (Koord.) *Musica y danza para el niño*. (13.-25. or.) Madrid: Instituto Alemán
- Hellison, D. et al. (2000). *Youth development and physical activity*. Champaign, IL.: Human Kinetics.
- Hermoso, Y. eta Padilla, C. (2003). *Perspectivas de la danza en la escuela*. Madrid: Siglo XXI.
- Hernández, V. eta Rodriguez, P. (2000). *Expresión corporal*. Madrid: CCS.
- Ikastetxearen Curriculum Proiektua (2009). Emilia Zuzan Brun ikastexeko publikokoa. [www.emiliazuzaeskola.com](http://www.emiliazuzaeskola.com)
- Jaques-Dalcroze, E. (1965). *La Rythme, la musique et l'éducation*. Fostich <http://www.ritmica.tuportal.com/> azken kontsulta eguna: 2009-04-13
- Kelly, J. A. (2000). *Entrenamiento de las Habilidades Sociales*. Bilbo: DDB.
- Kelly, W. A. eta Gonzalvo, G. (1982). *Psicología de la educación*. Madrid: Morata.
- Knapp, M. L. (1992) *La comunicación no verbal: el cuerpo y el entorno*. Bartzelona: Paidós.
- Langlade, A. eta Langlade, N. R. (1986). *Teoría general de la gimnasia*. Buenos Aires: Stadium.
- Langlade, A. eta Langlade, N. R. (1991). *Teoría general de la gimnasia*. Stadium S.R.L: Buenos Aires (Argentina). [http://books.google.es/books?id=z0QNVew7Fd8C&pg=PA88&lpg=PA88&dq=RUDOLF+BODE&source=web&ots=CwibArwWZK&sig=voDbOqNx6eev6m6xv8Gc48yneb8&hl=es&sa=X&oi=book\\_result&resnum=5&ct=result](http://books.google.es/books?id=z0QNVew7Fd8C&pg=PA88&lpg=PA88&dq=RUDOLF+BODE&source=web&ots=CwibArwWZK&sig=voDbOqNx6eev6m6xv8Gc48yneb8&hl=es&sa=X&oi=book_result&resnum=5&ct=result)
- Le Boulch, J. eta Palau, I. (2001). *El cuerpo en la escuela del siglo XXI*. Bartzelona: INDE.

- Learreta, B. (2004). Diferentes interpretaciones del ritmo como contenido de Expresión Corporal. *Efdeportes*, revista digital, 10. urte, 75.zk. <http://www.efdeportes.com/>
- Learreta, B.; Sierra, M. A. eta Ruano, K. (2005). *Los contenidos de Expresión Corporal*. Bartzelona: INDE.
- Learreta, B., Ruano, K. eta Sierra, M. A. (2006). *Didáctica de la expresión corporal. Talleres monográficos*. Bartzelona: INDE.
- Lleixá, T. (2000). *Haur hezkuntza 0-tik 6 urtera*. Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitateko Argitalpen Zerbitzua. [Itzulpenaren koordinatzailea. Xabier Etxaniz. Jatorrizko izenburua: Educación Infantil de 0 a 6 años. Paidotribo. Barcelona. 1998]
- López, V. M.; Monjas, R. y Pérez, D. (2003). *Buscando alternativas a la forma de entender la educación física escolar*. Bartzelona: INDE.
- Maciá, S. (2008). Los mil perfiles del docente en dramatización. In G. Sánchez, et al. (Koord.) *El Movimiento Expresivo*. (259.-266. or.) Salamanca: Amarú.
- Maslow, A. H. (1991). *Motivación y personalidad*. Madril: Diaz de Santos.
- Mateos, M.J. (2003). Modelos de dramatización. In M. Vizuete (Ed.) *Los lenguajes de la Expresión* (117.-132. or.) Madril:MEC.
- Mateu, M. (1993a). El cuerpo y el movimiento como medios de expresión. In A. Blazquez. (Ed.) *Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria*. (327.-353. or.) Bartzelona: INDE.
- Mateu, M. (1993b). Los elementos básicos de la expresión corporal. In A. Blazquez. (ed.), *Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria*. (355.-411. or.) Bartzelona: INDE.
- Mateu, M. (2003a). Gorputza eta mugimendua adierazpen-bide bezala. In K. Zubizarreta eta M. Lopez Gaseni. (Ed.) *Gorputz Hezkunzaten Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*. (313.-338. or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Mateu, M. (2003b). Gorputz adierazpenaren oinarriko osagaiak. In K. Zubizarreta eta M. Lopez Gaseni. (Ed.) *Gorputz Hezkunzaten Oinarriak Lehen Hezkuntzarako*. (341.-394. or.) Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Mateu, M. (2008). *Los contenidos de la Expresión Corporal*. Bartzelona: INDE

- Mateu, M.; Durán, C.; eta Troguet, M. (1992). *1000 Ejercicios y Juegos aplicados a las Actividades Corporales de Expresión*. Bartzelona: Paidotribo.
- Maturana, H. (2001). *Emociones y lenguaje en educación y en política*. Santiago de Chile: Dolmen Ensayo.
- Mehl, E. (1962). Sobre la historia del concepto de la gimnasia. *Revista Citius, Altius, Fortius, Tomo IV, Fascículo 2*.
- Monjas, M. I.; eta de la Paz, B. (2000) *Las Habilidades Sociales en el Currículo*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- Montavez, M. (2008). Expresión corporal, un camino hacia la excelencia. In G. Sánchez, et al. (Koord.) *El Movimiento Expresivo*. (73.-103. or.) Salamanca: Amarú.
- Montavez, M.; eta Zea, M.J. (1998). *Expresión Corporal, propuestas para la acción*. Malaga: M.M. y M.J.Z.
- Montero, A. (2008). La práctica docente a debate. Inclusión del a Expresión Corporal en la programación anual del docente: preferencias personales y falta de formación profesional frente al deber legal. *Revista digital efdeportes (13. urtea)* 126. zk.
- Montesinos Ayala, D. (1999). *La expresión corporal. Su enseñanza por el método natural evolutivo*. Bartzelona, INDE.
- Montesinos, D, Desrosiers, P. eta Tousignant, M. (2004). *La expresión corporal: su enseñanza por el método natural evolutivo*. Bartzelona: INDE.
- Motos, T. (1983). *Iniciación a la expresión corporal*. Bartzelona. Humanitas.
- Motos, T. (2008). Dramatización y expresión corporal: bases y retos. In G. Sánchez, et al. (Koord.). *El Movimiento Expresivo*. (29.-45. or.) Salamanca: Amarú.
- Navarro, R. (1999). *Las emociones en el cuerpo*. Mexico: Pax México.
- Ortiz Camacho, M. M. (2000). *Comunicación y Expresión Corporal*. Granada: Proyecto sur.
- Ortiz Camacho, M. M. (2002) *Expresión corporal: Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Granada: Grupo editorial universitario.

- Padilla, C. (2003). Comunicación no verbal: propuestas de danza. In J.I. Cortés (koord.) *Los lenguajes de la expresión*. (217.-228. or.) Madril: MEC.
- Padilla, C. eta Zurdo, R. (2002). Danza: una oferta de ocio para adolescentes. Cadiz: Actas del III Congreso de Educación Física. Educación Física, Ocio y Recreación.
- Pastor Pradillo, J. L. (2003). Entre la expresión corporal y el lenguaje del cuerpo: una referencia específica a la afectividad. In M. Vizquete (ed.) *Los lenguajes de la expresión*. (27.-74. or.) Madril: MEC
- Pavis, P. (1998). *Diccionario del teatro*. Barcelona: Paidós.
- Pelegrin, A. (2004). *La aventura de oír*. Madril: Anaya.
- Pérez Gomez, A.I. (1997). Socialización Profesional del futuro Maestro Docente en la cultura de la Institución Escolar. *Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 29. zk., 125-140
- Pérez Gómez, A.I. (1999). La Escuela Educativa en la aldea global. *Cuadernos de pedagogía*, 286. zk., 88-96
- Pessel, A. (1975). *Sombras corporales*. Barcelona: Vilamala.
- Piernavieja, M. (1960). *Francisco Amorós, el primer gimnasiarca español. Citius, Altius, Fortius. II. (3)*
- Quintana, A. Cachadiña, P., Pérez, C.. eta Zurdo, R (2008). Conclusiones de la mesa de debate sobre Expresión Corporal en Educación Secundaria. En G. Sánchez (Koord.) *II congreso Internacional de Exspresión Corporal y Educación*. Zamora: Universidad de Salamanca.  
<http://campus.usal.es/~congresoexpresion/docs/DOC%20mesa%20debate%20secundaria.doc>
- Quintana, M. A. (1997). *Ritmo y Educación Física: de la Condición Física a la Expresión Corporal*. Madril: La Muralla
- Regner, H. (1979). Esquema de una didáctica de la música. In A. Pelegrin (koord.) *Musica y danza para el niño*. (29.-47. or.) Madrid: Instituto Alemán.
- Rodari, G. (2006). *Gramática de la fantasía: introducción al arte de contar historias*. Madril: Alfaguara.

- Romero Martin, M. R. (2005). *Los Contenidos de La Expresion Corporal*. Universidad de Zaragoza: [Http://cprcalat.educa.aragon.es/jornadasef/los.htm](http://cprcalat.educa.aragon.es/jornadasef/los.htm) 2009-04-1
- Ruano, M. T. (2004). *La Influencia de La Expresión Corporal sobre las Emociones : Un Estudio Experimental*. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF-UPM) [http://oa.upm.es/451/01/KIKI\\_RUANO\\_ARRIAGA.pdf](http://oa.upm.es/451/01/KIKI_RUANO_ARRIAGA.pdf) 2009-04-13
- Sanchez, G.; Coteron, J.; Padilla, C.; Llopis, A. eta Montavez, M. (2008). La expresión corporal en el marco del espacio europeo de educación superior, un proyecto de consolidación. In G. Sánchez, et al. (Koord.) *El movimiento Expresivo*. (17.-45. or.) Salamanca: Amarú.
- Schinca, M (1989). *Psicomotricidad, ritmo y expresión corporal*. Madrid: Escuela Española.
- Schinca, M. (2002). *La Expresión Corporal: (Técnica y Expresión del Movimiento)*. Madrid: Escuela Española.
- Sierra Zamorano, M. A. (1996). La Expresión Corporal desde una doble perspectiva: la de un alumno y la de un profesor. In Pastor Pradillo, (Koord.) *Actas del III congreso nacional de educación física de facultades de educación y XIV de escuelas unibersitarias de magisterio*. Guadalajara: Alcalako Unibertsitatea.
- Sierra Zamorano, M. A. (1997). La expresión Corporal como contenido de Educación Física Escolar. *Revista electrónica Askesis, 1*
- Sierra Zamorano, M. A. (1998). *La Expresión Corporal Como Contenido de la Educación Física Escolar*. Facultad De Educación Universidad Complutense de Madrid. <http://cdeporte.rediris.es/biblioteca/patio/patio/askesis/sierra1.htm> 2009-04-13
- Slade, P. (1981). *Expresión dramática infantil*. Aula XXI., Madrid: Santillana
- Slade, P.D. (1994). What is body image?. Awareness of body dimensions in anorexia nervosa: Cross-sectional and logitudinal studies. *Psychological Medicine, 3*, 188-199.
- Stokoe, P. (1987). *Expresión corporal, arte, salud, educación*. Buenos Aires: Humanitas.

- Sureda, I. (2001). *Cómo mejorar el autoconcepto. Programa de intervención para la mejora de las habilidades socio-personales en alumnos de Secundaria*. Madrid: CCS.
- Tanzarchiv, E. V. (2006). *Colección Rudolf Von Laban*. <http://www.tanzarchiv-leipzig.de/?q=es/node/693&PHPSESSID=5a095b95a6f87f3309b322367ebc8be1>. 2009-04-13
- Tejerina Lobo, I. (1999). El juego dramático en la educación primaria. *Textos de didáctica de la lengua y la literatura*, 19, 33-44.
- Trigeros, C. (2000). Las danzas y los juegos tradicionales. Formas de expresión de una cultura. In M. M. Ortiz Camacho (koord.) *Comunicación y lenguaje corporal*. Granada: Proyecto Sur
- Vallés, A.; eta Vallés, C. (1996). *Las habilidades sociales en la escuela. Una propuesta curricular*. Madrid: EOS.
- Vázquez, B. (1989). *La educación física en la educación básica*. Madrid. Gymnos.
- Vázquez, R. A, eta Tamayo, J. A. (2004). Utilización de la expresión corporal como medio de enseñanza de los diferentes contenidos del área de educación física en la escuela. *Revista digital efdeportes*, 77. zk.
- Verdugo, M. A. (1995). *Personas con discapacidad. Perspectivas psicológicas y rehabilitadoras*. Madrid: Siglo XXI.
- Villada, P. (1997). La expresión corporal a debate. *Askesis*, 1.zk.
- Vizcarra, M. T. (2003). *Análisis de una experiencia de formación permanente en el deporte escolar a través de un programa de habilidades sociales*. Bilbo: EHU (Doktorego tesia)
- Vizcarra, M. T. (2007). *Garapen Psikomotorra Haur Hezkuntzan (0-6 urte)*. Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Vizcarra, M. T. eta Macazaga, A. M. (2009). *Gorputz Hezkuntza eta bere didaktika I*. Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea. (on-line)
- Vizcarra, M. T.; Macazaga, A. M. eta Rekalde, I. (2009). Eskolako kirol lehiaketan neskek dituzten baloreak eta beharrak. Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea. UPV/EHU.

Vizcarra, M.T. (1994). *Heziketa Fisikoko Irakaslearen Titulazioko Gorputz Adierazpena ikasgaiaren apunteak*, argitaratu gabeko material polikopiatua. Gasteiz : Euskal Herriko Unibertsitatea.