



6.- SOIN HEZIKETA

6.1.- SARRERA

Ikas arlo honetan egiten den proposamena, hezkuntza formalari begira egiten den arren, erabilgarria izan nahi du eguneroko bizitzan eta bizitza guztirako. Izan ere, bizitzan, behar-beharrezkoa zaigu gorputza jokabide motorraren bidez garatzea.

“Soin Heziketa” ikas arloaren funtzioa, beste ikas arloen moduan, Euskal Curriculumean zehaztutako Hezkuntza xedeak eta eskolaldirako hezkuntza konpetentzi orokorrak eskuratzen laguntzea da. Ikas arlo bakoitzak bere ekarpen propioa egiten du eta, “Soin Heziketaren” kasuan, zeregin hori, gorputzaren, joko-jolasen eta jokabide motorraren bidez garatzen da. Horien bidez, gaitasun hauek garatzen dira: ikaslearen adimen motorra, komunikatzeko eta harremanetarako gaitasuna, emozioak adierazteko eta kontrolatzeko gaitasuna, eta ekintzak egokitasunez bideratzeko.

Nork bere burua ezagutzea eta norbera izaten ikastea

Jokabide motorra eta emozioak. Adimen emozionala irakaskuntza arlo guztietan landu beharko litzateke. Hala eta guztiz ere, ikas arlo honetan beste batzuetan baino aukera gehiago izango ditugu alderdi emozional hori lantzeko. Horren arrazoia sinplea da; egoera ludikoek eguneroko bizitzako egoerak irudikatzen aukera ematen digu, eta, horien bidez, hainbat egoera esperimendu ditzakegu. Jokabide motorrak adimen emozionalari dagozkion lau gaitasun hauek lantzeko aukera eman beharko liguke:

- Norberaren eta beste pertsona batzuen egoera emozionala zehazteko eta identifikatzeko gaitasuna
- Emozioen bilakaera naturala ulertzeko gaitasuna
- Norberak zein beste pertsona batzuek bizitako emozioei buruz arrazoitzeko gaitasuna
- Norberaren zein beste pertsona batzuen emozioak behar bezala erabiltzeko gaitasuna

Jokabide motorra, osasuna bere osotasunean ulertzeko aukera. Osasunaz dagoen ikuspuntua oso partziala izaten da askotan. Pertsona batzuek elikaduraren garrantzia azpimarratzen dute, eta beste batzuek, berriz, jarduera fisikoarena. Beste askotan, kirola eta osasuna lotzen ditu jendeak, nahiz eta, zenbaitetan, lehiaketa baldintzak direla medio, kirola eta osasuna nahiko kontrajarriak izan. Jokabide motorra ez da osasunak dituen ezaugarriak lantzeko bide bakarra; izan ere, osasunak era askotako interbentzio diziplinarrak eskatzen ditu. Hala ere, jokabide motorra “talaia” ona da osasuna bere dimentsio osoan ezagutzeko eta bizitzeko.



Pentsatzen eta ikasten ikastea

Jokabide motorra, pertsonaren garapenaren ardatza. Mugimendua da Soin Heziketaren ezinbesteko baldintza. Mugimendurik gabe ez dago ekintza motorrik, ezta jokabide motorrik ere. Hala eta guztiz ere, gero eta argiago dago ez dela mugimendua pertsonen garapenaren oinarritzko baldintza bakarra; izan ere, mugimenduak ekintza behar du, eta mugimendua, ekintzarik gabe, intentziorik gabeko mugimendua izan daiteke. Horrenbestez, gure ikas arloaren muina ekintza motorra da, eta erabakiak daude ekintza motorren atzean. Erabakiak asmo zehatza, helburua, intentzioa bilatzen du, eta hortik sortzen da jokabide motorra.

Jokabide motorra eta sena. Pertsonen motrizitateak lotura zuzena du gizakion biziraupenarekin, eta geure baitan sen hutsez “programatuta” daramatzagun erabakietan datza. Geure burua arriskuan haute-maten dugun bezain laster, gure burmuinak (linbikoa) erabaki motorra transmititzen du, egoera horri buruz era arrazionalen pentsatzeko aukera izan baino lehen. Ziurgabetasuna mekanismo linbikoa mar-txan jartzeko bidea da. Egoerak bizi ahala, ziurgabetasun eremua gero eta txikiagoa da, eta, ondorioz, gure erabaki motorrak askoz ere neurtuagoak izaten dira.

Komunikatzen ikasi

Jokabide motorra, komunikazioaren laguntzailea. Jokabide motorra komunikaziorako oso bide garrantzitsua da. Gure gizarteak garrantzi handiagoa ematen dio hitzari jokabide motorrari baino. Soin adierazpen praxemikoa ezinbesteko baldintza da modu asertiboan komunikatzeko.

Jokabide motorra, bestearen onarpenerako bidea. Pertsonaren garapen osoa bermatzeko ez da nahi-koa garapen psikomotorra lantzea. Ezinbestekoa da ingurune sozialaz eta fisikoaz jabetzea. Garapen soziomotorea, beraz, ezinbesteko baldintza da orekan oinarrituriko garapena lortzeko.

Elkarrekin bizitzen ikastea

Jokabide motorra eta elkarrekin bizitzea. Jolas eta joko guztietan gertatzen den moduan, pertsonen arte-ko harremanetan zorrotz bete behar dira elkarbizitzarako arau jakin batzuk. Arau horiez gain, kanpoko ele-mentuen eraginek etengabe moldatzen dute gure jarrera. Jolas eta jokoen arauen bidez, horien barne logi-ka barneratzen eta errespetatzen dugu. Kanpo logika, berriz, jolasen eta jokoen inguruko unibertso sozialak osatzen du. Azken hori ez dago barne logika bezain arautua, baina eragin handia du jolas eta jokoetan.

Jokabide motorra, herriaren kultura bizitzeko tresna. Gure jokabide motorrak lotura handia du gure kultura tradizional eta sinbolikoarekin. Jolas eta jokoak dira horren adierazle. Jolas eta joko horien barne logika kulturaren sare sinbolikoaz baliatuz eraiki da. Joko eta jolas horiek kulturaren isla zuzenak dira. Pertsonen garapenak lotura estua du hizkuntzarekin eta kulturarekin, baina baita jokabide motor tradizio-nalarekin ere; hau da, etnomotrizitatearekin.

Euskal kulturaren eta kultura unibertsalaren arteko integrazioa eta oreka. Kirola jolas eta jokoen perspektibatik aztertuz gero, jarduera ludikoen eta kulturen arteko loturak bistaratuko ditugu. Ikuspuntu



hori hartuz gero, jolas eta jokoen heterogeneizazioa bultzatzeaz gain, herrien kulturen arteko errespetua lantzen da. Kultura batzuk ez dira beste batzuk baino hobeak; kulturak ondasun unibertsalak dira, eta horiek errespetatzea da kultura guztien arteko oreka lortzeko bidea. Euskal zein munduko jolas eta jokoa bide egokiak dira ikasleak horretaz jabe daitezen.

Egiten eta ekiten ikastea

Jokabide motorra, bizitza ludikotasunaren perspektibatik aztertzeo filosofia. Bizitzan, ludikotasuna egunekotasunaren iluna argitzea bezalakoa da. Gizakiak une gogorrei, une monotonoei aurre egiteko egoera atseginak asmatzen ditu. Indartzeko gaitasuna duten egoerak dira. Ludikotasunak imajinazioa elikatzen du, erabakiak hartzeko gaitasuna indartzen du eta harremanak errazten ditu. Ludikotasunak, beraz, pertsonen autonomia eta konfiantza indartzen ditu. Gainera, ludikotasuna oso tresna egokia da gatazkak konpontzeko.

6.2.- ARLOAREN KONPETENTZIA OROKORRAK

1.- Emozioek sorrarazten dizkiguten aldaketak identifikatzea, halaber, izaten ditugun aldaketa fisiologikoak interpretatzea, eguneroko bizitzara horien transferentzia egitean, gure jokabide motorra ahalik eta orekatuena izan dadin.

Jokabide motorra ezin da soilik mugimenduaren ikuspegitik aztertu. Ekintza motorrak egiteari dagokionez, mugimenduen azterketa biomekanikoa egitea lagungarria izan daiteke, horien alderdi teknikoa perfektionatzeko. Jokabide motorrak, berriz, mugimenduaz gain, mugimenduok egiteko intentzioa eskatzen du. Egoeren azterketaren eta egin nahi den mugimenduaren arteko harmonia lortu behar da. Emozioek erabat baldintzatzen dute jokabide motorra. Funtsezkoa da burmuin linbiko eta kortikalaren artean dagoen harremana eta horiek martxan jartzen dituzten mekanismo fisiologikoak ezagutzea, gure jokabide motorra orekatua izan dadin. Eutonia egunero erabiltzen dugun zerbait izatea lortu behar genuke.

2.- Elkarrekintza motorra komunikazioaren oinarria izatea, eta, beste pertsona batzuen eta nire arteko komunikazioaren barruan, besteek egiten dituzten adierazpen motorrak irakurtzea, adierazpen horien bidez lortu nahi diren helburuak bete ditzan harremanak.

Besteen emozioak ulertzea eta nire emozioak horien arabera kudeatzea da asertiboa izatea. Hauek dira harremanak asertibitatean oinarritzen dituzten pertsonen ezaugarriak: besteei entzuten dakite, aholkulari onak dira, eta sostengu morala ematen dute. Pertsonak ez dira soilik hitzen bidez komunikatzen. Sarritan, azterketa proximikoaren bitartez eta gu konturatu gabe ere, beste pertsona batek adierazitako



hainbat mezu kaptatzen ditugu (horiek modu kontzientean irakurtzea litzateke egokiena), hura hizketan hasi aurretik. Elkarrekintza motorra da, beraz, komunikazioaren oinarria.

3.- Jokabide motorra unibertso kulturalaren (etnomotrizitatea) ikuspegitik ulertzea, halaber, jokabide motor orori sare sinboliko bat (espazioa, denbora, besteak, objektua) lotzen zaiola deskubritzea, eta, horretaz jabetuta, euskal kulturaren baloreak zein kanpoko kulturen baloreak errespetatzea eta balioestea.

Praxi motor orok ingurunearen ezaugarriak biltzen ditu bere baitan, bai ingurune fisikoarenak, bai sozialarenak, bai kulturalarenak. Pertsonen nortasuna ingurune horri etengabe emandako erantzunen bitartez osatzen da. Horretan ere, ludikotasunak, jokabide motorraren bitartez, ingurunearen baldintzak eszenifikatzen ditu; izan ere, jolasek eta jokoek unibertso kulturala transmititu dezakete. Jolas eta joko-en bitartez, euskal kulturaren balioaz jabetu daitezke ikasleak; eta hori da, hain zuzen, gainerako kulturak onartzeko eta errespetatzeko lehenengo urratsa.

4.- Ludikotasuna elkarrekintzaren ardatza izatea eta pertsonen arteko komunikazio ludikoaren indarra ulertzea, eguneroko bizitzako arazoan aurrean azterketa egokiak egiteko eta erabaki baikorrak hartzeko.

Jolasak eta jokoak, maiz, adin jakin batzuekin lotzen dira. Prozesu progresibo batekin identifikatzen da; hau da, haurrak jolasten dira, ume/gazteek jokutzen dute eta helduok kirola egiten dugu. Ludikotasuna, berriz, ez dator bat ikuspegi horrekin. Bizitzak, askotan, erritmo eta presio bortitzak ezartzen dizkigu. Egoera horien aurrean, ludikotasuna teknika moduko bat da (hormonak jariatzen dira), egoera fisiologiko jakin bat sortzeko. Horren bidez, egoera atseginak bizitzearen sentsazioan murgiltzen gara. Ludikotasuna da gure bizitzan kalitatezko harremanak izateko baldintza.

5.- Espazioaren ziurgabetasuna pedagogikoki erabiltzea, eta ziurgabetasun horrek sorrarazten dizkigun aldaketa emozionalak interpretatzea, eguneroko bizitzaren ziurgabetasunak sortzen dizkigun zalantzei ahalik eta erantzun zuzen eta neurritsuenak emateko.

Erabakiak hartu behar direnean, pertsona batzuk ausartak izaten dira, eta beste batzuk, berriz, ez hainbeste. Zenbait pertsonak muga batzuen barruan hartzen dituzte arriskuak, eta, beste batzuk, berriz, gai dira laguntzarik gabe aurrera egiteko. Arrisku handiegiak hartuz gero, ondorioak latzak izan daitezke. Arriskua muturrera eramateak perilaren eremura garamatza, eta eremu horretan inor ez da bere erabakien jabe.

Espazioaren ziurgabetasunak erabakiak hartzea eskatzen digu etengabe. Arrisku egoerek burmuin linbikoaren “argi gorria” pizten dute, eta, bide pedagogikoa jorratuz gero, gure emozioak interpretatzen eta kontrolatzen lagundu diezagukete egoerok.



6.- Osasuna bere osotasunean ulertzea eta lantzea, eta osotasun horrek dituen ezaugarriak (fisiologikoak, biologikoak, bioenergetikoak, emozionalak, psikologikoak, higienekoak, dietetikoak, eta abarrekoak) ezagutzea, bizitza orekatua izateko.

Osasuna osotasunetik dator. Osotasun hori urratzen bada, osotasun horrek ez dio orekari eusten. Gure gizarteak, askotan, aurreiritzietan oinarrituriko kontzeptuen bidez osatzen du osasunaren irudi idealala. Gure gizarteak irudi fisiko idealaren patroia, elikadura azkarra eta hiperaktibitatea lehenesten ditu, besteak beste; eta osasunaren ikuspegi horrek goitik behera baldintzatzen du gure osasuna. Jokabide motorrak bere baitan bildu behar du osasunaren osotasuna.

7.- Gaitasun eta trebetasun fisikoak jokabide motorraren lagungarri izatea, halaber, gaitasun eta trebetasun horiek haur eta gazteen bilakaera ebolutiboarekin batera garatzea eta susper-tzea, soinaren plastizitateak pertsonaren natura primarioarekin bat egin dezan.

Pertsonak, berez, prozesu ebolutibo bati jarraituz hezten dira. Prozesu ebolutibo hori mugatua da, eta lotura zuzenak ditu pertsonen barne ezaugarriekin eta ingurunearen ezaugarriekin. Prozesu horretan mutaziorik gertatzen ez bada, pertsonak beren natura primarioarekin bat egiten dutela esango dugu. Ildo horretatik, psikomotrizitatea eta soziomotrizitatea oinarritzko baldintzak dira pertsonak bere natura primarioarekin bat egin dezaten, eta pertsonen gaitasunak eta trebetasunak garatzea funtsezkoa da bizitzaren ibilbidean hausturik gerta ez dadin. Kirolaren ikuspegitik, gaitasunak eta trebetasunak kirolaren zerbitzura jartzen dira. Gure planteamendua bestelakoa da: jolas eta jokoek pertsonen gaitasunak eta trebetasunak lantzeko aukera eman behar dute.

6.3.- IKASKUNTZA EDUKIAK

“Soin Heziketa” deitu dugun ikas arloari dagokionez, ez dago adostasunik ez ikas arloaren izenari buruz (Gorputz Hezkuntza, Hezkuntza Fisikoa, Kirol Hezkuntza...), ezta hura osatzen duten eduki blokeei buruz ere. “Soin Heziketa” kontzeptuak bi ezaugarri nagusi ditu; batetik, gorputza, hau da, pertsonaren osotasunaren zati bat (giharrak, hezurdura...); eta, bestetik, mugimendua. Guri dagokigunez, praxiologia motorraren bideari heldu diogu, eta ekintza motorra da gure ikuspegiaren oinarria. Praxiologia motorrak, hezkuntza arloan, zenbait baliabide ematen dizkigu geure buruarekin eta gure inguru sozial, kultural zein fisikoarekin harmonian bizitzeko.

Ildo horri jarraituz, eduki bloke hauek proposatzen ditugu:

1.- Nork bere buruaren ezagutza



- 2.- Nork bere buruaren kontrola
- 3.- Komunikazio motorra
- 4.- Osasuna
- 5.- Etnomotrizitatea
- 6.- Ludikotasuna

6.3.1.- Jarrerazko edukiak

1. **Asertibitatea:** iritziak, asmoak, sentimenduak eta emozioak adieraztea eta entzutea.
2. **Errespetua:** beste pertsona batzuen presentzia eta horien jarrerak eta emozioak errespetatzea. Taldearen kohesioa errespetatzea. Ingurune fisikoa eta kulturala errespetatzea.
3. **Kritikotasuna:** egoerak aztertzeke eta jarduerak aurrera eramateko, horien zergatiak eta esanahi eta aldagai guztiak ulertzen ahalegintzea.
4. **Ardura:** arduratsua izatea materialarekin eta gainerako kideekiko harremanarekin, eta egin beharreko jarduerak arduraz egitea.
5. **Partehartzea:** jardueretan parte hartzeke behar den dinamismoa erakustea.
6. **Erabakia:** arriskuen tamaina nolakoa den jakitea, eta horien araberrako erabaki ahalmena izatea.
7. **Sormena:** arazo baten aurrean, irtenbide berriak bilatzen saiatzea.
8. **Autonomia:** nork bere buruan konfiantza izanda, egoera ezberdinetan nork bere iritzia, taktika eta estrategia izatea.
9. **Nork bere buruaren kontrola:** kanpoko zein barne estimuluaren aurrean, emozioak orekaz kudeatzen saiatzea.
10. **Sentsibiltatea:** norberaren eta gainerako pertsonen emozioekiko sentsibiltatea erakustea. Ingurune fisikoarekiko eta kulturalarekiko sentsibiltatea erakustea.
11. **Ahalegina:** ezagutzeko eta esperimintatzeko etengabeko jakin-mina erakustea.

6.3.2.- Kontzeptuzko eta prozedurazko edukiak:

1. NORK BERE BURUAREN EZAGUTZA

Kontzeptuzko edukiak

1. **Sentipenak ezagutzea:** haserrea, agresibitatea, tristura, beldurra, poztasuna, alaitasuna, maitasuna, gorrotoa, harridura, mespretxua, lotsa.
 - Sentipen kategoriak: depresiboak eta pizgarriak.
 - Mekanismo fisiologikoa:bihotz taupaden azkartasuna, arnas erritmoaren azkartasuna, sistema hormonalaren aktibazioa
2. **Soina:**
 - Soin eskema
 - Lateralitatea eta lateralizazioa
 - Koordinazioa
3. **Soina eta sentipena:**
 - Arnas aparatua
 - Bihotza eta odolaren zirkulazioa
 - Sistema hormonala
 - Bihar sistema

Prozedurazko edukiak

1. Soin eskema
 - Egoera estatiko batean, beste pertsona baten posizioari begiratzeko arauak
 - Egoera dinamiko batean, beste pertsona baten mugimenduei begiratzeko arauak.
 - Besteen zein norberaren eskema behatzeko teknikak.
 - Soinaren atalak deskribatzeko protokoloa
2. Lateralitatea eta lateralizazioa
 - Eskuak/besoak era lateralizatuan erabiltzeko jarraibideak
 - Begiak era lateralizatuan erabiltzeko jarraibideak
 - Oinak/hankak era lateralizatuan erabiltzeko jarraibideak
 - Soinaren bira era lateralizatuan egiteko jarraibideak
 - Lateralitatearen osagai guztiak era koordinatuan erabiltzeko teknikak
 - Nola eskuratu lateralizazio teknikak
3. Koordinazioa
 - Koordinazio eskatzen duten mugimendu konplexuak egiteko aholkuak



1. NORK BERE BURUAREN EZAGUTZA

Kontzeptuzko edukiak	Prozedurazko edukiak
	4. Oinarrizko sentipenak <ul style="list-style-type: none"> - Oinarrizko sentipenak sailkatzeko irizpideak - Sentipen bakoitzak dituen ondorio motorrak behatzeko eta sailkatzeko arauak - Neurri gabeko sentipenak behatzeko teknikak

2. NORK BERE BURUAREN KONTROLA

Kontzeptuzko edukiak	Prozedurazko edukiak
1. Sentipenak eta erregulazioa <ul style="list-style-type: none"> - Erregulazioa barrura begira <ul style="list-style-type: none"> • Arnas aparatua funtzioak: burmuina oxigenatzea, giharrak oxigenatzea, prozesu metaboliko aerobioa • Arnas aparatua eraginak: esfortzu aerobioa, giharren tonusa, hormonon erregulazioa, ongi izatearen sententzia - Erregulazioa kanpora begira <ul style="list-style-type: none"> • Gihar sistemaren aldaketak: • Tonus posturala 	1. Sentipenekin lotuta dauden aldaketa fisiologikoak konparatzeko eskema 2. Sentipenak aldaketa fisiologikoen bidez erregulatzeko eta behatzeko jarraibideak <ul style="list-style-type: none"> - Behaketa introspektiborako (barnera begira) jarraibideak. <ul style="list-style-type: none"> • Arnasketa • Odolaren zirkulazioa eta bihotzaren taupadak • Sistema hormonal - Behaketa extrospektiborako (kanpora begira) jarraibideak. <ul style="list-style-type: none"> • Giharren tonusa • Posturaren behaketa

3. KOMUNIKAZIO MOTORRA

Kontzeptuzko edukiak	Prozedurazko edukiak
1. Komunikazio motorren ezaugarriak <ul style="list-style-type: none"> - Praxema - Gestema - Proxemika 2. Irakurketa motorra <ul style="list-style-type: none"> - Posturen irakurketa: <ul style="list-style-type: none"> • Ekintzarekin lotuta dauden postura estatikoak • Ekintzarekin lotuta dauden postura dinamikoak - Sentipenen irakurketa <ul style="list-style-type: none"> • Oinarrizko emozioekin lotutako posturak 3. Adierazpen motorra <ul style="list-style-type: none"> - Adierazpen posturala - Sentipenen adierazpena 	1. Komunikazio motorra ulertzeko jarraibideak <ul style="list-style-type: none"> - Praxema irakurtzeko teknikak - Praxemak ezkutatzeko (gestema) teknikak - Ingurune fisiko irakurtzeko teknikak (proxemika) 2. Komunikazio motorra adierazteko jarraibideak <ul style="list-style-type: none"> - Praxemak adierazteko teknikak - Praxemak ezkutatzeko (gestema) teknikak 3. Gihar tonusa eta sentipenak adierazteko jarraibideak <ul style="list-style-type: none"> - Soinaren posturak behatzeko eta interpretatzeko teknikak

4. OSASUNA

Kontzeptuzko edukiak	Prozedurazko edukiak
1. Testuinguru integrala <ul style="list-style-type: none"> - Gorputzaren sistema - Gorputzaren osotasuna - Gorputzaren zikloak - Gorputzaren oreka 2. Testuinguru anitza <ul style="list-style-type: none"> - Gorputzaren beharrak 	1. Egunero gure osasunak duen bilakaera behatzeko protokoloa 2. Gure gorputzak egunaren zehar dituen beharrak deskribatzeko protokoloa. 3. Osasuna bere zikloi erreparatuz konparatzeko jarraibideak <ul style="list-style-type: none"> - Egunak



4. OSASUNA

Kontzeptuzko edukiak	Prozedurazko edukiak
<ul style="list-style-type: none"> - Gorputza makina (hezurdura, giharrak ...) - Gorputz konbustioa (sistema energetikoa, elikadura, dietetika) - Gorputza eta ariketa fisikoa - Gorputza, emozioak eta sentipenak 	<ul style="list-style-type: none"> - Ilargiaren zikloak - Urtaroak - Pertsonen aroak <li style="padding-left: 20px;">Bizitza osoa 4. Osasun orekatua zer den interpretatzeko eta zehazteko jarraibideak 5. Norbere osasuna ebaluatzeke jarraibideak

5. ETNOMOTRIZITATEA

Kontzeptuzko edukiak	Prozedurazko edukiak
<p>1. Jolas eta joko tradizionalak</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sare sinbolikoak <ul style="list-style-type: none"> • Denbora • Espazioa • Gainerako pertsonak • Objektua <p>2. Euskal jolas eta joko tradizionalaren ezaugarriak</p> <ul style="list-style-type: none"> - Euskal Soin Jarduerak <ul style="list-style-type: none"> • Jolas eta joko kognitiboak • Jolas eta joko motorrak • Jolas eta joko mistoak 	<p>1. Jolas eta jokoak ondare kulturala dela ulertzeko eta behatzeko protokoloa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kulturaren adierazpen ludikoak sailkatzeke irizpideak. - Kulturen artean adierazpen horrek dituen ezberdintasunak konparatzeko jarraibideak. <p>2. Jokabide motorra eta horri dagozkion sare sinbolikoak ulertzeko eta deskribatzeko jarraibideak</p>

6. LUDIKOTASUNA

Kontzeptuzko edukiak	Prozedurazko edukiak
<p>1. Ludikotasun kontzeptua</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ludikotasunaren eraginpeko arloak <ul style="list-style-type: none"> • Fisiologikoa • Emozionala • Soziala - Ludikotasunaren ondorioak <ul style="list-style-type: none"> • Fisiologikoak • Emozionalak • Sozialak <p>2. Jolas eta jokoen barne eta kanpoko logika</p> <ul style="list-style-type: none"> - Barne logika <ul style="list-style-type: none"> • Ezaugarriak: arauak, etab. • Helburuak: jolas librea joko arautua bihurtzea (ondoren, instituzionalizatua edo kirola) • Jokoa arautzea • Eragina: norberaren inpulsoak normetara moldatzea • Egitura: kultura-gizartea, eskola, herriko taldeak, kirol taldeak edo federazioak... - Kanpo logika <ul style="list-style-type: none"> • Ezaugarriak: jolasei eta jokoari eragin eta arauekin zerikusirik ez duen guztia • Helburuak: gizarte eta kultura batean integratzea • Eragina: jokabide motorrean • Egitura: eragile sozialak, gizartea eta kultura 	<p>1. Jolas eta jokoek pertsonengan duten eragina behatzeko eta sailkatzeke jarraibideak</p> <p>2. Jolas eta jokoek taldeengan duten eragina behatzeko eta sailkatzeke jarraibideak</p> <p>3.- Komunikazioan ludikotasuna erabiltzeke teknikak</p>



ERANSKINA

Soin jardueren sailkapen orientagarria

Sarrera: aipamen garrantzitsua

Sailkapenak egitea arriskutsua izan daiteke. Izan ere, sailkapen batek helburu jakin bati erantzuten dio. Hemen egingo dugun sailkapenak jardueri erantzuten die, eta ez jarduera horiekin landu eta lortu nahi diren helburuei. Esaterako, txingak leku batetik bestera garraiatzeak ez du zentzu handirik ikuspuntu hezitzailetik; alabaina, jarduera hori testuinguru kultural batean txertatzen bada, beste esanahi pedagogiko bat har dezake.

Horrekin batera, jarduera guztietan landu behar da alderdi emozionala.

Horrelako sailkapen batean ez da inon azaltzen adimen emozionala nola landuko den; horregatik, jarduera batek duen ziurgabetasunari erreparatuta -bai ziurgabetasun soziomotorra, bai psikomotorra, bai bestelakoa-, jarduera aberatsagoa edo pobreaagoa izango da adimen emozionala lantzeko, hainbat ezaugarrien arabera.

Garrantzia handia ematen diogu sarrera honetan adierazitakoari, eta, ildo horretatik, hau esan nahi dugu, amaitzeko: zerrendan adierazitakoa ezinbestez lotu behar da Soin Heziketa arlorako proposatzen ditugun eduki multzoekin.

Euskal Soin Jarduerak

Ondorengo sailkapenaren bitartez, Euskal Soin Jarduerekin lotura duten ekintzak azaltzen ditugu.

Sailkapen honen asmoa ez da, besterik gabe, zerrenda batea, konbinazioak egiteko aukera emango duen tresna izatea baizik. Horrenbestez, ekintzak 5 ezaugarri hauen arabera aztertu ditugu:

- Soziomotrizitatea
- Psikomotrizitatea
- Ziurgabetasuna
- Kidea
- Aurkaria

Horrela, curriculumak era koherente eta orekatuan osatuko dituzte irakasleak, eta beti egongo da bermatuta ikuspuntu pedagogikoa.

Nazioarteko eta beste kulturetako jolasak eta jokoak

Soin Heziketa arloko curriculumak zehaztean, garrantzia handia eman behar zaie kanpoko jolasei eta jokoei ere. Kanpoko jolas eta jokoak bi ataletan banatu ditugu: batetik, beste herri batzuen kulturetako jolasak eta jokoak; eta, bestetik, munduan zabaldua dauden hainbat jarduerari erreparatuz, jarduera horiek (futbola, saskibaloia, errugbia, hockeya, waterpolo, etab.) trebetasunak lantzeko ematen dizkiguten aukerak.

Multzoak	Atalak	Jarduerak	Ekintzak	S	P	Z	K	A ²		
1	1	Espazioaren antolaketa	1 Ikusmena	1 Orientazio lasterketa	x	x	x	x	X	
			2 Entzumena	2 Artzain zakur jokoak	x		x	x	X	
	2	Dimentsio kognitiboa	3 Mahai jolas / jokoak	3 Musa	x			x	X	
			4 Hitz jolasak	4 Bertsolaritza / Asmakizunak		X		x	X	
2	3	Ekintzak	5 Tira	5 Sokatira	x			x	X	
				6 Giza proba	x			x	X	
				7 Arraun	x	x	x	/	X	
				8 Lasto altxa	x				X	
				9 Trontza		x		x	X	
			6	Korri	10 Zaku proba	x			x	X
					11 Orientazio lasterketa	x	x	x	x	x
					12 Lokotxak		x		x	X
			7	Jauzi	13 Zaku lasterketa		x			X
					14 Saltari makila		x			X
					15 Salto luzea		x			X
			8	Altxa	16 Txingak		x			X
					17 Harria jaso		X			x
					18 Belar jaurtiketa		x			X
					19 Ingudea		x			X
					20 Orga jokoak		x			X
			9	Jaurti	21 Palanka		x			X
					22 Boloak		x			X
					23 Toka		x			X
					24 Pilota	x			/	x
10	Bultza	25 Aizkora	x	x	/	x	X			
		26 Sega	x	x	/	x	X			
11	Zintzilika / Oreka	27 Laia lasterketa		x			X			
		28 Kukaina (horizont., bertik.)		X						
		29 Eskalada	x	x	x	X				
3	4	Adierazpena eta komunikazioa	12 Jolas eta jokoak erritmoa erabiliz	30 Biribilketak Saint Petite dantza ...	x			X		

² S = Soziomotrizita, P = Psikomotrizita, Z = Ziurgabetasuna, K = Kidea, A = Aurkakoa



6.4.- KOMPETENTZIA ESPEZIFIKOAK

Kompetentzia espezifikoak	Kompetentzia orokorrak							Eduki multzoak						Garran. (1-2-3)*
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	
1 Oinarrizko sentipenak* identifikatzea, eta sentipen horien mekanismoa nolakoa den bizitzea eta beste pertsona batzuei adierazten jakitea. *: haserrea, agresibitatea, tristura, beldurra, poztasuna, alaitasuna, maitasuna, gorrotoa, harridura, mespretxua, lotsa.	X							X		X				1
2 Oinarrizko sentipenak fisiologikoki sorrarazten dituzten aldaketak ezagutzea, eta, sintoma horien arabera, hautematen diren emozioak errespetatzea eta horien adierazpenak kontrolatzea.	X							X	X	X				1
3 Soinaren tonusa neurtzen jakitea, eta egin beharreko ekintzarako tonus egokiena aukeratzea.	X	X						X		X				1
4 Tonus jakin bat izateak komunikaziorako duen garrantziak jabetzea eta tonus hori lortzea.	X	X						X	X	X				1
5 Jolas eta jokoak adierazle sinbolikoak dituztela aztertzea, eta horiek komunikaziorako duten balioaren transferentzia egitea bizitza arruntera.		X	X	X						X			X	2
6 Erabakiak hartzeko, erabakiaren prozesu osoa (egoera eta balizko erantzunaren aldagaiak aztertzea, emaitza aurreikustea, aukera guztien artean bat hautatzea eta ekitea) ezagutzea eta tenpo bat baino gehiagotan praktikan jartzea (berehala, lasaitasunez...).	X	X						X	X					1
7 Egoera ludiko guztietan erabiltzen dira gestemak eta praxemak. Egoera ludiko horietatik transferentziak egitea eguneroko bizitzara; hau da, bestearen postura, portaera zein jarrera interpretatzea eta, interpretazio horren arabera, erabaki bat hartzea.		X		X						X				1
8 Euskal kulturaren esparru ludikoak duen presentzia ezagutzea, eta umorea lantzea eta erabiltzea pertsonen arteko komunikazio bide izateko.		X	X	X								X	X	2
9 Euskal Herriko bazterrek ematen dituzten aukerak erabiltzea, eta horietan egin daitezkeen jardueren bitartez, trebetasunak esperimendatzea eta lantzea.					X		X				X	X		2
10 Euskal tradizio ludikoa (dantza, inauteriak, jokoak...) ezagutzea eta interpretatzea.			X	X								X	X	1
11 Munduko tradizio ludikoak ezagutzea eta interpretatzea.			X	X								X	X	3
12 Gure gizartean osasunari buruz dagoen ikuspuntua era kritiko eta autonomoan aztertzea.						X					X			1
13 Osasuna euskararen eta euskal kulturaren ikuspuntutik ikertzea eta adieraztea.			X			X					X	X		2
14 Osasunaren ezaugarriak adieraztea eta horiek garrantziaren arabera sailkatzea.						X					X			1
15 Osasun orekatua izateko, osasunaren ezaugarriak nola uztartu behar diren ikertzea eta barneratzea.						X					X			2
16 Gaitasun eta trebetasun fisikoak zerrendatzea eta horien ezaugarri fisiologikoak azaltzea.							X				X			3
17 Hainbat ekintza jokoren bitartez, gaitasun eta trebetasun fisikoak esperimendatzea eta lantzea.				X			X				X		X	1

* 1 = Guztiz garrantzitsua; 2 = Oso garrantzitsua; 3 = Garrantzitsua.



6.5.- EBALUAZIO IRIZPIDEAK

Kompetentzia espezifikoak	Ebaluazio irizpideak
<p>1 Oinarrizko sentipenak* identifikatzea, eta sentipen horien mekanismoa nolako den bizitzea eta beste pertsona batzuei adierazten jakitea.</p> <p>*: haserrea, agresibitatea, tristura, beldurra, poztasuna, alaitasuna, maitasuna, gorrotoa, harridura, mespretxua, lotsa.</p>	<p>1.1. Gaiari arreta jartzen dio eta errespetuz jarraitzen du.</p> <p>1.2. Gai da sentipenak hitzen bitartez adierazteko.</p> <p>1.3. Sentipenak nolakoak diren beste kide bati adierazten (praxema) eta azaltzen daki (hitzez).</p> <p>1.4. Badaki jolasetan eta jokoetan bizitzen diren sentipen aldaketak eta emozioak berak behatzen eta izendatzen (espazioaren ziurgabetasuna erabiliz).</p>
<p>2 Oinarrizko sentipenak fisiologikoki sorrarazten dituzten aldaketak ezagutzea, eta, sintoma horien arabera, hautematen diren emozioak errespetatzea eta horien adierazpenak kontrolatzea.</p>	<p>2.1. Gai da, eskema baten bitartez, sentipen bakoitzak fisiologikoki duen eragina adierazteko.</p> <p>2.2. Badaki bizitako sentipen kontrolaezinak era zehatzean azaltzen.</p> <p>2.3. Sentipenak kontrolatzeko hartu beharreko neurri fisiologikoko zerrendatzen eta azaltzen ditu.</p> <p>2.4. Taldeko eta espazioaren ziurgabetasuna erabiltzea eskatzen duten jolas eta jokoetan, sentipenen aldaketez jabetzen dela erakustez gain, horien aldaketak kontrolatzen dituela erakusten du.</p>
<p>3 Soinaren tonusa neurtzen jakitea, eta egin beharreko ekintzarako tonus egokiena aukeratzea.</p>	<p>3.1. Badaki zer den tonusa eta adierazteko gai da.</p> <p>3.2. Tonus bat baino gehiago esperimintatu ondoren, egoera emozionalekin lotzen ditu.</p> <p>3.3. Zenbait ekintza motor egiten ditu, tonusa aztertzeke.</p> <p>3.4. Ekintza bakoitzak eskatzen duen tonusa aukeratzen du.</p> <p>3.5. Jolasek eta jokoek eskatutako ekintzak egiteko behar diren tonusak hartzen ditu.</p>
<p>4 Tonus jakin bat izateak komunikaziorako duen garrantziaz jabetzea eta tonus hori lortzea.</p>	<p>4.1. Komunikazioan praxemek eragiten duten tonusa eta horiek irakurri ondoren izan beharreko jarrera hartzen du.</p> <p>4.2. Emozioen eta tonusen arabera gerta daitezkeen komunikazio egoerak zerrendatzen eta sailkatzen ditu.</p> <p>4.3. Zerrendatutako eta sailkatutako komunikazio motak errepresentatzen ditu.</p>
<p>5 Jolas eta jokoak adierazle sinbolikoak dituztela aztertzea, eta horiek komunikaziorako duten balioaren transferentzia egitea bizitza arruntera.</p>	<p>5.1. Jolas eta joko tradizionalak duten sare sinbolikoa sailkatu ondoren, zuzenean lotzen ditu Euskal Herrian ditugun jolas eta jokoekin.</p> <p>5.2. Badaki komunikazioa hiru aldagai hauen arabera aztertzen joko eta jolasetan: bakarka/kidearekin, aurkariarekin/gabe, ziurgabetasunarekin/gabe.</p>
<p>6 Erabakiak hartzeko, erabakiaren prozesu osoa (egoera eta balizko erantzunaren aldagaiak aztertzea, emaitza aurreikustea, aukera guztien artean bat hautatzea eta ekitea) ezagutzea eta tempo bat baino gehiagotan praktikan jartzea (berehala, lasaitasunez...).</p>	<p>6.1. Mugimendu sinpletik konplexura, mugimendu baten azalpen osoa eman ostean (jauzi bat, oreka mugimendua, dantza pauso bat...) erabakitze prozesua martxan jarri eta mugimendua egiten du.</p> <p>6.2. Ariketak eta arazoak konpondu eta ebazten ditu, egoera ezezagunetan (memoriaren erreperitorioan gordeta ez daudenetan); alegia, espazio ez egonkorra, ez formala eta ez estandarizatueta.</p> <p>6.3. Eskema baten bidez azaltzen du taldean sortutako arazoei irtenbidea emateko egin beharreko bidea.</p>
<p>7 Egoera ludiko guztietan erabiltzen dira gestemak eta praxemak. Egoera ludiko horietatik transferentziak egitea eguneroko bizitzara; hau da, bestearen postura, portaera zein jarrera interpretatzea eta, interpretazio horren arabera, erabaki bat hartzea.</p>	<p>7.1. Jolas eta jokoetan, ulertzen rol praxiomotorraren kontzeptua, eta badaki jolas eta jokoetan izaten diren rol aldaketak behatzen eta zerrendatzen.</p> <p>7.2. Rol proximotor ezberdinetako praxemak sailkatzen eta interpretatzen ditu.</p> <p>7.3. Badaki gestemak erabiltzen, jolas edo jokoek eskatutako taktikaren arabera eta horietara egokitzen ditu ekintza erabakiak.</p> <p>7.4. Gestemaren eta praxemaren arteko ezberdintasunak eta loturak azaltzen ditu, zerrenda konparatiboak erabiliz.</p> <p>7.5. Antzezlanen bidez, praktikan jartzen ditu eguneroko bizitzako gestemak eta praxemak.</p>



Konpetentzia espezifikoak	Ebaluazio irizpideak
8 Euskal kulturaren esparru ludikoak duen presentzia ezagutzea, eta umorea lantzea eta erabiltzea pertsonen arteko komunikazio bide izateko.	<p>8.1. Badaki euskal kulturari dagozkion egoera ludikoak zerrendatzen eta horien jatorria azaltzen eta kokatzen.</p> <p>8.2. Umorearen nondik norakoak aztertzen ditu bertsolaritzan, antzerkian, dantzan eta beste arlo batzuetan; eta, arlo horietakoren bat aukeratuta, beste pertsona batzuen aurrean erabiltzen du umorea.</p>
9 Euskal Herriko bazterrek ematen dituzten aukerak erabiltzea, eta horietan egin daitezkeen jardueren bitartez, trebetasunak esperimintatzea eta lantzea.	<p>9.1. Zenbait leku/espazio egoera ludiko motorren bitartez ezagutu ondoren, badaki horiek Euskal Herriko mapan kokatzen.</p> <p>9.2. Behar bezala bereganatzen ditu leku/espazioek eskatutako trebetasunak</p> <p>9.3. Naturaren ziurgabetasuna onartzen du.</p>
10 Euskal tradizio ludikoa (dantza, inauteriak, jokoak...) ezagutzea eta interpretatzea.	<p>10.1. Garaian garaiko euskal tradizio ludikoak ezagutzen ditu, eta badaki zer ezaugarri izan behar diren horietan parte hartzeko</p> <p>10.2. Tokian tokiko euskal tradizio ludikoetan parte hartzen du, eta badaki horiek Euskal Herriko mapan eta urteko egutegian kokatzen.</p> <p>10.3. Euskal tradizio ludikoaren ezaugarriak interpretatzen eta balioesten ditu.</p>
11 Munduko tradizio ludikoak ezagutzea eta interpretatzea.	<p>11.1. Europako eta munduko beste herrietako tradizio ludikoak ezagutzen ditu eta badaki horiek praktikan jartzen.</p> <p>11.2. Munduko gainerako herrietako tradizio ludikoak balioesten eta interpretatzen ditu.</p>
12 Gure gizartean osasunari buruz dagoen ikuspuntua era kritiko eta autonomoan aztertzea.	<p>12.1. Osasunaren esanahi kontzeptuala azaltzen daki.</p> <p>12.2. Munduan zehar (gure gizartean barne) dauden osasun desorekak sailkatu ondoren, horien ondorio nagusiak azpimarratzen ditu.</p> <p>12.3. Identifikatzen ditu pertsonak izan behar dituzten ezaugarriak osasun orekatua izateko. Jarrera ez osasuntsuak ere identifikatzen ditu.</p>
13 Osasuna euskararen eta euskal kulturaren ikuspuntutik ikertzea eta adieraztea.	<p>13.1. Osasunaren inguruan Euskal Herrian dagoen tradizioa azaltzen daki.</p> <p>13.2. Gure gizartean eta kultura osasuna era orekatuan garatzeko behar diren baliabideak zerrendatzen daki.</p>
14 Osasunaren ezaugarriak adieraztea eta horiek garrantziaren arabera sailkatzea.	<p>14.1. Osasunari buruzko lan analitikoak egiteko interesa nabari zaio.</p> <p>14.2. Osasunaren ezaugarriak azaltzen daki.</p> <p>14.3. Badaki osasunaren azpimultzoak mapa kontzeptual batean adierazten.</p> <p>14.4. Azpimultzo bakoitzaren ezaugarriak ulertu eta barneratu ditu.</p> <p>14.5. Ikaslea gai da bere osasun ohiturak zerrendatzeko eta horien irakurketa kritikoa egiteko.</p>
15 Osasun orekatua izateko, osasunaren ezaugarriak nola uztartu behar diren ikertzea eta barneratzea.	<p>15.1. Badaki ezaugarri horien artean egin beharreko loturak eta lortu beharreko orekak adierazten.</p>
16 Gaitasun eta trebetasun fisikoak zerrendatzea eta horien ezaugarri fisiologikoak azaltzea.	<p>16.1. Indarra, abiadura, erresistentzia eta abar erabiltzen ditu, eta horien oinarri fisiologikoak ezagutzen ditu.</p> <p>16.2. Trebetasunak (jauzi egitea, jaurtitzea, jasotzea, bultzatzea, etab.) jolas eta jokoen bitartez garatzeko ohitura hartu du.</p>
17 Hainbat ekintza jokoren bitartez, gaitasun eta trebetasun fisikoak esperimintatzea eta lantzea.	<p>17.1. Esperimintazioari lehentasuna ematen dio, eta bere gaitasunak eta trebetasunak lantzeko balio duten hainbat jolas eta joko ezagutzen ditu.</p>