

## INGURUNE ARLOAREN URTEKO PROGRAMAZIO DIDAKTIKOA

### Urteko programazio didaktikoa

Ikastetxea:	Bentades Ikastetxea	Kodea:	014777	Ikasmaila:	6. maila
Etapas:	Lehen Hezkuntza	Ziklo-maila:	3. zikloa, Lehen Hezkuntzako 6. maila		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arloa/Gaia</li> <li>• Eremua</li> <li>• Diziplinarteko proiektua</li> <li>• Beste batzuk</li> </ul>	Heziketa Fisikoa	Irakasleak:	Ugaitz Orbe eta Iñigo Sarria		

### Programazio didaktikoaren justifikazioa

Programazioan garrantzitsuak diren erabakiak argudiatzea eta, horretarako, honako alderdi hauek kontuan hartzea: ikasleen abiapuntua, ikasgelaren testuingurua, ikastetxearen proiektuak, urteko memoriatik eratorritako hobekuntza proposamenak, etab.

#### Programazio didaktikoaren justifikazioa:

Urteko programazio didaktikoa irakaskuntzako jarduera profesionalaren parte da, eta irakaskuntza- eta ikaskuntza-prozesua hobetzearekin lotuta dago. Funtsean, ikasleen beharrak eta ezaugarriak balioesten dituen helburu bat da, garatu nahi diren konpetentziak aztertzen dituen. Ondorioz, ikasleek arrakasta izateko ahalik eta itxaropen handienak garatzeko irakasle talde batean hartzen diren erabakiak zehazten dituen.

Oinarrizko irakaskuntzaren amaierako Ikasleen irteera-profila da Euskadi Autonomia Erkidegoko hezkuntza-sistemaren printzipioak eta helburuak zehazten dituen tresna. Profilak identifikatu eta definitzen du, ikasleek beren prestakuntza-ibilbidearen aldi hori amaitzean lortu nahi dituzten funtsezko konpetentzien garapen-maila, etengabeko ikaskuntza-prozesuaren zati gisa.

Irteera-profilaren abiapuntua da konpetentzia giltzarrien ikuspegi estrukturala eta funtzionala aldi berean, eta hori eskuratzea

ezinbestekotzat jotzen da ikasleek beren garapen pertsonalerako, beren bizitzako esparruetako egoerak eta arazoak konpontzeko, hobetzeko aukera berriak sortzeko, bai eta haien sozializazioa garatzeko, prestakuntza-ibilbidearen jarraipena lortzeko eta gizartean eta ingurune naturalaren eta planetaren zaintzan aktiboki txertatzeko eta parte hartzeko ere. Proiektu hori ikaskuntza desberdinen elementu artikulatzailea da, eta, horri esker, zenbait erronkei aurre egin ahal izango die.

Oinarrizko irakaskuntza arrakastaz gainditzen duen ikasle orok, eta, beraz, irteera-profila lortzen duenak, eskuratutako ikaskuntzak mobilizatzen jakitea bermatu nahi da, bizitzan zehar izango dituen erronka nagusiei erantzuteko. Horren barruan sartzen dira:

- Jarrera arduratsua garatzea, ingurumenaren degradazioaren kontzientzia hartuz, hura eragiten, larriagotzen edo hobetzen duten arrazoien ezagutzan oinarrituta, ikuspegi sistemiko batetik, tokikoa zein globala.
- Kontsumo arduratsuarekin lotutako alderdiak identifikatzea, norberaren eta guztion ondasunean duten eragina baloratzea, beharrak eta gehiegikeriak kritikoki epaitzea eta kontsumitzaile gisa dituen eskubideen urraketan aurrean kontrol soziala egitea.
- Bizi-ohitura osasungarriak garatzea, organismoaren funtzionamendua ulertuta eta organismoan eragina duten barneko eta kanpoko faktoreei buruzko hausnarketa kritikoa eginda, osasun publikoa sustatzeko erantzukizun pertsonala bere gain hartuta.
- Sentsibiltatea lantzea ekitaterik eza eta bazterketa egoerak atzemateko, kausa konplexuak ulertuta, enpatia- eta erruki-sentimenduak garatzeko.
- Gatazkak gizarteko bizitzaren berezko elementu gisa ulertzea, modu baketsuan konpondu beharrekoak.
- Egungo gizarteak eskaintzen dituen era guztietako aukerak modu kritikoan aztertzea eta baliatzea, bereziki kultura digitalarenak, onurak eta arriskuak ebaluatuz eta bizi-kalitate pertsonala eta kolektiboa hobetzen lagunduko duen erabilera etiko eta arduratsua eginez.
- Ziurgabetasuna, erantzun sortzaileak artikulatzeko aukera gisa onartzea, berekin ekar dezakeen antsietatea maneiatzen ikasiz.
- Gizarte ireki eta aldakorretan lankidetzan aritzea eta elkarrekin bizitzea, aniztasun pertsonala eta kulturala aberastasun-iturri gisa baloratuz eta beste hizkuntza eta kultura batzuekiko interesa agertuz.
- Proiektu kolektibo baten parte sentitzea, bai tokiko eremuan, bai esparru globalean, enpatia eta eskuzabaltasuna garatuz eta guztion onerako erabaki koherenteak bultzatuz eta hartuz.

- Bizitzan zehar ikasten jarraitzeko aukera emango dioten trebetasunak garatzea, ezagutzan konfiantza izanik, garapenaren motor gisa, eta ezagutzaren arrisku eta onuren balorazio kritikoa eginez.

Erronka horiei eta beste batzuei erantzuteko, funtsezko konpetentzien azpian dauden ezagutzak, trebetasunak eta jarrerak behar dira, eta curriculumak osatzen duten arlo, eremu eta jakintzagai guztietan lantzen dira. Horiek eskaintzen dituzten curriculum-elementuek ikasleei beren inguruan gertatzen dena ulertzen laguntzen diete, eta, horrela, egoera kritikoki baloratzeko eta behar bezala erantzuteko aukera ematen diete.

Hemen aurkezten den curriculumak konpetentzia-ikuspegia du, eta bertan, erronkei aurre eginez eskuratzen dira edukiak, kontzeptuzkoak, prozedurazkoak eta jarrerazkoak. Horrek ikaskuntzak eskuratzea eta mobilizatzea eta horiek transferitzeko gaitasuna bultzatzen du, eta, horrela, ikasleen prestakuntza-bilakaeran heldutasun-maila eta kalitate handiagoko ikaskuntza garatzen da.

Hurrengoak dira eskuratu beharreko funtsezko konpetentziak:

- **Hizkuntza komunikaziorako konpetentzia:** Hizkuntza-komunikaziorako konpetentziak esan nahi du hainbat esparru eta testuingurutan modu koherente eta egokian elkarrekintzan jardutea, ahoz, idatziz, siglatuan edo multimodalean, eta hainbat komunikazio-helbururekin.
- **Konpetentzia eleaniztasuna:** Konpetentzia eleaniztunak hainbat hizkuntza, ahozkoak edo zeinuzkoak, ikasteko eta komunikatzeko modu egoki eta eraginkorrean erabiltzea eskatzen du.
- **Matematikarako konpetentzia eta zientzia, teknologia eta ingeniartzako konpetentzia:** Matematikarako konpetentziak eta zientzia, teknologia eta ingeniartzarako konpetentziak mundua ulertzea dakar berekin, metodo zientifikoak, pentsamendu eta irudikapen matematikoak, teknologia eta ingeniartzako metodoak erabiliz ingurunea modu konprometituan, arduratsuan eta jasangarrian eraldatzeko.
- **Konpetentzia digitala:** Konpetentzia digitalak teknologia digitalak modu seguruan, osasungarrian, jasangarrian, kritikoa eta arduratsuan erabiltzea eskatzen du, ikasteko, lanerako eta gizartean parte hartzeko, bai eta horiekin elkarreragitea ere.
- **Konpetentzia pertsonala, soziala eta ikasten ikastekoa:** Konpetentzia pertsonalak, sozialak eta ikasten ikastekoak berekin dakar nor bere buruari buruz hausnartzeko gaitasuna, nor bere burua ezagutzeko, bere burua onartzeko eta etengabeko hazkunde pertsonala sustatzeko.

- **Herritartasunerako kompetentzia:** Herritartasunerako kompetentzia lagungarria da ikasleek herritartasun arduratsua izan dezaten eta bizitza sozial eta zibikoan bete-betean parte har dezaten, kontzeptu eta egitura sozial, ekonomiko, juridiko eta politikoen ulermenean oinarrituta.
- **Ekintzaitza kompetentzia:** Ekintzaitzarako kompetentziak aukera eta ideiekin jarduteko bizi-ikuspegia garatzea eskatzen du, beste pertsona batzuentzako baliozko emaitzak sortzeko beharrezkoak diren ezagutza espezifikoak erabiliz.
- **Kontzientzia eta adierazpide kulturaletarako kompetentzia:** Kontzientzia eta kultura adierazpenetarako kompetentziak berekin dakar ideiak eta esanahia sormenez adierazteko eta kultura desberdinetan komunikatzeko modua ulertzea eta errespetatzea.

Justifikazio legala aldera batera utziz, eskolako testuinguruari buruz hitz egingo dugu. Bentades Ikastetxea Mungian kokatzen den eskola bat da, uribe kosta zonaldean. Eskola honetako familiak maila sozioekonomiko ertaina dute eta datu soziolinguistikoei dagokienez esan dezakegu nahiz eta Mungia herri euskalduna izan, gero eta etorkin gehiago daudela eta hau ikastetxean isladatzen da.

Ikastetxe honetan 700 ikasle inguru ditugu haurtzaindegitik hasi eta derrigorrezko bigarren hezkuntza bukatu arte. Maila bakoitzean bi lerro daude. Ikasketak D ereduan gauzatzen dira.

Ikastetxeko baliabide materialak hurrengoak dira Lehen Hezkuntzan. Ikasle talde bakoitzak bere gela dauka eta horrez gain, musika gela, plastika gela, liburutegia, jantokia eta areto nagusia ditugu. Solairu batetik bestera igotzeko behar izatekotan igogailu bat daukagu. Beste alde batetik, heziketa fisikoa egiteko patioaz gain, eskolako sotoa eskuragarri daukagu. Hura espazio oso handia eta estalia da. Normalean heziketa fisikorako erabiltzen da baina antzerkiak edo tailerrak egiteko ere erabilgarria izan daiteke.

Beste alde batetik, geletako baliabide materialak hurrengoak dira. Heziketa fisikoa egiteko bi espazio ditugu zentroan, batean frontoia, saskibaloiko eta futboleko kantzak ditugu eta bestean egurrezko zorua. Gainera udal frontoia ere eskuragarri daukagu. Heziketa fisikoa egiteko espazio bakoitzak bere aldagelak eta bere biltegia ditu. Biltegieta hainbat material dago eskuragarri (Hainbat motatako pelotak, freesbeak, sokak, konoak, uztailek, koltxonetak, zapiak, zankoak, petoak, etab.)

Baliabide pertsonalei dagokienez, Lehen Hezkuntzan 15 irakasle daude tutore eta irakasle espezifikoak gehituz. Beste alde batetik,

orientazio talde bat dugu eta bertan 6 espezialista daude. Horrez gain eskolako orientatzaile eta psikologoa dugu behar izatekotan. Irakasleak ez diren beste profesional batzuk ere lan egiten dute eskolan gure egunerokotasuna errazago izateko, adibidez: jantokiko langileak, eskolako atezainak, idazkariak, zuzendariak, eta abar.

Ikasle batzuen beharrezanean erantzuna emateko Berritzegunetik ere zenbait espezialista etortzen dira eskolara, adibidez: logopega, fisioterapeuta, eta abar.

Eskolan zenbait proiektuetan murgilduta gaude baina maila honetan ikasleek ez dute denetan parte hartzen. Hurrengoak dira:

- Agenda 30.
- Euskera eta normalkuntza
- Bizikidetzaz
- IKT eta metodologia berriak
- Hezkidetzaz

Pasaden kurtsoko urteko memorian argitaratu zen bezala, hurrengoak dira etapa moduan ikasturte honetara begira planteatu genituen hobekuntzak:

- Metodologiari dagokionez, berrikuntzak sartzen jarraitu nahi dugu eta hasitako hobekuntza bidearekin jarraituko da.
- Euskerarekin lotuta gabezia ugari identifikatu ditugu eta hauei erantzuteko metodologia aldaketa bat proposatu da. Kurtso honetan zehar, irakasleok sortuko dugu materiala ziklo bakoitzari egokituta. Era horretan, ikasleak modu dinamiko eta erakargarrian hizkuntza bereganatu dezaten.

Programazio honen kalitatea eta emaitza bermatzeko, helburu errealistak ezarri behar ditugu. Horretarako irakasgai hau ematen duten irakasleak batu dira eta haien ikasleen errealitateara moldatu.

Kurtso honetan, beste guztietan bezala bi lerro ditugu. Gela batean 26 ikasle daude eta bestean 25. Ikasle gehienak testuinguru euskaldun batean hasiak dira, atzerritar bi ditugu gela bien artean. Horietariko bat orain dela 5 urte hasi zen eskolan, beraz hizkuntzan zailtasunak eduki arren, oinarrizkoa menperatzen du. Beste ikasle atzerritarra pasaden kurtsoan etorri zen eta beraz,

oinarrizkoa oraindik ez du menperatzen.

Beste alde batetik, premia bereziko 7 ikasle ditugu gela bien artean banatuta. Hauek J.P.P.a (jarduera plan pertsonalizatua) dute eta moldaketak egiten zaizkie, bakoitzari bere beharrianetara. Hala ere, ikasle hauek orientazio departamentuko irakasleengatik ere laguntza jasotzen dute gela barnean, haien ikaskuntza prozesuan laguntzeko.

Gure helburua ikasleek era dinamiko batean oinarrizko jakintzak eta konpetentziak lantzea da pertsona arduratsu, autonomo, sortzaile eta kritikoak bihurtzeko. Bide hori jarraitu ahal izateko programazio hau haien beharrianetara moldatuta dago.

## Curriculum-plangintza

Ikaskuntza egoeren izenburua (IkE)	Arloak, gaiak, eremua	Konpetentzia espezifikoak 1. <a href="#">ERANKSINEAN daude azalduta</a>	Ebaluazio-irizpideak 2. <a href="#">ERANSKINEAN daude azalduta</a>	Oinarrizko ezagutzak 3. <a href="#">ERANSKINEAN daude azalduta</a>
LEHENENGO HIRUHILEKOA				
Atletismoa eta egoera fisikoa	Heziketa Fisikoa	<p style="text-align: center;"><b>1</b> HKK1, KE1, STEM5, KPSII1, KPSII2 eta KPSII4.</p> <hr/> <p style="text-align: center;"><b>2</b> KPSII1, KPSII4 eta KPSII5</p>	<p><b>1.1-1.2-1.3-1.4</b> <b>2.1-2.2</b></p>	<p><b>A. Egoera psikomotorrak</b></p> <p>A.1 A.2 A.5 A.6</p> <p><b>G. Heziketa fisikoaren zeharkako jakintzak</b></p> <p>G.1 G.2 G.3 G.4 G.5 G.6 G.8 G.9 G.10</p>
Erronka motor	Heziketa Fisikoa	<b>1</b>	<b>1.1-1.2-1.3-1.4</b>	<b>C.Kooperazioko egoera</b>

kooperatiboak		HKK1, KE1, STEM5, KPSII1, KPSII2 eta KPSII4.	4.1-4.2	<b>soziomotorrak</b>  C.1 C.2 C.3 C.4 C.6 C.7 C.8  <b>F. Arte- eta adierazpen-egoera motorrak</b>  F.3 F.6 F.8  <b>G. Heziketa fisikoaren zeharkako jakintzak</b>  G.1 G.2 G.3 G.4 G.5 G.6 G.8 G.9 G.10
---------------	--	---	---------	---

		<p><b>4</b> HKK5, KPSII1, KPSII3, KPSII4, KPSII5, HK2, HK3, EK3 eta KAKK1.</p>		
Saskibaloia	Heziketa Fisikoa	<p><b>1</b> HKK1, KE1, STEM5, KPSII1, KPSII2 eta KPSII4.</p>	<p><b>1.1-1.2-1.3-1.4</b> <b>5.1-5.2-5.3-5.4</b></p>	<p><b>A. Egoera psikomotorrak</b> A.1 A.2 A.5 A.6 <b>D. Oposizioko /</b> <b>Kolaborazioko egoera</b> <b>soziomotorrak</b> D.1 D.2 D.3 D.4 D.5 D.6 D.7 D.8  <b>G. Heziketa fisikoaren</b> <b>zeharkako jakintzak</b></p>
		<p><b>5</b> STEM1, KPSII1, KPSII3, KPSII4, KPSII5, HK2, HK3 eta KAKK1.</p>		

				G.1 G.2 G.3 G.4 G.5 G.6 G.8 G.9 G.10
BIGARREN HIRUHILEKOA				
Joko tradizionalak eta herri kirolak	Heziketa Fisikoa	<p style="text-align: center;"><b>1</b> HKK1, KE1, STEM5, KPSII1, KPSII2 eta KPSII4.</p> <hr/> <p style="text-align: center;"><b>3</b> KPSII1, KPSII3, KPSII5, HK3, KAKK1 eta KAKK3.</p>	<p style="text-align: center;">1.1-<b>1.2-1.3-1.4</b> <b>3.1-3.2</b></p>	<p><b>B. Oposiziozko egoera sozomotorrak</b> B.1 B.2 B.3</p> <p><b>D. Oposizioko / Kolaborazioko egoera sozomotorrak</b> D.1 D.2 D.3 D.4 D.5 D.6 D.7 D.8</p>

				<b>G. Heziketa fisikoaren zeharkako jakintzak</b>  G.1 G.2 G.3 G.4 G.5 G.6 G.8 G.9 G.10
Freesbee	Heziketa Fisikoa	<p style="text-align: center;"><b>1</b> HKK1, KE1, STEM5, KPSII1, KPSII2 eta KPSII4.</p> <hr/> <p style="text-align: center;"><b>5</b> STEM1, KPSII1, KPSII3, KPSII4, KPSII5, HK2, HK3 eta KAKK1.</p>	<p style="text-align: center;">1.1-<b>1.2-1.3</b>-1.4 <b>5.1-5.2-5.3-5.4</b></p>	<b>A. Egoera psikomotorrak</b> A.1 A.2 A.5 A.6 <b>D. Oposizioko / Kolaborazioko egoera soziomotorrak</b> D.1 D.2 D.3 D.4 D.5 D.6 D.7 D.8

				<p><b>G. Heziketa fisikoaren zeharkako jakintzak</b></p> <p>G.1 G.2 G.3 G.4 G.5 G.6 G.8 G.9 G.10</p>
Boleibola	Heziketa Fisikoa	<p><b>1</b> HKK1, KE1, STEM5, KPSII1, KPSII2 eta KPSII4.</p>	<p>1.1-<b>1.2</b>-<b>1.3</b>-1.4 <b>5.1-5.2-5.3-5.4</b></p>	<p><b>A. Egoera psikomotorrak</b> A.1 A.2 A.5 A.6</p> <p><b>D. Oposizioko / Kolaborazioko egoera sozomotorrak</b> D.1 D.2 D.3 D.4 D.5 D.6 D.7 D.8</p>
		<p><b>5</b> STEM1, KPSII1, KPSII3, KPSII4, KPSII5, HK2, HK3 eta KAKK1.</p>		

				<b>G. Heziketa fisikoaren zeharkako jakintzak</b>  G.1 G.2 G.3 G.4 G.5 G.6 G.8 G.9 G.10
HIRUGARREN HIRUHILEKOA				
Badminton	Heziketa Fisikoa	<b>1</b> HKK1, KE1, STEM5, KPSII1, KPSII2 eta KPSII4.	1.1- <b>1.2-1.3</b> -1.4 <b>3.1-3.2</b>	<b>A.Egoera psikomotorrak</b> A.1 A.2 A.5 A.6 <b>B. Oposiziozko egoera soziomotorrak</b> B.1 B.2 B.3  <b>D. Oposizioko /</b>
		<b>3</b> KPSII1, KPSII3, KPSII5, HK3, KAKK1 eta KAKK3.		

				<b>KO</b> laborazioko egoera <b>soziomotorrak</b> D.1 D.2 D.3 D.4 D.5 D.6 D.7 D.8 <b>G. Heziketa fisikoaren</b> <b>zeharkako jakintzak</b>  G.1 G.2 G.3 G.4 G.5 G.6 G.8 G.9 G.10
Kirol eskalada	Heziketa Fisikoa	<p style="text-align: center;"><b>1</b></p> HKK1, KE1, STEM5, KPSII1, KPSII2 eta KPSII4.	<b>1.1-1.2-1.3-1.4</b> <b>6.1-6.2-6.3</b>	<b>A.Egoera</b> <b>psikomotorrak</b> A.1 A.2 A.5 A.6
		<p style="text-align: center;"><b>6</b></p> STEM1, STEM2, STEM5,		

		KPSII1, HK4 eta EK1.		<p><b>E. Ziurgabetasuna duten inguruneetako egoera motorrak</b></p> <p>E.1 E.2 E.3 E.5 E.6</p> <p><b>G. Heziketa fisikoaren zeharkako jakintzak</b></p>
Gorputz adierazpena	Heziketa Fisikoa	<p><b>1</b> HKK1, KE1, STEM5, KPSII1, KPSII2 eta KPSII4.</p> <hr/> <p><b>7</b> KE3, KPSII3, KPSII4, KPSII5, HK2, HK3, EK3, KAKK1, KAKK2, KAKK3</p>	<p>1.1-<b>1.2-1.3</b>-1.4 <b>7.1-7.2-7.3</b></p>	<p><b>C. Kooperazioko egoera soziomotorrak</b></p> <p>C.1 C.2 C.3 C.4 C.6 C.7 C.8</p>

		eta KAKK4.	<b>F. Arte- eta adierazpen egoera motorrak</b> F.2 F.3 F.6 F.8 <b>G. Heziketa fisikoaren zeharkako jakintzak</b>  G.1 G.2 G.3 G.4 G.5 G.6 G.8 G.9 G.10
--	--	------------	---

## Erabaki metodologikoak

Estrategiak eta metodoak, hizkuntzen tratamendua, IDU, ikasleen eta irakasleen antolamendua, espazioen eta baliabideen erabilera, anistazunari erantzuna, etab.

### A. Jarraibide metodologikoak:

#### A.1. Eredu metodologikoak:

Lehenik, zergatik eta zertarako ikasten duen azaldu behar zaio ikasleari, ikasleei kontzientzia bat sortzeko, motibatuta egoteko eta hortaz, emaitzak hobekak izateko.

Ezagutza mailan zer ikasten ari den ere azaldu behar zaio ikasleari, saio bakoitzean lortu nahi den helburua argi azaldu behar zaio. Helburua, beraz, ikasleak duen abiapuntua, trebetasunak eta ulermen-mailak zehaztea da. Hori dela eta, ikasleak egin behar duen lanaren aurrean ulermenerako aukerak eskainiko zaizkio, aurretik dituen ezagutzak aktibatuz. Horrela, helburuak eta lan-edukiak era errealista batean aukeratuko dira, ikasleak dakien eta ikasi behar duen horren inguruan jauzi handirik egon gabe. Landuko den informazioa ahoz eskainiko zaie ikasleei.

Eskatzen zaiena egiten dakiten ikasleak lortzeko xedea ezarri behar da. Horrekin batera, akatsetatik eta ondo eginiko ekintzetatik ikastearen garrantzia azpimarratu behar zaio ikasleari, praktika uneak eta hausnarketa faseak elkar sustatuz (erantzun motorra praktikan jarri, praktika denbora baten ondoren gelditu, emaitzak aztertu, ondorioak atera, ekiteko plan berria diseinatu eta berriro praktikan jartzea prozesua etengabe errepikatuz lortu nahi den ikaskuntza lortu arte). Fase horietan irakaslearen feedbacka ezinbestekoa bihurtzen da. Prozesu honetan beren lana ebaluatzen irakatsi behar zaio ikasleari, horretarako hainbat tresna eskainita (autoebaluazio-orriak, koebaluazio-orriak, errubrikak, elkarrizketa, koaderno digitala ...).

Ikas-egoerek dituzten helburuak lortzeko, jarduerak era progresiboan daude antolatuta saioz saio, eta ikasleen premien arabera egokituko ditu irakasleak. Saio guztietan jarduera nagusi bat egongo da, eta jarduera nagusi hori aurrez aipatutako progresioaren ondorioa izango da. Hala, saioz saio, jolas egoerak zailduz, jolas arauak gehituz eta jokalariei zein espazioak moldatuz joango dira.

Ibilbide horretan, irakasleak ikasleei gutxienezko aginduak emango dizkie, ikasleek bizitako esperientzietatik ondorioak eta zer ikasiak atera ditzaten. Jolasak, aldika, errepikatuko dira saioetan zehar. Ikasleek jolas bakoitzean rolak ondo bereiz ditzaten eta

inplikazio emozionala lor dezaten, jolasa lehen aldiz azaltzean istorio baten bidez aurkez daiteke.

Irakasleak egokitu beharko ditu bai jarduerak, bai jolasen araudiak, dagokien taldeei eta ikasleei, unean uneko ezaugarriak eta beharrak kontuan hartuta.

**A.2. Multzokatzeak:** Taldeak orekatuak eta heterogeneoak izatea bermatuko da. Talde txikietan zein talde handietan egingo dituzte jarduerak, eta, ikasleen autonomia sustatzeko, haiek izango dira, gehienetan eta txandaka, taldeak egingo dituztenak. Multzokatze hauek komunikazio trebetasunak eta talde-lanean aniztasuna errespetatzeko gaitasuna garatuko dituzte.

**A.3. Espazioak:** Heziketa fisikoa egiteko bi espazio ditugu zentroan. Alde batetik frontoia, saskibaloiko eta futboleko kantzak ditugu eta beste aldetik eraikuntzaren sotoan egurrezko zorua duen estalitako espazioa. Gainera, udal frontoia ere eskuragarri daukagu. Heziketa fisikoa egiteko espazio bakoitzak bere aldagelak eta bere biltegia ditu. Biltegietan hainbat material dago eskuragarri. Saioak ingurune egonkorrean zein ez-egonkorrean –kiroldegia, patioa, ingurune naturalean- egingo dira. Horretarako, eta beti segurtasuna bermatuz, beharrezkoak diren jolas-eremuak eta joko-zelaiak antolatuko dira bertan.

**A.4. Baliabideak:** Baliabide desberdinak erabiliko dira, besteak beste:

- Materialari dagokionez, ikasleen adinerako aproposak direnak erabiliko dituzte. Ikaskuntza egoera bakoitzean saioak aurrera eramateko beharrezko materialak: petoak, heziak, baloi eta pilota ezberdinak, konoak, txintxetak, uztaiak, diskoak, sokak, eta abar.
- Herri kirolak lantzerakoan Euskal Herri Kirolen Elkarteak erreztutako eta denbora batez utzitako materiala erabiliko da, adib.: txingak, sokatira soka, ingudea, lokotxak, zakuak...
- Material multimedia eta interaktiboa kirol ezberdinen bideoak ikusteko, aurkezpenak egiteko eta koreografiak montatzeko eta grabatzeko.
- Inprimatutako materialak Akrosport eta gorputz adierazpena bezalako ikaskuntza egoerak aurrera eramateko.

**A.5. Jarduera osagarriak eta eskolaz kanpokoak:** Jarduera batzuk proposatuko dira, hala nola birziklatze ekintza desberdinak. Jarduera hauek Agenda 30 proiektuaren barne biltzen dira.

## **B. Aniztasunari arreta:**

Ikasleen aniztasunari erantzuteko, edukia eta jarduerak egokituko dira, ikasle bakoitzak bere ikaskuntza-erritmoaren eta premien arabera helburuak lor ditzan. Dibertsifikazio estrategiak erabiliko dira, hala nola laguntza-materialak, ikusizko laguntzak eta azalpen egokituak. Egia bada ere talde-lanak izango direla gure oinarri, gelan landutakoa modu bisual eta argian eskuragai izan dezaten, mapa kontzeptualak banatuko zaizkie ikasle guztiei. Hauek ere baliagarri izango dira etxean gelan landutako birpasatu ahal izateko. Halaber, aurrerapen azkarra duten ikasleei jarduerak zabaltzeko aukera eskainiko zaie. Aniztasunari arreta horretan ikasle guztiek ekarpena egin dezakete, beren gaitasunen arabera.

Curriculum-a hasiera batetik egokitua egon behar da ikasleentara eta ez alderantziz. Horrela, curriculum pertsonalizatu eta praktikoagoa lortuz, non ikasle guztien beharrak erantzuten eta asetzen diren. Beraz, hori lortzeko Ikaskuntzaren Diseinu Unibertsala-ren (IDU) 3 printzipioak martxan jarri behar dira.

**I. printzipioa:** Ikasleei erraminta eta bide desberdinak emango zaizkie autonomiaz informazioa eta oinarriko jakintzak eraikitzeko.

**II. printzipioa:** ikasleek ikasitakoa era desberdinetan adierazi ahalko dute: idatziz, ahoz eta abar. Bakoitzaren beharrezanetara moldatuko gara eta baita ebaluazioaren zein momentutan gauden.

**III. printzipioa:** ikasleei erronka ezberdinak aurkeztuko zaizkie era desberdinetan parte hartu ahal izateko eta era horretan ikasle guztiak ikaskuntza prozesuan konprometitu eta motibatu daitezke era desberdinetan.

Metodologia aipatzeko orduan Ikaskuntzarako Diseinu Unibertsalerako (IDU) printzipioak jarraituko dira ikasleen berdintasuna eta ekitatea bultzatzeko asmoz, hala nola; irudikatze modu ugari ematea, ekintza- eta adierazpen-modu ugari ematea eta inplikatzeko modu ugari ematea. Irakasleak hiru printzipio hauek kontutan hartuko ditu saioak garatzerako orduan, ikaskuntzari oztopoak kentzen ahalegindu beharra baitago ikasle guztiek ikasteko aukera izan dezaten, aniztasuna kontuan izanda denek ikasteko aukera berdintasuna bermatuz.

Irakasleak, ahal duen neurrian, banakako plan bat prestatuko du arloko helburuak lortzeko zailtasunak dituzten ikasleentzat

(laguntza-plana), edo helburuak oso erraz lortzen dituztenentzat (aberastea) guztien laguntza-premiei erantzuteko asmoz.

### C. Ebaluazioa :

Ebaluazioa jarraia izango da, eta honela burutuko da:

- Behaketa zuzena, jarduera ezberdinetan ikasleek duten errendimendua neurtzeko.
- Ebaluazio errubrikak erabiltzea, kompetentzia zehatz eta jarrerazkoak baloratzeko (erantzukizuna, errespetatzea, elkarlana, osasuna eta higiena).

### D. Errefortzurako estrategiak eta berreskurapen-planak:

Kompetentzien ulermenean eta garapenean zailtasunak dituzten ikasleei laguntza eskainiko zaie:

- Banakako indartze-jarduerak eta talde txikietan.
- Tutoretza pertsonalizatuak eskaintzea, oinarrizko kontzeptuak berrikusteko.

## Ebaluazio-erabakiak, ebaluaziotik ateratako ondorioak eta kalifikazio-irizpideak

### Ebaluazioa

- Helburua (formatiboa, akreditatzailea)
- Finkatutako denborak (hasieran, prozesuan zehar, amaieran)
- Ebaluatze teknikak, tresnak eta erramintak
- Eragileak (autoebaluatzea, elkarri ebaluatzea eta heteroebaluatzea)

- Helburua ebaluazio formatiboa izatea da.
  - Ebaluazio hezitzailea:
    - Ikaskuntza- irakaskuntza prozesuan zehar.
    - Informazio bilketa jarraia.
    - Ikaskuntza- irakaskuntza gidatzeko eta ikasleen jarduna hobetzeko erabiliko da.
  - Ebaluazio hezigarria: ikasleek bideratua.

Gaur egun, dagoeneko ez da kalifikazioa=ebaluazioa formularen sinisten, eta ez litzateke gure praktikan aplikatu behar. Ebaluatzea ez da kalifikatzea, ez da nota bat jartzea eta ikasleen sailkapen bat egitea (trebeak eta ez trebeak). Ebaluazioa zerbait zabalagoa bezala ulertzen da, egindako prozesu hezitzailearen diagnostikoa da, hobekuntzarako

	<p>tresna eta ikaslea (bere ikas-erritmoak errespetatuz) erdigunean jartzen duen prozesua.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Finkatutako denborak: ebaluazioa prozesuaren hasieran, prozesuan zehar eta amaieran izango da.</li><li>• Ebaluatzeko teknikak:<ul style="list-style-type: none"><li>○ Behaketa etengabea oinarrituta</li><li>○ Banakako eta taldeko jarduerak.</li></ul></li><li>• Eragileak:</li></ul> <p>Ikas-egoeraren hasieran, garapenean eta bukaeran tresnak eta erremintak desberdinak (fisikoa/digitala) erabiliko dira ebaluazio formatiboa egiteko:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hasierako ebaluazio-orria (irakasle/ikasle).</li><li>- Autoebaluazio-orria (ikasleak).</li><li>- Koebaluazio-orria (ikasleak).</li><li>- Elkarrizketa ikasle eta irakaslearen artean (irakasle/ikasle).</li><li>- Grabaketak (irakasle/ikasle).</li><li>- Ikas-irakaskuntza prozesuaren ebaluazio-orria (irakasleak).</li></ul>
<p><b>Ebaluazioaren ondorioak:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kalifikazioa</li></ul>	<p>Ikasle baten ikaskuntzari buruzko ebidentzia asko eta anitzak eskuratu eta gero, ebaluaziotik eratortzen den kalifikazioa lortuko dugu.</p> <p>Konpetentzia espezifikoak oinarri hartuta egingo da eta hauen zehaztapen maila lorpen adierazleak izango dira.</p> <p>Ebaluaketa bakoitzaren amaieran boletin bat jasoko dute familiek. Boletin honetan</p>

	<p>irakasgai honetako konpetentzia espezifikoetan lortutako maila agertuko da: maila aurreratua, maila ertaina edo hasierako maila; kolorez adierazita.</p> <p>Honez gain, kurtso bukaeran eta Hezkuntza sailak ezarrita notak era kualitatibo baten jarri behar ditugu Hezkuntzako plataforman.</p>																											
<p><b>Kalifikazio-irizpideak</b></p> <p>Ikastetxearen autonomiaren baitan, curriculumaren hainbat erabaki curricular hartuko dira, hala nola:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ikas-maila bakoitzerako lorpen-mailak erabakitzea</li> <li>• Ebaluazio irizpideen jardun maila adostea.</li> <li>• Gaitasunen garapen-maila adostea</li> <li>• Berriazko gaitasunen ponderazioa,</li> <li>• ebaluazio-irizpideak... definitzea)</li> </ul>	<p>Azken kalifikazioa konpetentzia espezifikoaren ponderazioarekin lortuko da. Ondoren adierazten den konpetentzia espezifikoaren ponderazioa hartuko da kontuan.</p> <p><i>* Konpetentzia espezifiko guztien ponderazioa ez da zertan berdina izan.</i></p> <table border="1" data-bbox="770 635 2096 1372"> <thead> <tr> <th>ZER</th> <th>PORTZENTAIA</th> <th>KONPETENTZIA ESPEZIFIKOAK</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="3" style="text-align: center;"><b>1. HIRUHILEKOA</b></td> </tr> <tr> <td>Atletismoa eta egoera fisikoa</td> <td>% 40</td> <td>1, 2</td> </tr> <tr> <td>Erronka motor kooperatiboak</td> <td>% 20</td> <td>1, 4</td> </tr> <tr> <td>Saskibaloia/Eskubaloia</td> <td>% 40</td> <td>1, 5</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="text-align: center;"><b>2. HIRUHILEKOA</b></td> </tr> <tr> <td>Joko tradizionalak eta herri kirolak</td> <td>% 30</td> <td>1, 3</td> </tr> <tr> <td>Freesbe</td> <td>% 40</td> <td>1, 2, 5</td> </tr> <tr> <td>Boleibola</td> <td>% 30</td> <td>1, 5</td> </tr> </tbody> </table>	ZER	PORTZENTAIA	KONPETENTZIA ESPEZIFIKOAK	<b>1. HIRUHILEKOA</b>			Atletismoa eta egoera fisikoa	% 40	1, 2	Erronka motor kooperatiboak	% 20	1, 4	Saskibaloia/Eskubaloia	% 40	1, 5	<b>2. HIRUHILEKOA</b>			Joko tradizionalak eta herri kirolak	% 30	1, 3	Freesbe	% 40	1, 2, 5	Boleibola	% 30	1, 5
ZER	PORTZENTAIA	KONPETENTZIA ESPEZIFIKOAK																										
<b>1. HIRUHILEKOA</b>																												
Atletismoa eta egoera fisikoa	% 40	1, 2																										
Erronka motor kooperatiboak	% 20	1, 4																										
Saskibaloia/Eskubaloia	% 40	1, 5																										
<b>2. HIRUHILEKOA</b>																												
Joko tradizionalak eta herri kirolak	% 30	1, 3																										
Freesbe	% 40	1, 2, 5																										
Boleibola	% 30	1, 5																										

<b>3. HIRUHILEKOA</b>		
Badminton	% 30	1, 3
Kirol eskalada	% 30	1, 6
Gorputz adierazpena	% 40	1, 7

## 1.ERANSKINA: KONPETENTZIA ESPEZIFIKOAK

1. Jarduera fisikoak osasun globalean dituen ondorioak ezagutzea, emozioen eta gatazken kudeaketa landuz, osasun fisikoa, emozionala eta soziala indartzeko.
2. Ziurgabetasunetik gabeko inguruneetako egoera psikomotorretan jardutea, nor bere burua ezagutzeko, autoerregulatzeko eta gaitasun fisikoak hobetzeko ekintza-eskemak barneratuz.
3. Ziurgabetasunik gabeko inguruneetan, oposizioko egoera soziomotorretan eskakizunetara egokitzea, parte-hartzaileekiko errespetua eta arauak lehenetsiz - emaitzen gainetik -, erronkarekin lotzen diren jokabideak arautzeko eta kultura motorra eskuratzen eta sortzen laguntzeko.
4. Ziurgabetasunik gabeko inguruneetako kooperazio-egoera soziomotorretan moldatzea, autoerregulazio-prozesuak jarrera enpatiko eta inklusiboz garatuz, gizarte-trebetasunak baliatuz eta kooperazioko eta errespetuzko jarrerak hartuz, parte hartzen den guneetan gizarte bizikidetzeta eta konpromiso etikoa lortzen laguntzeko.
5. Ziurgabetasunik gabeko inguruneetako oposizioko/kolaborazioko egoera soziomotorretan elkarrekin aritzea, horrelako jardueren berezko ekintza-arauez eta -printzipioez jabetuz, informazio-eskaera handiko egoeretako jokabide motorra egokitzen hasteko eta kultura motorra eskuratzeko lagungarria izateko.
6. Ziurgabetasuna duten inguruneetako egoera motorretan jarduteko aukerak aurkitzea eta baliatzea, ikuspegi iraunkorretik ingurunua errespetatuko duen eta arriskuaren gainetik segurtasuna lehenetsiko duen jarduera eginez, zenbait natura eta hiri-ingurune jardunaren testuinguru gisa baloratzeko eta ingurune horiek zaintzen eta hobetzen laguntzeko.
7. Gorputza adierazpen- eta komunikazio-tresna gisa baliatzea, haren eragina baloratuz, baita kultura tradizionalari eta garaikideari egiten dizkion ekarpen estetikoak eta sorkuntzakoak ere, eguneroko bizitzan modu erregularrean erabiltzen diren jarduketara motorren artean integratzeko.



## 2. ERANSKINA: EBALUAZIO IRIZPIDEAK

### 1. KONPETENTZIA

1.1 **Jarduera fisikoak dituen ondorio onuragarriak antzematea**, eguneroko bizitzan barne hartzeko aurretiko urrats gisa, prestasuna, esfortzua, iraunkortasuna eta hazteko pentsamoldea azalduz.

1.2 Jarduera motorretan barnean hartzea **gorputz-aktibazio, esfortzuaren dosifikazio, erlaxazio eta higieneko prozesuak**, jardun motor osasuntsu eta arduratsu baten errutinak barneratuz eta istripuen aurrean jarduteko oinarrizko protokoloak antzemanaz.

1.3 Gorputzarekin, jarduera fisikoarekin eta kirolarekin zerikusia duten, **osasunerako kaltegarriak diren edo bizikidetzari kalte egiten dioten jokabide desegokiak identifikatzea**, diskriminazioa eta genero-estereotipoak baztertzeko jarrera hartuz, eta horrelakoak berriro gerta daitezten modu aktiboan saihestuz.

1.4 **Egoera motorretako dimentsio afektiboa kudeatzea**, norberaren eta besteen emozioak legitimatu eta modu asertiboan adieraziz.

### 2. KONPETENTZIA

2.1 **Gero eta gorputzaren gaineko kontrol eta menderatze handiagoa lortzea**, ekintza-eskemak barneratuz, motrizitatearen osagai kualitatibo eta kuantitatiboak eraginkortasunez eta sormenez erabiliz eta gaitasun fisikoak hobetzen lagunduz.

2.2 **Nork bere burua ezagutzea eta erregulatzea**, bere bizi-espaziora transferi daitezkeen egoera psikomotorretan arazoak konponduz.

### 3. KONPETENTZIA

3.1 **Oposizioko egoeretako berezko oinarrizko erronka taktikoak ebaztea**, ekintzako printzipio eta arauak aplikatuz, eta arauak eta parte-hartzaileak errespetatuz.

3.2 **Norberaren kulturen errotutako joko eta kiroletan modu aktiboan parte hartzea**, baita askotariko kulturetatik datozen beste batzuetan ere, horiek jatorri desberdineko pertsonen arteko elkarreragin eraikitzaileak sortzeko espazio gisa duten balioa eta potentziala antzemanaz, eta emozioak kudeatuz eta modu asertiboan adieraziz.

### 4. KONPETENTZIA

4.1 **Kooperazio-egoerak ebaztea**, oinarrizko trebetasun motorrak hautatuz eta konbinatuz eta eraginkortasunez, enpatiaz, elkartasunez, errespetuz eta inplikazioz egokituz.

4.2 **Bizikidetzan, gizarte-trebetasunak erakustea, gatazkak elkarrizketa bidez konpontzea eta aniztasunarekiko errespetua erakustea** —generokoa, afektibo-sexuala, jatorrizkoa, etnikoa, sozioekonomikoa edo konpetentzia motorrekoa—, jarrera kritikoa eta konpromiso aktiboa erakutsiz estereotipoen, jarduera diskriminatzaileen eta indarkeriaren aurrean.

## 5. KONPETENTZIA

5.1 **Oposizioko/kolaborazioko egoeretako funtsezko erronka taktikoak ebaztea**, esparruaren berezko printzipio eta arauak doitasunez aplikatuz.

5.2 **Adostutako arauak eta joko-arauak errespetatzea**, eta kiroltasunaren eta joko garbiaren parametroen arabera jardutea, taldekideen eta aurkarien jarduketak antzemanda.

5.3 **Norberaren kulturen errotutako joko motorretan eta kiroletan, tradizionaletan edo gaur egungoetan, modu aktiboan parte hartzea**, baita askotariko kulturetatik datozen beste batzuetan ere, jatorri desberdineko pertsonen arteko elkarreragin eraikitzaileak sortzeko espazio gisa duten balioa eta potentziala ezagutuz eta transmitituz, haien kontserbazioa erraztearren.

5.4 **Kirola kultura-fenomeno gisa baloratzea**, kirolaren testuinguruan batzuetan gertatzen diren genero-estereotipoak eta portaera sexistak modu kritikoa aztertuz, horiek baztertuz eta etorkizunean horrelakorik ez gertatzeko jarrera hartuz.

## 6. KONPETENTZIA

6.1 **Ekintza motorrak natura- eta hiri-inguruneko jardueren ziurgabetasunera efizientziaz egokitzea.**

6.2 **Ikastetxearen inguruko natura- eta hiri-inguruneak jarduera fisikoa egiteko eskaintzen dituen aukerak baloratzea**, ingurunearen ikuspegi ekoiraunkor eta komunitariotik jardunez.

6.3 **Jarduera fisikoa egitean segurtasun-neurriak hartzea**, izan daitezkeen arriskuei aurrea hartuz eta horien aurrean kontuz jokatzuz.

## 7. KONPETENTZIA

7.1 **Gorputzaren eta mugimenduaren adierazpen-baliabideak modu estetiko eta sortzailean erabiltzea**, sentazioak, emozioak eta ideiak komunikatuz eta arte- edo adierazpen-asmoa duten ekintzetan eta adierazpen sexistak saihestuz.

7.2 **Banakako edo taldeko proiektu motorrak garatzea**, helburuak zehaztuz, ekintzak sekuentziaz eta jarraitutako prozesua

### 3.ERANSKINA: OINARRIZKO JAKINTZAK

#### A: Egoera psikomotorrak

A.1 **Joko tradizionalen dibertsitatea**, esparru horretako berezko **jarduera fisikoak eta kirol-jarduerak**.

A.2 **Gorputzaren kontrola eta energia-gastuaren erregulazioa**.

A.3 Oinarrizko eta emaitzazko gaitasun fisikoak (**koordinazioa, oreka eta bizitasuna**).

A.4 Kirol-jarduera fisikoen teknikarekin lotzen diren **trebetasun motorren hastapena**: alderdi nagusiak.

A.5 **Sormen motorra**: ekintza motorra bat-batean egokitzea eskatzen duten barne- eta kanpo-estimuluak identifikatu.

A.6 **Sekuentziak planifikatu**, eta jokabide motorrak aurreikusi.

#### B: Oposizioko egoera soziomotorrak

B.1 **Joko tradizionalen dibertsitatea**, esparru horretako berezko **jarduera fisikoak eta kirol-jarduerak**.

B.2 **Aurkaria gainditzeko oinarrizko nozioak eta ekintza-printzipioak**: eremuan duen kokapena, aurkariaren indarra erabili, aurrea hartu, oreka eta desoreka, espazioak eta denborak txikitu/handitu, erasorako/defentsarako une egokia identifikatu.

B.3 **Mendean egotetik nagusi izatera pasatzeko estrategia** sinpleak eta bitartekoak.

B.4 **Espazio librea eta aurkariaren kokalekua**, mugikaria hutsik dagoen espaziora zuzentzeko.

## **B.5 Oposizioko jardueretako oinarrizko teknikak.**

**B.6 Norberaren erabakien ebaluazioa eta jarduketaren emaitzaren analisisa**, norberaren ekintzen arrakasten eta porroten azterketa. Norberaren ondorengo jarduerak hobetuko dituzten ekintza-printzipioak eta -arauak sortzeko moduak azaldu.

## **C: Kooperazioko egoera soziomotorrak**

C.1 Eremu honen berezko askotariko **jardun motorrak**.

C.2 **Ekintza-printzipioak eta arrakasta lortzeko gakoak kooperazio-egoeretan**: taldeko ekintzak lankideekin koordinatu eta kateatu, sinkronizatu, algoritmo motorrak, gorputza kontrolatu, erabakiak adostasunez hartu...

C.3 **Oinarrizko trebetasun motorren aukeraketa eta konbinazioa**.

C.4Jokoan bertan proposatzen den erronka bati edo sortzen den **arazo bati konponbidea emateko erantzun originalak**.

C.5 **Trebetasun sozialak eta elkarrizketa, gatazken ebazpenean**.

C.6 **Jarrera kritikoa eta konpromiso aktiboa estereotipoen, diskriminazioen eta indarkeriaren aurrean**.

## **D: Oposizioko/Kolaborazioko egoera soziomotorrak**

D.1 **Joko tradizionalen dibertsitatea, esparru horretako berezko jarduera fisikoak eta kirol-jarduerak**.

D.2 Jardun horiekin lotzen diren nozioak: **norabidea, iskin egin, pibotatu, zuzeneko pasabidea, paserako eta jaurtiketarako distantzia...**

D.3 Esparru honetako berezko ekintza-printzipioen hastapenak: **defentsako eta erasoko algoritmoa abian jarri, kateatu, ekintzen jarraipena egin, rol-trukea** (rolak ezagutu) ...

D.4 **Timing-a: erasoko edo defentsako jokoan jarduteko une egokia.**

D.5 **Mugikariaren eramaile gisa edo ez-eramaile gisa egin beharreko ekintza motorrak.**

D.6 Aurkaria gainditzen saiatzeko **ekintza kolektiboko estrategia** sinpleak.

D.7 **Norberaren eta taldekideen eta aurkarien ekintza aztertzeko eta azaltzeko prozedurak.**

D.8 Oposizio kolektiboko jardunen **balioak** (saiatzea, aurka egin, zintzotasuna, elkartasuna, segurtasuna, legezkoatasuna).

## **E: Ziurgabetasuna duten inguruneetako egoera motorrak**

E.1 **Landa- eta hiri-inguruneetako jarduera fisikoak.**

E.2 Natura-ingurunean egindako desplazamendu arrazoitua eta hausnartua, kokapenerako informazio eta erreferentzia egokiak hartuz (**plano batean markatutako ibilbide bati jarraitu**).

E.3 Iraupen eta intentsitate desberdineko egoeretan **esfortzua kudeatzearen printzipioak.**

E.4 Natura-ingurunean jardutean sor daitezkeen **istripu-arriskuak**: aldez aurreko balorazioa eta jarduketa (arriskuak identifikatu eremu ezezagun batean; segurtasun-baldintza onak dituzten oztopoak gainditu; arriskuak hartu norberaren gaitasunen arabera).

E.5 Natura-ingurunean jarduteko printzipioak eta ekintza-arauak: **arriskuaren/segurtasunaren kudeaketa, emozioen kontrola...**

E.6 Jarduera horietarako berezko **materiala eta ekipamendua, segurtasunekoa barne**. Ezagutza teknikoak eta oinarrizko mantentze-ezagutzak.

E.7 **Puntu kardinalak, ipar magnetikoa eta orientazioak.**

—

#### **F: Arte eta adierazpen egoera motorrak**

F.1 **Gorputzaren komunikazio-erabilerak:** sentimenduak, emozioak eta ideia sinpleak komunikatu.

F.2 **Euskal kulturako eta beste kultura batzuetako erritmo- eta musika-jarduera artistikoak eta adierazpenekoak.**

F.3 **Norberaren espazioa eta hurbilekoa, eta komuna edo koreografikoa, erritmoa eta denboraren antolaketa** (tempoa, egitura erritmikoa, esaldia, errepika melodikoa, pultsazioak, isiluneak, intentsitateak, altuera).

F.4 **Espazioaren nozioak:** planoak (aurretikoa, dortsala, sagitala), simetriak, gauzatze-norabideak eta -altuerak, prestakuntzak, orientazioak.

F.5 **Norberaren eta besteen produkzioak. Gainerakoen begirada onartu.**

F.6 **Genero-estereotipoen ondoriozko asimilazioak.**

F.7 **Behaketa-irizpideak:** zailtasuna, originaltasuna, edertasuna, ekintzak kontrolatu eta menderatu, espazioaren erabilera, denboraren egituraketa, ekintzen jarraipena, zehaztasuna.

**F.8 Euskal dantzen eta beste kultura batzuetako dantzen oinarrizko pausu zehatzak.**

**F.9 Askotariko rolak** (aktorea, dantzaria, ikuslea, behatzailea, koreografoa).

## **G: Heziketa fisikoaren zeharkako jakintzak**

**G.1 Euskal jolasen unibertsoa: “jolasa” eta “jokoa” kontzeptuak.**

**G.2 Osasun fisikoa:** bizimodu aktiboaren ondorio fisiko, psikologiko eta sozialak. Elikagai ultraprozesatuen eta edari energetiko edo azukredunen inpaktua. Norberaren erantzukizuna gorputzaren zaintzan. Jardun motorretan istripuak prebenitu (beroketa orokorra eta lasaitasunera itzuli). Segurtasun-arauak errespetatzearen garrantzia. Gorputz-higienearen arloko ohitura autonomoak eguneroko ekintzetan.

**G.3 Osasun soziala:** osasunarekin lotutako ohitura txarrak eta horiek jarduera fisikoan duten eragina. Trebetasun sozialak (talde-lanerako estrategiak, egoera motor kolektiboetan gatazkak konpontzeko). Egoera motorretan, bizikidetzaren kontrako jokabideak identifikatu eta baztertu (generoaren ondoriozko diskriminazioa, gaitasuna, kompetentzia motorra, jarrera xenofoboak, arrazakeriakoak edo sexistak). Irmotasuna, iraunkortasuna, tolerantzia, errespetua eta erantzukizuna gisako balioak.

**G.4 Osasun mentala:** autokontzeptua modu errealistan sendotu eta egokitu, genero-ikuspegia kontuan hartuta. Norberaren gorputza eta besteen gorputz-itxura errespetatu eta onartu. Kudeaketa emozionala (arriskuaren kontrola, antsietatea eta egoera motorrak. Aurre egiteko eta kudeatzeko estrategiak).

**G.5 Jokoaren oinarrizko arauak ezagutu, errespetatu eta onartu.**

**G.6 Jardueraren parte diren rolak eta azpirrolak hartu:** defendatzailea/erasotzailea, jazarlea/jazarria, preso, epailea, ebaluatzailea.

G.7 **Proiektu motorren plangintza eta autoerregulazioa**: jarraipena eta balorazioa prozesuan eta emaitzan.

G.8 Jarduera fisikoak egitean izan daitezkeen istripuetako oinarrizko jardunak. **Segurtasuneko alboko posizioa. Babesteko, laguntzeko eta sorosteko teknikak.**

G.9 **Kultura motorrak kultura-herentziari egiten dizkion ekarpenak**. Jolasak, kirolak eta arte- eta adierazpen-jarduerak, kultura-nortasunaren ezaugarri gisa.

G.10 **Kirola eta genero-ikuspegia**: sexismoa kirol amateurrean eta profesionalean.

G.11 **Bide-hezkuntza**, jarduera fisikotik eta kiroleatik. Garraio aktiboa eta iraunkorra.

G.12 **Materialak eraiki eta berrerabili**, jardun motorrerako.

G.13 **Ingurunearen zaintza**, komunitaterako zerbitzu gisa, naturagunean egiten den jarduera fisikoan.