

GAIA: [Gorputz Hezkuntza](#).

ZIKLOA: [Lehen zikloa](#)

ZIRKUAN JARDUTEA	CURRICULUMENKO ELEMENTUAK
Zirkua eszenatoki ezin hobea da ilusioa, fantasia eta alaitasuna adierazteko. Gune motibatzailea da, eta leku egiten dio sorkuntzari. Zirkuan hainbat ikaskuntza batera daitezke: gorputz hezkuntza, adierazpena, gaitasunak zein trebetasunak, ezagutzak, jokabideak, balioak... Eta hori guztia ikuspegi globaletik egin dezakegu. Izatez, zirkua hasieratik izan da kultura-aberastasunaren iturri. Ohiko entretenimendua izan da, eta bilakaera handia izan du. Hori dela eta, abiapuntu egokia izan daiteke gaur egungo aisialdiaz disfrutatzeke moduak aztertzeke. Lan handia egin behar da zirku-emanaldi bat antolatzeke, eta ikasleekin batera eginen dugu; horrela, hasierako eta amaierako egitura, saioak eta agurra diseinatuko ditugu elkarrekin. Pertsonaiek ematen dituzten aukerei esker, prozesu didaktikoan hainbat zeregin baliatzen ahalko ditugu: malabaristak (pilotak), orekariak (objektuak erabiltzen dituztenak), akrobatikak, jauzilariak, piztien hezitzaileak, pailazoak (gorputz hezkuntza eta adierazpena) eta abar. Horrela, esanahia emanen zaie aukera pedagogikoei, eta horrek ikasleei lagunduko die berariazko gaitasun batzuk lortzen. Besteak beste, honako hauek: • mugimendu-gaitasuna: gorpuztasuna, adierazkortasuna eta motrizitatea; • estrategia kognitiboak, arazo errazak ebazteko. • aurkikuntza gidatuak, ikaskuntzari eta prozesu	FUNTSEZKO GAITASUNAK / DESKRIBATZAILEAK: HKK1, HKK5, STEM1, KPSII1, KPSII3, KPSII4, KPSII5, HK3, EK3, EKC1, EKC3, EKC4.
	BERARIAZKO GAITASUNAK: 1, 2, 3, 4.
	EBALUAZIO-IRIZPIDEAK: 1.1, 1.4, 2.1, 2.2, 3.1, 3.2, 3.3, 4.3.
	OINARRIZKO JAKINTZAK: A.1, A.2, A.3. B. C. C.1, C.2, C.4, C.5. D. E.



emantzipatzaileei esanahia emateko;

- lankidetzan aritzeko hasiera.

Zenbait saio edo antzezlan prestatu bitartean, ikasleak hasiko dira taldeko lana egiten eta elkarrekin ikasteko garrantzia ulertzen. Horrela, honako hauek lantzeko oinarria ezarriko da: trebetasun sozialak, emozioen kudeaketa (entzutea, onartzea, erabakitzea...), elkarri laguntzeko garrantzia, aukera berdinak, banakako eta taldeko erantzukizuna, parte-hartze inklusiboa... Proposamenak zeregin txikiak (eszenatokia, giroa, musika...) izanen dira, eta amaieran antzezlan bat prestatuko dute. Prozesuan aukera izanen dugu prestatu duguna besteei erakusteko, eta, aldi berean, ikus-entzuleak ere izanen gara. Modu egokia da, beraz, autoebaluazioa eta berdinen arteko ebaluazioa praktikatzen hasteko. Batetik, ikusi dugunaren aldeko informazioa emanen dugu, baina, bestetik, iritzi eraikitzailea ere partekatuko dugu, jarduerak hobetzen laguntzeko. Has dadila ikuskizuna!

GAIA: [Gorputz Hezkuntza](#).

ZIKLOA: [Bigarren zikloa](#)

FUTBOLEAN BEZALA!	CURRICULUMENKO ELEMENTUAK
Futbola kirol mediatikoa da, eta guztiok imajina ditzakegun gai sozialek eta ekonomikoek jokoaren berezko ezaugarriak baldintzatzen dituzte. Gure asmoa inbasio-joko horren muina berreskuratzea da, hainbat materialen bidez. Jokoaren egiturari eutsiko diogu, eta ikasteko aukerak proposatuko ditugu, lankidetzaz aurkaritza binomioan oinarritutako mugimendu-egoeren bidez. Planteamendu didaktikoaren ardatz nagusiak pilota handia (bijbol), pilota arina eta bote-pilota (colpball) izanen dira, baita disko hegalaria ere (ultimate). Dena den, material berriagoko beste joko batzuk ere badaude, eta erraz molda daitezke guneen, materialaren, jokalarikopuruaren eta gainerako eskakizunen arabera. Ikaskuntza-prozesuan manipulazio-trebetasunak eta -abileziak bereziki landuko ditugu. Izan ere, ikasleek gorputz-atal guztiak erabili beharko dituzte, besteak beste, oina erabili beharko dute, pilota jotzeko; pilotari heltzeko mugak ere menderatu beharko dituzte; eta espazioan orientatzeko eta muga mugikorra ulertzeko mugimendu-trebetasunak ere garatu beharko dituzte. Bestalde, defentsa eta eraso egiteko estrategiak ere egokiak dira	FUNTSEZKO GAITASUNAK / DESKRIBATZAILEAK: HKK1, HKK5, STEM1, KPSII1, KPSII3, KPSII4, KPSII5, HK2, HK3, EK3. BERARIAZKO GAITASUNAK: 1, 2, 3, 4. EBALUAZIO-IRIZPIDEAK: 1.3, 1.4, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3, 4.2. OINARRIZKO JAKINTZAK: A: A.1, A.2, A.3, B. C.: C.1, C.2, C.4. D. E.

kirolean hasteko joko horietan erabakiak hartzeko. Sortuko diren aukera eta aldagai anitzek prozesua aberastuko dute, honako alderdi hauek guztiak kontuan hartuta: espazioa, denbora, arauak eta alderdi teknikoak zein taktikoak.

Joko-arauak onartu beharra eta betetze-maila baliagarriak izanen dira, ikasleen jokabidea emozioen ikuspegitik lantzeko: gatazka-egoerak etengabeak izanen direlako, eta jokoan sortuko diren arazoak konpontzen lagundu beharko diegulako.

Horren harira, ikasgelako taldearen bizikidetza ere landuko dugu. Izan ere, askotan jokabide diskriminatzaileak ager daitezke, hainbat kontu direla eta: mugitzeko gaitasun-maila, mutilen eta nesken arteko norgehiagoka, gorputzari buruzko estereotipoak eta abar.

Gainera, ikasleek adin egokia dute kirolei buruzko iritzi kritikoa osatzeko, jokia hainbat ikuspuntutatik aztertzeko eta hainbat irizpide kontuan hartzeko, hala nola jokalaria, lagunak edota lehiakideak, arbitrajea, ikus-entzuleak edo jokoaren analistak. Ziur asko, aukera egonen da txapelketa bat antolatzeko, funtzio horiek guztiak bertan garatzeko eta ikasten jarraitzeko.

Txapelketa goizeko atsedenaldira egiten ahalko dute, eta ikasgelan landutakoa aisialdira eta dibertitzeko momentuetara ere eramanen dute.

GAIA: [Gorputz Hezkuntza](#).

ZIKLOA: [Hirugarren zikloa](#)

ENTRENAMENDU-PLANA (E)

Proposamenaren bidez, ikasleei azaldu nahi diegu zer den entrenamendu-saio bat, zertarako egiten den eta nola prestatzen den entrenamendu-plan bat. Beharrezkoa izanen da, beraz, haietako bakoitzak helburuak zehaztea eta prozesuaz arduratzea. Proposamena, berez, ekintza-proiektua da, baina ikasleek eraikiko dute euren ikaskuntza-prozesua; hortaz, oso garrantzitsua izanen da saio bakoitzeko hausnarketak eta bizipenak partekatzea. Bestela esanda, autoebaluazio-prozesua etengabea izanen da.

Planteamendu didaktikoaren oinarria banakako entrenamenduaren programazioa izanen da, eta abiapuntua diagnostiko-ebaluazioa izanen da (hasierako azterketa). Horren bidez, ikasle bakoitzaren ezaugarrien arabera moldatzen ahalko dugu plana, aurrerapen-maila ziurtatzeko.

Honako egitura hau proposatzen dugu: berotze-arietak, lasterketaren erritmoa ikastea eta barneratzea eta indarrak berreskuratzeari buruzko zatia. Horrela, ikasleek honako gaitasun hauek garatuko dituzte:

- Erregistroen gaineko kontrola egitea: distantzia, amaierako denbora, erritmoa, pultsazioak... Saio bakoitza amaitu eta gero, datu horiek aztertzen ahalko dituzte, eta beren gorputza hobeki ulertuko dute.
- Erritmo uniforme eta atsegina mantentzea, esfortzua eta

CURRICULUMENKO ELEMENTUAK

FUNTSEZKO GAITASUNAK / DESKRIBATZAILEAK:

[HKK1](#), [HKK5](#), [STEM1](#), [KPSII1](#), [KPSII3](#), [KPSII4](#), [KPSII5](#), [HK2](#), [HK3](#), [EK3](#).

BERARIAZKO GAITASUNAK:

[1](#), [2](#), [3](#).

EBALUAZIO-IRIZPIDEAK:

[1.3.](#), [1.4.](#), [2.1.](#), [2.2.](#), [2.](#), [3.1.](#), [3.3.](#), [3.2.](#), [3.3.](#), [4.2](#).

OINARRIZKO JAKINTZAK:

[A: A.1](#), [A.2](#), [A.3](#).

[B](#).

[C: C.1](#), [C.2](#), [C.4](#).

[D](#).

[E](#).

indarra orekatuta.

- Lasterketaren kontrolari eusteko teknika bat erabiltzeaz gain, honako elementu hauek ere beharrezkoak direla onartzea: kronometroa, jantzi eta oinetako egokiak, hidratazioa, indarrak berreskuratzeko denbora eta abar.
- Emaizak ulertzea eta onartzea, pertsona bakoitzaren ezaugarrien arabera.
- Lan autonomoa eta autoerregulazioa baloratzea, gainerako pertsonekin erritmo berean korrika egiteko bizi-pena izateaz gain.

Azkenik, ikasteko sekuentzia hori ezin hobea da banakako lana proposatzeko, eta ezagutzak eta bizi-penak bertan biltzeko. Lan hori galdera-sorta izan daiteke, galdera horietan honako hauek erakusteko:

- Gorputzaren egoera fisikoa eta entrenamendua hobeki ezagutzea eta ulertzea.
- Kirola egiteak gure gorputzean (organismoaren funtzionamendua, jantziak, elikadura, hidratazioa, kronometroa...) eta gure osasunean (onurak, arriskuak, ohitura osasungarriak eta ohitura kaltegarriak...) izaten dituen efektuak aztertzea.
- Gaur egungo gizartean jarduera fisikoak eta kirolak duten balorazioa eta iritzi kritikoa eraikitzea.