



Universidad del País Vasco Euskal Herriko Unibertsitatea

HEZKUNTZA
ETA KIROL
FAKULTATEA
FACULTAD
DE EDUCACIÓN
Y DEPORTE

EMOZIOAK HEZKUNTZAN:

HEZIKETA FISIKOAREN GARRANTZIA

GRADU AMAIERAKO LANA

EGILEA: Arana Madariaga, Ander.

ZUZENDARIA: López de Sosoaga López de Robles, Alfredo.

LABURPENA

Gaur egungo irakasleen helburua ikasleen garapen integral lortzea da: arlo fisikoa, emozionala, soziala zein kognitiboa garatuz alegia. Heziketa Fisikoan irakasleak proposatutako jardueren bitartez, garapen integral hori bilatzea izango da helburua, garapenaren aspektu guztietan zentratuz. Zentzu horretan, arlo emozionalak garrantzi gutxi hartu ohi du. Ikerketa honen bidez, Heziketa Fisikoko saioetan arlo emozionalak duen garrantzia ikertuko da planteatu daitezkeen egoera motor desberdinetan (psikomotorra eta soziomotorra) zentratuz eta ikasleek egoera bakoitzean azaleratzen dituzten emozioak (positiboak edo negatiboak) ikertuz. Horretarako, ikerketa metodo kualitatibo eta kuantitatiboaren nahasketaren bidez egin da, datuak batzeko zenbait estrategia erabiliz. Arlo kualitatiboan, erabilitako teknikak behaketa parte-hartzailea eta bat-bateko galderak izan dira. Arlo kuantitatiboan berriz, Lavegak, Marchek eta Filellak (2013) balioztatutako kirol jokoen eta emozioen eskala (Games and Emotions Scale) erabiltzen da, galdetegi baten bidez ikasleek bizitako emozioen intentsitatea neurtzeko. Ikerketa honetan, Gasteizen kokatuta dagoen Armentia Ikastolako 6. mailako 75 ikaslek hartu dute parte ($M_{Adina} = 10.47$) horietatik 35 neskek (%46,6) eta 40 mutilak (%53,4) direlarik. Saio bakoitzaren amaieran, ikasleek galdetegi bat bete behar izan dute, saio bakoitzean bizitako emozioak bertan erregistratuz. Bertan jasotako datuek erakusten dute Heziketa Fisikoko saioetan ikasleen emozio positiboak nagusitasun handiz gailentzen zaizkiela emozio negatiboari. Hala ere, egoeraren arabera emozio horien intentsitatea aldatu egiten da.

HITZ GAKOAK: emozioa, barne logika, egoera motorra, Heziketa Fisikoa, Lehen Hezkuntza.

AURKIBIDEA

| | |
|---|----|
| 1. SARRERA | 1 |
| 2. JUSTIFIKAZIOA..... | 3 |
| 2.1. Emozioak eta hezkuntza | 3 |
| 2.2. Emozioak eta egoera motorren ikerketak | 5 |
| 2.3. Parlebasen sailkapena | 6 |
| 3. HIPOTESIAK..... | 8 |
| 4. METODOA..... | 9 |
| 4.1. Jatorria, kontzeptua eta ezaugarriak | 9 |
| 4.2. Metodologia kualitatiboaren faseak | 10 |
| 4.2.1. Ikerkuntzaren diseinua | 10 |
| 4.2.2. Parte-hartzaileak | 11 |
| 4.2.3. Datuen bilketarako erabilitako teknikak | 11 |
| 4.2.4. Datuen analisia | 15 |
| 4.2.5. Datuen interpretazioa eta aplikazioa | 16 |
| 4.3. Arlo etikoa | 16 |
| 5. EMAITZAK | 17 |
| 5.1. Elkarrizketaren bidez lortutakoak | 17 |
| 5.2. Behaketaren bidez lortutakoak | 20 |
| 5.3. Games and Emotios scale-en bidez lortutakoak | 21 |
| 5.3.1. Sarrera | 21 |
| 5.3.2. Datu orokorrak | 21 |
| 5.3.3. Emozio positiboaren portaera | 22 |
| 5.3.4. Emozio negatiboaren portaera | 22 |
| 5.3.5. Genero aldagaiaren portaera | 23 |
| 5.3.6. Emozioen intentsitatearen portaera | 25 |
| 6. ONDORIOAK..... | 27 |
| 6.1. Eztatbaida | 27 |
| 6.2. Ondorioak | 29 |
| 7. HOBETZEKO PROPOSAMENAK..... | 30 |
| 8. BIBLIOGRAFIA..... | 32 |
| 9. ERANSKINAK..... | 34 |

1. SARRERA

Ikerketa hau egiteko ideia hurrekin nire lehenengo esperientzia hasi zenean piztu zen. Nire esperientzia txikia izan bada ere, arlo honetaz ikertzeko beharra hasiera batetik ikusi dut. Zentzu honetan, duela urte batzuk ikastola batean Heziketa Fisikoko praktikak egin nituen lehenengo aldian, asko harritu ninduen irakasle batekin egin nuen topo. Irakasle honen ezaugarriak txikitan izan nituen irakasleen ezaugarrietatik asko aldentzen ziren, oso irakasle berritzailea baitzen niretzat. Artean, berritzaileak ziren gauzak egiten zituen, nik aurretik Heziketa Fisikoko arloan ezagutzen ez nituenak, besteak beste: dantzak, erritmo-ariketak, munduko jolas ezberdinak eta abar. Baina hori ez zen izan niri gehien txunditu ninduena, baizik eta, irakasleak ikasleek bizitako emozioei emandako garrantzia izan zen atentzio gehien deitu zidana. Emozioen etengabeko lanketa zegoen saio guztian zehar eta garrantzia handia ematen zien ikasleek bizitzen zituzten emozio horien ezagutzeari eta kontrolari. Esperientzia hori amaitu ostean, beste hainbat esperientzia izan ditut, eta konturatu naiz sarritan emozioak Gorputz Hezkuntzako curriculumaren edukietatik at gelditzen direla. Horren ondorioz, eta nire etorkizuneko lana Heziketa Fisikoko irakasle izango delakoan, gai honi buruz ikertzeko grina sentitu nuen gradu amaierako lanaren gaia hautatzeko aukera zabala eskaini zidatenean. Nire nahia ikasleek Heziketa Fisikoko saioetan zehar bizi dituzten emozioak ezagutzea izan da, alde batetik, nire burua arlo horretan kokatzen hasteko; eta bestetik, ikasleak konturatzeko ere emozioek gizakion egunerokotasunean duten paperaz eta garrantziaz.

Lan hau aurrera eramateko aukera Gasteizko Armentia eskolak eskaini dit, bertan eginiko praktikek Lehen Hezkuntzako hurrekin lan egiteko aukera eskaini baitidate, Heziketa Fisikoko arloan, hain zuzen ere.

Ikerketa hau hainbat zatitan banatu da, lehenengo honetan gai hau abordatzeko nire nahia eta motibazioa agertzen dira, hau egiteko ideia non sortu zen azalduz. Bigarren zatian, gai honen inguruko kokapen bat egingo da, modu teorikoan azalduz honen garrantzia eta arlo honen inguruan egin diren hainbat ikerketa ezagutzera emanaz. Jarraian, ikerketaren helburu edota hipotesi orokorrak eta espezifikokoak azaltzen dira. Laugarren atalean, lana egiteko erabilitako metodoa eta ikerketaren diseinua egongo dira azalduta, hau aurrera eramateko prozesu guztia azalduz. Bosgarrenean, emaitzak

egongo dira ikusgai, ikerketan zehar erabilitako zenbait teknika ezberdinen bidez lortutako datuak azalduz. Seigarrenean, lortutako datu horien lanketatik ateratako ondorioak azaltzen dira, baita hobetzeko proposamenez ere; eta zazpigarren eta zortzigarren ataletan, erreferentzia bibliografikoak eta ikerketa aurrera eramaten erabilitako materialak, hurrenez hurren.

Aldez aurretik, eskerrak ematea gustatuko litzaidake Armentia ikastolan nire tutorea izan den Aritzi, bere laguntza oso baliagarria izan baita niretzat eta saioak prestatu eta aurrera eramaterako orduan bere lana handia izan da. Horrez gain, ikerketan parte hartu duten ikasleen lana eta ekarpena ere oso baliagarria izan da, beraiei ere eskerrik beroenak eskainiz. Azkenik, laneko tutorea izan den Alfredori ere eskerrak ematen dizkiot, bere ekarpenak oso baliagarriak izan baitira nire burua ikerketa honetan kokatu eta lan hau behar den moduan aurrera eramateko.

2. JUSTIFIKAZIOA

2.1. Emozioak eta hezkuntza

Ikerketa honen harira, garrantzia handia hartu du emozioen gaiak. Hori dela eta, garrantzitsua izango da emozioak zer diren jakin eta hauek hezkuntzan duten garrantziaz hitz egitea. Kontzeptu honi buruzko definizio asko aurki ditzakegu, hala ere, Pere Darderrek eta Rafael Bisquerrak egindako ekarpenetan oinarrituko gara emozioen kontzeptua definitzeko. Darderrek (2003) dioen bezala, emozioak erreakzio azkar, bat-batekoak eta intuitiboak dira, gizakiok konturatu gabe bizitzen ditugunak. Definizio hori osatzeko, Bisquerrak beste definizio bat eman zuen emozioei buruzkoa:

La emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno (2003: 12).

Lehenengo eta behin, oso garrantzitsua da ikasleek beren emozioak zeintzuk diren ezagutu, horiek identifikatu eta kontrolatzea eta beste ikasleek bizitako emozioak zeintzuk ziren ezagutzea. Ildo beretik, Darderrek (2003: 13) garrantzia handia ematen die emozioen kontrolari eta beste pertsonen emozioen ezagutzari:

a) Kontrolatuak ez diren emozioez eramaten uzten den pertsonak nahi ez dituen gauzak egitera bultzatuko du, bere helburuek koherentzia eta ardua gabe egitera bideratuz. Emozioen kontrol-eza eskolan sarritan detektatzen den gauza bat da, hezkuntza-errendimenduari eta gelako giroari kalte egiten diena. Hori kontuan izanda, hezkuntzaren betebeharra ez da izango egoera emozional hori eliminatzea, baizik eta, prozesu honek irauten duen bitartean erantzun bat ematea baizik. Gehienetan bizi duen egoeraren ondorioz sortze den kontrola ezarri eta egoera emozional hori desaktibatzerara eraman behar du subjektua

b) Beste pertsonekin ditugun erlazioetan emozioek ere eragina dute, hau da, norbere emozioek beste pertsonetikiko elkarreragina edukiko dute, emozio positibo eta negatiboak piztuz. Gauzak horrela, norbere emozioen ezagutza eta kontrola oinarri garrantzitsuak izango dira besteen emozioak ezagutzeko. Emozio hauen ezagutza eta interpretazioak beste pertsonengana hurbiltzea

eta erlazioak ezartzea ahalbidetzen digu. Zentzu honetan, enpatia izango da besteen egoera emozionala zein den ezagutu eta beraiekin erlazioak ezartzea ahalbidetzen digun inteligentzia emozionala.

Guzti honek, erlazio zuzena izango du inteligentzia emozionalarekin, zeinen bere oinarria emozioak, emozioen ezagutza eta hauen kontrola den (Adams, 2003). Hala ere, inteligentzia emozionalari buruz indar gehien hartu duen ikuspuntua Golemanek (1995) eman zuena izan zen Salovey eta Mayerrek egindako ekarpenak jasoz. Berak inteligentzia emozionala bost puntu ezberdinetan sailkatzen du, guztien artean definizioa osatuz:

1. *Emozioak ezagutzea*: inteligentzia emozionalaren oinarria izango dira bakoitzaren emozioen kontzientzia izatea eta edozein momentutan sentimendu bat ezagutzea, hau da, norbere sentimenduak, emozioak, beharrak edota ahuleziak identifikatzeko ahalmena. Hauen ezagutza duten pertsonak beraien bizitza bideratzeko arazo gutxiago izaten dute, izan ere, badute beraien sentimenduak ziurtasunez jakiteko gaitasuna.
2. *Emozioak kontrolatzea*: emozioak eta sentimenduak maneiatzeko gaitasuna, ondoren modu egokian adierazteko. Hau da, bakoitzaren emozioak zeintzuk diren jakitea abantaila handia izango da gure sentimendu eta emozioak kontrolatu eta momentuaren arabera moldatzeko.
3. *Auto-motibazioa*: emozioak eta motibazioa bideratzea helburuak lortzeko asmoarekin. Auto-motibazioa lortzen duten pertsonak produktiboagoak eta emankorrak dira.
4. *Beste pertsonen emozioak antzematea*: bertan garrantzitsuena den gaitasuna enpatia da. Honekin, zenbait pertsonen beste pertsonekin bat etortzeko gaitasun handiagoa erakusten dute; hau da, besteen sentimenduak, beharrak eta arazoak identifikatu eta ulertzeko gaitasuna izatea.
5. *Harremanak kontrolatzea eta ezartzea*: beste pertsonekin erlazioak ezartzeak bakoitzaren emozioak kontrolatzeko gaitasuna izatea esan nahi du, hau da, beste pertsonen emozioekin erlazionatzeko gaitasuna edukitzea.

2.2. Emozioak eta egoera motorren ikerketak

Hezkuntza-munduan emozioei garrantzia handia ematen ez bazaio ere, badaude hainbat ikerketa gai honen inguruan sakonki burutu direnak. Ikerketa guzti hauek Heziketa Fisikoko saioetan ikasleek bizitako emozioak ikertzea zuten helburu, baina emozioez gain, beste gai baten inguruan ere burututako ikerketak dira, Parlebasek (2001) jolasen inguruan eginiko sailkapenean oinarri hartuta ikasleek bizitako emozioak neurtzen dituzten ikerketak hain zuzen ere. Ikerketa guzti hauen ezaugarri nagusia emozioak dira, baina ezberdintasunak zehazten dira Parlebasen sailkapenean oinarrituta, izan ere, ikerketa bakoitzak sailkapen horren aldagai ezberdin bat hartzen du erreferentziatzat.

Esate baterako, Jaquierak, Lavegak, Lagardetak, Araújok eta Rodriguesek (2014) eginiko ikerketan, lankidetzan oinarritutako jolasak lehiakorrak hartzen dituzte oinarritzat eta bertan ikasleek bizitako emozioak ikertzen dituzte, generoaren ikuspegitik begiratuta. Ildo honi jarraiki, eta lankidetzan oinarrituta, Sáez de Ocárizek, Lavegak, Mateuk eta Rovirak (2014) beste ikerketa bat burutu zuten Heziketa Fisikoko saioetan ikasleen arteko elkarbizitza hobetzeko asmoz eta ikasleen arteko harremanetan emozioek duten papera ikertuz.

Aurkaritzan oinarrituta, Sáez de Ocárizek, Lavegak, Lagardetak, Costesek eta Sernak (2014) eginiko ikerketa dugu. Honen helburu nagusia Heziketa Fisikoko saioetan bizitako emozio negatiboak azaleratzea izan zen, ondoren horien lanketaren bidez saio ezberdinetan sortutako gatazkak konpontzeko asmoz.

Horrez gain, beste ikerketa bat aurkitzen dugu, kasu honetan, Parlebasen bi egoera ezberdinetan bizitako emozioak ikertzen dituen; lankidetzat eta egoera psikomotorra. Ikerketa hau Mateuk, Romero-Martinek, Gelpik, Rovirak eta Lavegak (2014) burutu zuten generoaren ikuspegian oinarrituta eta egoitza ezberdinetan lortutako datuak alderatuta.

Ikerketa hauek guztiek zerbait dute komunean, izan ere, ikerketa guztiek *Games and Emotions Scale* eskala erabiltzen dutela beraien galdetegietan datuak ateratzeko.

2.3. Parlebasen sailkapena

Jarduera fisiko asko dauden heinean, hauek familia ludiko ezberdinetan sailkatzeko beharra ikusten da. Azken urte hauetan, kirol-jolasen inguruko taxonomiak asko ugaritu dira (Parlebas, 1988) Lagarderek eta Lavegak (2005: 40) adierazten duten bezala:

Jarduera fisikoak sailkatzen saiatu badira ere, egin diren proposamenak ez dira Parlebasek proposatu zuena bezain sendoak eta zorrotzak. Jarduera eragileak ordenatzeaz gain, sailkapenaren araberako praktiken eta familien egituraren berezitasuna hobeto ulertzeko, gerora egin daitezkeen ikerketetarako hipotesiak eta ideiak ere eman zituen.

Parlebasek (2001: 424) jarduera fisikoen sailkapena egin zuen. Sailkapen hau burutzeko, bi aldagai erabili zituen jarduera ezberdinak sailkatzeko orduan: 1) Parte-hartzaileen arteko elkarrekintza eta 2) Inguruak eragindako ziurgabetasuna. Lehenengoari dagokionez, Parlebasek lagunak (L) edo/eta aurkariak (A) egotea kontuan hartzen du; eta bigarrenari dagokionez, eremuarekiko ziurgabetasuna (Z) egotea edo ez. Pierre Parlebasen sailkapenean, orain azaldu bezala, hiru irizpideren konbinaketaren ondorioz zortzi motatako jarduerak bereizten dira. Hiru irizpide horiek Lankidetzak (komunikazio eragilea, laguna egotea), Aurkaritzak (aurkaria egotea) eta Zalantzak (eremuak eragindako ziurgabetasuna) dira.

Hala ere, ikerketa burutu den eremua uneoro eremu zitura izan denez, hau da, prestatutako saioak beti ere frontoi batean egin direnez, Parlebasek erabilitako aldagai batean oinarritzen da ikerketa hau: parte hartzaileen arteko elkarrekintzan hain zuzen ere, zalantzaren (Z) aldagaia kontuan hartu gabe. Honek, bi irizpideren konbinaketa ekartzen du (Lankidetzak eta Aurkaritzak), hauen arteko konbinaketaren bidez lau jarduera motara murriztuz. Honako hauek dira lau jarduera mota horiek:

1. *Psikomotrizitate-egoerak (LA)**: zeregin motorra sortzeko ez da beste kideekin elkarreraginik egongo eta ez da aurkaririk egongo. Bertan parte hartzen dutenek bakarrik jarduten du. Adibidez, surfa, txingon jolasa eta abar.

*Azpimarrak ezetza adierazten du.

2. *Soziomotrizitate-egoerak*: egoera hauetan zeregin motorrak parte-hartzailearen batekin elkar ekintza sortzen du.

- *Laguntzazko egoerak (LA)*: parte hartzearen ondorioz gutxienez lagun batekin elkarreragina eskatzen duten jarduera multzoa, beti ere aurkariaren fenomeno agertu gabe; adibidez, binakako piraguismoa.
- *Aurkaritza eskaintzen duten egoerak (LA)*: Gutxienez aurkari bat agertzen diren jarduerak, baina indibidualki, hau da, laguntzazko elkarreragin gabe burutzen diren jarduerak; adibidez, judoa, karatea, tenisa, esgrima eta abar.
- *Laguntza eta aurkaritza egoerak (LA)*: Parte hartzaileek gutxienez aurkari baten eragozpenarekin eta kide baten laguntzarekin jarduten dute. Bertan, talde-jarduerak hartzen dute garrantzia; adibidez, futbola, eskubaloia edo saskibaloia bezalako talde-kirolak.

3. HIPOTESIAK

Hipotesi orokorra

Lehen Hezkuntzako Heziketa Fisikoko arloan emozio ugari bizitzen dira eta emozio hauek jardueraren barne logikaren arabera dira.

Hipotesi espezifikoak

- Heziketa Fisikoko edozein saiotan, emozio positiboak gehiago bizitzen dira emozio negatiboak baino.
- Jolas soziomotorretan (lankidetzak, aurkaritzak, aurkaritzak-lankidetzak) eta arlo psikomotorretan ikasleek bizitzen dituzten emozioak ezberdinak dira.
- Heziketa Fisikoa Lehen Hezkuntzako ikasleekin lantzearen bidez ikasleek bizi ditzaketen emozioak zeintzuk diren ikustea, eta aldi berean, zein emozio mota (positiboak edo negatiboak) gailentzen den demostratzea.
- Jolasaren egoera motorra kontuan izanda ere, generoaren arabera emozioak modu ezberdinean bizitzen dira.
- Heziketa Fisikoko saioetan momentu oro ikasleek emozioak bizitzen dituztenez, inteligentzia emozionala lantzen da.

4. METODOA

Gaur egun metodologia ezberdinak erabiltzen dira ikerketak egiteko. Ikerketa honen helburua talde sozial baten deskripzioa egitea denez, metodologia kualitatiboa hartu da oinarritzat, etnografia oinarri duena.

4.1. Jatorria, kontzeptua eta ezaugarriak

Metodologia kualitatiboaren sorrera XIX. mendean datza, ikerketa sozialean kontzienteki erabiltzen hasten denean, hain zuzen ere (Bisquerra, 1989). Testuinguru honetan azaleratzen da antropologia, zeinetan arreta zientifikoa jartzen zaion talde sozial hauen ikerketari, hau da, antropologoen betebeharra kultura bat edo talde sozial bat ikertzeari. Hori horrela, etnografia izena ematen hasten zaio jendearen (*ethnoi* grekeraz) deskripzio monografikoari.

Metodologia kualitatiboa Etnografian euskarritzen da eta helburua aurkikuntza bat egitea da, hau da, egunerokotasunean gertatzen dena azaleratzen zentratzen da, ondoren interpretatu eta modu egokian ulertzeko (Rojas, 2002).

Metodologia kualitatiboak hainbat ezaugarri biltzen ditu Quecedo eta Castañok (2003) azaltzen duten bezala:

- Indukziozko metodologia bat da, hau da, hainbat kontzeptu garatzen dira, baina betiere zenbait datutan oinarritzen dena. Hasiera batean ikerkuntza ezjakintasun hutsa da eta nahiko malgua.
- Pertsonak egungo zein iraganeko testuinguruan ikertzen dira.
- Ikertzaileak sor ditzakeen eraginaren aurrean sentsibilitate handia dago, batez ere beraiekin etengabeko kontaktua dagoelako.
- Ikertzailea pertsonak ulertzen saiatzen da betiere testuingurua kontuan izanda.
- Ikertzaileak bere ideiak zein pentsamenduak alde batera utzi behar ditu.
- Ikuspuntu guztiak baliagarriak dira.
- Ikerkuntza kualitatiboek lotura estua zehazten dute pertsonen esan edo egiten dutenaren eta lortzen diren datuen artean.
- Testuinguru zein pertsona guztiak dira ikerkuntzarako baliagarriak.

4.2. Metodologia kualitatiboaren faseak

Metodologia kualitatiboaren garapenean, hainbat fase zehazten dira eta guztiak beharrezkoak dira ikerkuntza osatu bat lortzeko, nahiz eta ez den beharrezkoa ordena zehatz jakin batekin gauzatzea. Zazpi dira ikerketa etnografiko batean burutu beharreko faseak (Goetz eta LeCompte, 1988: 58).

1. Ikerkuntza prozesuaren marko teorikoa.
2. Metodologia: erabiliko den ikerkuntzaren diseinua eta bere aukeraketaren arrazoiak.
3. Ikerketaren testuinguru eta parte-hartzaileak.
4. Ikertzailearen esperientzia eta ikerketan burutu duen papera.
5. Datuen bilketarako teknikak.
6. Datuen analisia.
7. Datuen interpretazioa eta aplikazioa.

4.2.1. Ikerkuntzaren diseinua

Ikerketa honen hipotesi nagusian *"Lehen Hezkuntzako Heziketa Fisikoko arloan emozio ugari bizitzen dira eta emozio hauek jardueraren barne logikaren arabera ezberdinak dira"* zentratzen bagara, jakinekkoa da gizakiok uneoro emozioak bizitzen ditugula eta, hori oinarri hartuta, hezkuntza-munduan ere ikasleek emozioak bizitzen dituztela. Ikerketa honetan, ikasleek Heziketa Fisikoko saioetan bizitzen dituzten emozioak ikertuko dira eta ezberdintasunak zehaztuko dira, baldin eta badaude.

Ezberdintasun horiek Parlebasek egoera motorren arabera egiten duen sailkapenean oinarrituta egongo dira, hau da, zein emozio sentitzen dituzten lankidetzak, aurkaritzak, lankidetzak-aurkaritzak eta egoera psikomotorra oinarritzat duten saioetan

Ikerketa hau Gasteizen kokatuta dagoen Armentia ikastetxean burutu da, ikastetxeko frontoia izanik ikerketarako eremu nagusia. Hala ere, ikerketarekin hasteko beste eremu batzuk ere erabili dira, informatika-gela esaterako, ikerketaren hasieran ikasleei ikerketaren funtsa azaldu eta zenbait azalpen teoriko eman zaielako emozio-kontzeptua, emozio ezberdinen deskripzioa eta saio bakoitzaren helburuen inguruan.

Ikerketa egiteko lau saio ezberdin sortu dira, bakoitza Parlebasen sailkapenean oinarritutako egoera motor bakoitzean oinarrituta. Saio bakoitzak ordu bateko iraupena izan du eta saioaren amaieran ikasleek

galdetegi bat osatu behar izan dute, baliotua dagoen jolas eta emozioen galdetegia oinarri hartuta (*Games and Emotion Scale, GES*).

Ikerketaren metodo nagusia kualitatiboa izan bada ere, eta behaketen bidez jasotako datu deskriptibo eta saioan zehar egindako galderek pisu handia izan badute ere, galdetegiak aurretik lortutako datu deskriptibo horiek baieztatzeko balio izan dute. Bertan, estatistika aplikatzen da datuak analizatzerako orduan. Kasu honetan, estatistika-iturria *Microsoft Office Excel 2007* programa izan da.

4.2.2. Parte-hartzaileak

Ikerketan parte hartzen duten pertsonak "lagina" izena dute, nahiz eta testuingurua ere laginaren barruan egon (Goetz eta LeCompte, 1988).

Ikerketa honetan Armentia ikastolako Lehen Hezkuntzako 6. mailako 75 ikasle hartu dute parte, horietatik 35, neska (%46,6); eta 40, mutil (%53,4) direlarik. Adin tartea 10 eta 11 urte bitartekoa izan da eta ikasle guztiek eman dute beraien oniritzia ikerketan parte hartzeko.

Ikasleak oso ohituak zeuden batera lan egitera eta bertako Heziketa Fisikoko irakaslearen arau eta errutinetara. Hori dela eta, egoera hori aprobetxatu da eta irakasleak dituen arau eta errutina berdina planteatu zaizkie saioa hasi, jarduerak amaitu, jarduerak azaldu eta saioari amaiera emateko. Ikasleak saioaren hasieran pilotalekuko horman eseri eta azalpenak entzuten dituzte, dena argi izan arte jarduerari hasiera eman gabe. Behin jarduera amaituta, berriz ere horman esertzen dira hurrengo jardueraren azalpena eman eta aurreko jarduera bizitako emozioak azaleratzeko. Prozedura hori burutu da jarduera guztietan. Ikasleek hasiera batetik argi izan dute burutu beharreko saioen helburu nagusia beraien bizitzen zituzten emozioak azaleratzea dela, aurretik lanketa bat eginda dutelako, eta beraien parte hartzea eta jarrera oso positiboak izan dira hau lortzeko.

4.2.3. Datuen bilketarako erabilitako teknikak

Dagoeneko, ikerlariak erabiliko duen metodoa aukeratuta duenean, datuen bilketa egiteko teknikak zehazten dira. Hezkuntzan datuak biltzeko teknika nagusiak testak, galdetegiak, elkarrizketak eta behaketak dira (Bisquerra, 1989).

Ikerketa honetan hiru dira datuak biltzeko erabilitako teknikak: behaketa parte-hartzailea, bat-bateko galderak edo elkarrizketak, eta galdetegia. Behaketa parte-hartzailea eta elkarrizketak saioan zehar aplikatu dira eta galdetegia, berriz, saioaren amaieran.

4.2.3.1. Behaketa parte-hartzailea

Proiektu honetan, behaketak garrantzia handia hartu du ikasleek Lehen Hezkuntzako saioetan bizitzen dituzten emozioak ikertzerako orduan. Bisquerrak (1989) dio behaketa ikerketa zientifikoetan datuak batzeko oinarritzeko estrategia bat dela.

Goetzek eta LeComptek (1988) dioten bezala, behaketa parte-hartzailea da etnografian erabiltzen den teknikarik garrantzitsuen eta ikerketa-munduan behaketa mota dauden arren, ikerketa honetan behaketa parte-hartzailea izan da erabilitako behaketa-estrategia. Bertan, ikertzaileak ahalik eta denbora gehien igarotzen du ikertuak izaten ari diren gizabanakoekin. Ikerketa honetan, saio guztietan zehar eremuan sartuta egon eta ikertzailearen papera ikasleei hasierako azalpenak eman ondoren, hauen jarrera eta portaerak behatzea izan da. Ikertzailearen posizioa behatzailea izan denez, jarduera eremutik kanpo egon da, hau da, ikerketa burutu den eremua eskolako frontoia izanik, frontoian egon da ikertzailea, baina betiere ikasleen jarduerak oztopatu gabe. Honek suposatzen du ikertzaileak ez dituela ikasleak oztopatu jardueran zehar. Hala ere, jardueraren hasiera edo amaieran eskuak sartu eta moldaketak egin dira jardueraren funtzionamendua hobetzeko.

Bi autore hauen aburuz (Goetz eta LeCompte, 1988), ikertzaileak landa-oharrak hartzen ditu momentuan bertan edota jarduera amaitu eta denbora gutxira. Behaketa parte-hartzailearen bidez, ikertuak diren gizabanakoak errealitateari buruz duten definizioak lortzen dira. Hau guztia, hizkuntza baten bidez egiten denez, oso garrantzitsua izango da ikertzaileak ikertuak diren gizabanakoen hiztegi hori ezagutzea. Kasu askotan, behaketa parte-hartzailearen bidez lortutako datuak ezin dira baloratu eta bere helburu nagusia talde sozialen eta egoera kulturalen deskripzio soil da.

Behaketaren bidez eremuan hartutako datuak erregistratzen dira paperean eta oso garrantzitsua izango da datu hauek gauzak gertatzen diren heinean jasotzea. Zentzu honetan, ikertzaileen artean eztabaida dago datuak

paperean hartzearen edota bideoa eta ahotsa grabatzearen artean. Hau ikerketa egingo duen ikertzailearen esku geldituko da, ikerketaren testuinguruaren arabera (Piñeiro, 2015).

Ikerketa honetan, datu hauek idatziz hartu dira (*ikus 3. eranskina*) eta gehien bat saioan zehar hartu badira ere, saioaren amaieran datuak osatzeko tarte hartu da. Erabilitako hizkuntza euskara izan da, Armentia ikastolan D eredua txertatuta dagoenez, Heziketa Fisikoko saioak euskaraz ematen dituzte.

Piñeirok (2015) azaltzen duen bezala, hiru dira ikertzaileak hartu ditzakeen rola: guztiz parte-hartzailea, guztiz behatzailea eta behatzaile parte-hartzailea. Ikerketa honetan hartutako rola behatzaile parte-hartzailea izan da. Ikertzailearen papera behaketaren bidez datuak jasotzea izan da eta ikertuak izan diren ikasleek uneoro jakin dute ikertzailearen eginkizuna zein izan den.

Behaketa honetan hartutako ohar eta datuak oso baliagarriak izan dira saio ezberdinetan gertatutakoa gogoratzeko.

4.2.3.2. Bat-bateko galderak edo elkarrizketak

Bisquerrak (1989: 103) adierazten duen moduan, ikertutako eremuan egiten diren bat-bateko galderak ikertzaileak hasitako bi pertsonen arteko elkarrizketak dira, ikerketarako garrantzitsua den informazioa lortzeko helburuarekin.

Ikertzaileak oinarri bat izateko, galderak egiteko protokolo bat zehaztea gomendatzen da. Protokolo hau ikertzaileak ikertuak izango diren pertsonen egiteko eta aurretik prestatuta dauden galdez osaturik egongo da (*1.eranskina*).

Hainbat dira elkarrizketa hauek egiteko moduak. Bisquerrak (1989: 105) bost zehazten ditu elkarrizketak egiteko oinarriko modu bezala; elkarrizketa formala, formaltasun gutxiagokoa, elkarrizketa informala, zuzena ez den elkarrizketa eta elkarrizketa zentratua. Ikerketa honetan formaltasun gutxiko elkarrizketa erabili da, ikertzaileak informazio berria lortzeko galderen sekuentzia aldatu baitu, hau da, galdeketan zehar protokoloa eduki arren galdera osagarri ezberdinak planteatu zaizkie ikasleei informazio gehiago lortzeko.

Bat-bateko galderen erabilera prozesua ikerketan

Lehen esan bezala, oso erabilgarriak izan dira bat-bateko galdera edo elkarrizketa hauek, ikasleak momentuan behar bizitzen zituzten emozioak jaso eta oharrak osatzeko. Kasu honetan, protokolo bi galdera izan dira (*ikus* 1. *eranskina*) eta galdera horiek aldeztatik aurretik prestatuak egon dira. Ikasleei jardura egiten ari ziren bitartean edo amaitu bezain laster, protokoloaren galderak egin zaizkie. Galderen erantzunak idatziz jaso dira eta behaketan hartutako oharrak osatzeko balio dute.

4.2.3.3. Galdetegia

Galdetegi bat egiteko prozesuan zenbait teknika eta baldintza behar dira datuen adierazgarritasuna lortu nahi bada. Horretarako, galdetegiaren diseinua argia izan behar da: helburuak zehaztu, aldagaiak definitu eta galderak egin. Galderak egiterako orduan, ziurtatu behar da galdetegi erantzuten dutenek ez dituztela galderak faltsutuko ondo gelditzeko asmoz (Bisquerra, 1989).

Emozioak zehazteko ikerketa honetan datuak jasotzeko prozesuan erabilitako tresna galdetegi izan da. Galdetegi hau Lleidako Unibertsitatean egindako *“Juegos deportivos y emociones. Propiedades psicométricas de la escala GES para ser aplicada en la educación física y el deporte”* (Lavega, March eta Filella, 2013) ikerketan oinarritzen da, zeinetan kirol-jokoaren eta emozioen eskala (*Games and Emotions Scale*) balioztatzea zen helburua. Hala ere, galdetegian nire interes guztiak arabera moldaketa ezberdinak egin dira. Honen bidez, aurretik ikerketan planteatutako hipotesiak baieztatu eta ezeztatzea izan da jomuga. Galdetegi itxia eta dikotomikoa izan da eta ikasleek bertan zehazten ziren auzi ezberdinetan BAI ala EZ erantzun behar zuten. Galdetegi honek hiru aldagai aurkezten ditu: emozioak, jokaera motorra eta emaitza.

Emozioei dagokionez, aldagai hau Bisquerrak (2000) emozioen inguruan egiten duen sailkapenean dago oinarrituta. Bertan, emozioak hiru multzo ezberdinetan banatzen dira; positiboak (poza, umorea edo alaitasuna bezalakoak), negatiboak (haserrea, tristura edo estresa) eta anbiguoak (esperantza edo sorpresa). Kasu honetan, ikasleen ezaugarriak kontuan izanik, eta galdetegiari erraztasuna planteatzeko eta ikasleen erantzunak errazteko asmoz, galdetegi hamalau item ezberdinez osaturik egon da,

emozio positiboetan (motibazioa, poztasuna, maitasuna, alaitasuna, dibertsioa, gogoia eta umorea) eta negatiboetan (beldurra, antsietatea, amorrua, haserrea, tristura, lotsa eta errefusa) banatuta.

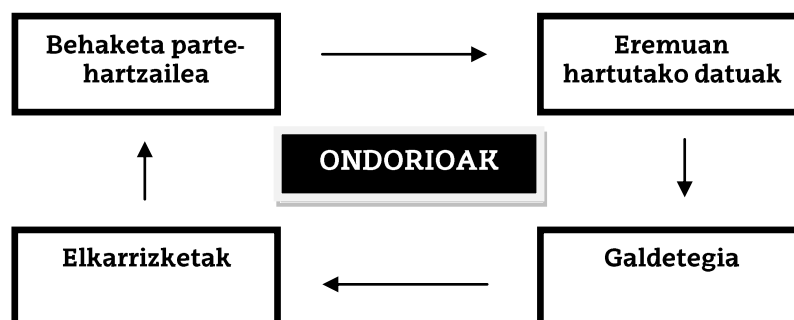
Galdetegia ikasleek burutu duten saio bakoitzaren amaieran osatu dute. Galdetegiaren beste aldagai bat jardueren egoera motorra zen. Hori dela eta, ikasleek lau saio ezberdin egin dituzte Parlebasek (2001) jolasen inguruan egin zuen egoera motorren sailkapenean oinarrituta. Erantzun aurretik, ikasleek aurretiko prestakuntza bat jaso dute emozioen inguruan oinarritzko oinarri teorikoak azalduz: kontzeptua, osagaiak eta emozio ezberdinen sailkapena eta horien esanahia, betiere Heziketa Fisikoko testuinguruan. Galdetegia itxia denez, ikasleek saioan zehar bertan planteatutako hamalau emozio horiek (emozio positiboak eta negatiboak) bizi dituzten edo ez zehaztu behar izan dute.

Hirugarren aldagai emaitza izan da eta bertan zehaztu behar da saio guztietan planteatutako jarduerak garaipenik gabeko jarduerak izan direla.

4.2.4. Datuen analisisia

Datuak analizatzeko teknika triangulazioa izan da. Teknika honen oinarria nagusia datuak zenbait ikuspuntutatik batzea eta analizatzea da, ondoren alderatu eta beraien arteko informazioa kontrastatzeko (Bisquerra, 1989: 264).

1. irudia: Triangulazioan erabili diren zenbait estrategiaren konbinaketa.



Hala ere, triangulazio-teknika hau modu zabalean ulertu daiteke, hainbat triangulazio mota bereiziz. Bisquerrak (1989) dio bost triangulazio modu bereizten direla; datuen triangulazioa, ikertzaileen triangulazioa, triangulazio teorikoa, triangulazio metodologikoa eta triangulazio anitza.

Ikerketa honetan erabiliko dena datuen triangulazioa da. Honen arabera, zenbait iturri erabiliko dira datuak jaso; eta, ondoren, guztiak kontrastatzeko.

4.2.5. Datuen interpretazioa eta aplikazioa

Goetzek eta LeComptek (1988) azaltzen duten bezala, datuen interpretazioak ikertzaileak ateratako datuak berarentzat zer esan nahi duten azaltzea eskatzen du, ikerketan planteatutako auzien arabera. Horretaz gain, garrantzitsua da datuak interpretatzean ateratako esanahiak azalratzea. Interpretazioa egiterako orduan, ikertzaileak era deskriptiboan egin beharko du interpretazioa, hau da, teknika ezberdinen bidez lortutako datuak azaldu beharko ditu. Datuen eta interpretazio honen arteko erlazioa gertaera-ondoriozkoa izango da.

4.3. Arlo etikoa

Ikerketa honetan zehar, aurretik azaldu bezala, hainbat ikaslek hartu dute parte. Ikasleak ez dira behartuak izan galdetegia erantzutera. Beraien anonimatua mantentzeko asmoz, ez da ikasleen daturik publikatu eta beraien izenak agertu beharrean ikasle bakoitza zenbaki batekin izendatu da. Hau, Armentia ikastolako izaerarekin bat dator, zeinetan ikasleen datuen babesari garrantzia ematen zaion.

Gainera, Armentia ikastolak eskainitako aukera eskertzeko asmoz, publikatutako ale bat ikastolara bidaliko da, horrela, bertan eginiko lan honen berri izango dute.

5. EMAITZAK

Ondorengo lerrotan, banan-banan azalduko dira datuak biltzeko erabilitako tekniken bidez lortutako emaitzak.

5.1. Elkarrizketaren bidez lortutakoak

Honako hauek dira egoera motor bakoitzean eginiko elkarrizketen bidez lortutako emaitzak:

Lankidetzsa-saioan, guztira 65 erantzun jaso dira emozio positiboez galdetzean. Erantzun horietatik, ikasle guztiek (%100) identifikatu ahal izan dute emozio positiboren bat, nahiz eta emozio bakoitza intentsitate ezberdinean agertu (*ikusi 1. taula*). Gehien agertu diren emozio positiboak poza (63 pertsona), gogoia (62 pertsona) eta dibertsioa (61) izan dira. Hauek izan badira gehien agertu direnak, erantzunen bidez argi gelditu da ikasle gehienak ere motibazioz (58 pertsona) eta umorez (56 pertsona) aritu direla lankidetzsaioan. Emozio negatiboen inguruan galdetzean, 62 izan dira jasotako erantzunak. Guzti horietatik, emozio negatiboak sentitu dituzten pertsonak 15 izan dira soilik. Bertan, gehien agertu diren emozio negatiboak antsietatea (11 pertsona), amorrua (8 pertsona) eta lotsa (9 pertsona) izan dira. Argi dago, ikasleen artean laguntasuna dagoenean emozio positiboak bizitzen dituztela, nahiz eta zenbait emozio negatibo ere bizi. Emozio negatiboen arrazoi nagusiak jardueraren helburua ez lortzea izan da. Helburua ez lortzean, haserrea 7 kasutan ikusi da eta amorrua berriz 8 ikasletan. Esaterako, hainbat ikasle haserretu egin dira jarduera batean baloia erori baitzaie edo jardueraren helburua zen toke kopurua egin ez dutela eta.

1.taula: Elkarrizketen bidez lankidetzsaioan lortutako emaitzak.

| Emozio positiboak | Motibazioa | Poztasuna | Gogoia | Dibertsioa | Umorea | Maitasuna | Alaitasuna |
|-------------------|------------|-------------|---------|------------|----------|-----------|------------|
| 65/65 | 58 | 63 | 62 | 61 | 56 | 4 | 60 |
| Emozio negatiboak | Beldurra | Antsietatea | Amorrua | Haserrea | Tristura | Lotsa | Errefusa |
| 62/15 | 1 | 11 | 8 | 7 | 2 | 9 | 7 |

Aurkaritza-saioan zentratuz, emozio positiboez galdera egin zaienean, 70 erantzun jaso ahal izan dira. Galdera egin zaien guztietatik, 69 pertsonak (%98.5) sentitu dute emozio positiboren bat (*ikusi 2. taula*). Emozio positiboak bizi dituztenen artean, gehien bizi direnak poztasuna (52 pertsona), gogoia (51 pertsona) eta dibertsioa (50 pertsona) izan dira. Nahiz eta hauek gehien agertu direnak izan, motibazioa (50 pertsona) eta alaitasuna (45 pertsona) ere ikasle askok bizi dituzte. Emozio negatiboei dagokienez, 60 izan dira jasotako erantzunak eta erantzun horietatik 50 pertsonak bizi dute emozio negatiboren bat. Bizitako emozio negatibo horietatik, amorrua (27 pertsona), antsietatea (20 pertsona), eta haserrea (17 pertsona) izan dira gehien nabarmendu direnak. Datu hauek ikusita, esan daiteke aurkari bat dagoenean eta pertsonen arteko duelu dagoenean emozio positiboak murriztu egiten direla, emozio negatiboei bide emanez. Ikasleen arteko kontaktu horrek antsietatea edo amorrua eta haserrea bezalako emozioak sentiaraztea ekartzen du, batez ere, arauak daudelako tarteko eta sarritan arau horiek errespetatzen ez direlako.

2. taula: Elkarrizketen bidez aurkaritza saioan lortutako emaitzak.

| Emozio positiboak | Motibazioa | Poztasuna | Gogoia | Dibertsioa | Umorea | Maitasuna | Alaitasuna |
|-------------------|------------|-------------|---------|------------|----------|-----------|------------|
| 70/69 | 50 | 52 | 51 | 50 | 41 | 3 | 45 |
| Emozio negatiboak | Beldurra | Antsietatea | Amorrua | Haserrea | Tristura | Lotsa | Errefusa |
| 60/50 | 3 | 20 | 27 | 17 | 2 | 3 | 15 |

Lankidetzeta/Aurkaritza saioan, erantzun kopuru gehiago jaso dira, saioan zehar denbora gehiago egon baita (*ikusi 3. taula*). Kasu honetan, 70 erantzun jaso dira eta ikasle guztiek emozio positiboak bizi dituzte (%100). Emozio positibo bakoitza intentsitate nahiko parekoa izan da. Kasu honetan, dibertsioa (68 pertsona) izan da gehien bizitako emozioa. Hala ere, gogoia (66 pertsona), motibazioa (66 pertsona) eta poztasuna (65 pertsona) emozioak ere intentsitate handian bizi dituzte. Nabarmenezkoa da, beste egoeretan ez bezala, Maitasuna (11 pertsona) ikasle askok bizi dutela. Emozio negatiboen inguruan galdetuta, 66 izan dira jasotako erantzunak eta horietatik 40 izan dira emozio negatiboren bat bizi duten ikasleak. Gehien agertu diren emozio negatiboak amorrua (14 pertsona), antsietatea (11 pertsona) eta haserrea (11 pertsona) izan dira.

3. taula: Elkarrizketen bidez lankidetzaz/aurkaritzaz saioan lortutako emaitzak.

| Emozio positiboak | Motibazioa | Poztasuna | Gogoa | Dibertsioa | Umorea | Maitasuna | Alaitasuna |
|-------------------|------------|-------------|---------|------------|----------|-----------|------------|
| 70/70 | 66 | 65 | 66 | 68 | 58 | 11 | 62 |
| Emozio negatiboak | Beldurra | Antsietatea | Amorrua | Haserrea | Tristura | Lotsa | Errefusa |
| 66/40 | 4 | 11 | 14 | 11 | 4 | 2 | 2 |

Azkenik, saio psikomotorrean emozio positiboek galdetzean 70 izan dira jasotako erantzunak (*ikusi 4. taula*). Jasotako erantzun horietatik 67 ikaslek bizi dituzte emozio positiboak (%95.71). Emozio positiboak bizi dituzten ikasle horien artean, gehien bizi diren emozioak poztasuna (66 pertsona), gogoa (60 pertsona) eta dibertsioa (58 pertsona) izan dira. Hala ere, beste zenbait emozio ere garrantzia izan dute saio honetan; hala nola, motibazioa (54 pertsona) edo umorea (53 pertsona) eta alaitasuna (53 pertsona) bezalakoak. Emozio negatiboek galdetzean berriz, 66 izan dira jasotako erantzunak, horietatik 35 ikaslek erantzun dutelarik emozio negatiboren bat bizi dutela saioan zehar. Emozio negatiboen artean, gehien bizi dituzten emozioak amorrua (15 pertsona), antsietatea (14 pertsona) eta haserrea (12 pertsona).

4. taula: Elkarrizketen bidez psikomotor saioan lortutako emaitzak.

| Emozio positiboak | Motibazioa | Poztasuna | Gogoa | Dibertsioa | Umorea | Maitasuna | Alaitasuna |
|-------------------|------------|-------------|---------|------------|----------|-----------|------------|
| 70/67 | 54 | 66 | 60 | 58 | 53 | 4 | 53 |
| Emozio negatiboak | Beldurra | Antsietatea | Amorrua | Haserrea | Tristura | Lotsa | Errefusa |
| 66/35 | 4 | 14 | 15 | 12 | 4 | 2 | 5 |

5.2. Behaketaren bidez lortutakoak

Behaketaren bidez jasotako informazioaren bidez ere hainbat datu atera ahal izan dira ikerketa honetan. Datuak batzeko erreminta orri zuri bat zen, non bertan saioan jasotako gora beherak eta ikasleek izandako erreakzioak idazten ziren (*ikusi 3. eranskina*).

Ikusi ahal izan dudak daturik nabarmenena ikerketan zehar egoera ezberdinak burutu badira ere, jarduerak egitura ezberdina izanda egoera positiboak nagusitasunez gailendu direla egoera negatiboak, hau da, egoera motor ezberdinen aurrean, ikasleek emozio positiboak intentsitate handiagoz bizi dituzte emozio negatiboak baino. Honen adierazle nagusia, ikasleek saioan zehar izandako erreakzioak eta jarrerak izan dira, gehienetan hori adierazten zuten jarrera eta erreakzioak ikusi ahal izan baitira. Datu hauek bat egiten dute lankidetzaren arloan emozioen inguruan eginiko beste ikerketa baten lortutako datuekin (Jaquerra, Lavega, et al. 2014), zeinetan ondorioztatzen duten lankidetzaren saioan emozio positibo gehiago bizitzen direla negatiboak baino. Bestalde, beste ikerketa batean (Sáez de Ocáriz, Lavega et al. 2014: 322) emandako datuekin ere bat dator behaketaren bidez lortutako beste datu bat: egoera negatiboak askoz ere balore baxuagoak lortzen dituzte egoera motor ezberdinetan.

Hala ere, beste datu garrantzitsu bat emozio negatiboekin lotutakoa izan da, izan ere, aurkaria baina garaipenik ez dagoen kasuetan, emozioak aldatu dira, hauen intentsitatean aldaketak ekarriz. Aurkaritzan aritzeak ikasleen arteko kontaktu bat dakar ikasleek arauak apurtu eta ondorioz beste batzuk haserretuz. Horren eraginez, ikasle batzuk tentsioa erakutsi dute edota hainbat ikasleek besteen nagusitasunaren aurrean parte-hartze txikiagoa erakutsi eta kikildu egin dira. Esaterako, kasuren bat egon da non beste ikasleren batek arauak apurtzean jolasean parte hartzeari utzi diotena. Honek guztiak, hainbat ikasleri emozio negatiboak izatea ekarri die eta honen adierazle nagusia hauen erreakzio eta jarrerak izan dira. Esaterako; ikasle askok jarrera oldarkorrak erakutsi eta arauak apurtu dituzte, beraien ikaskideak horren aurrean haserretuz, hainbat ikasle geldi gelditu dira, beste ikasleen aurrean gutxiago sentitzen zirelako eta beste batzuk tentsio-aurpegiak erakutsi dituzte, beste ikasleen nagusitasunak blokeatzera eramanez.

5.3. Games and Emotios scaleen bidez lortutakoak

5.3.1. Sarrera

Jarraian, ikerketa guztian "Games and Emotion Scale" eskalaren bidez ikasleen emozioen intentsitatearen inguruan ateratako datuen emaitzak adierazten dira. Bertan, hainbat aldagai daude; adierazitako emozio guztiak (EG), adierazitako emozio positiboak (EP), adierazitako emozio negatiboak (EN), emozio positiboen ehunekoa (%EP) eta emozio negatiboen ehunekoa (%EN). Horrez gain, egoera motor bakoitzari zenbaki bat jarri zaio, ondoren datuak deskribatzerako orduan baliagarria izango dena: Lankidetzak (1), Aurkaritza (2), Lankidetzak/Aurkaritza (3) eta Psikomotorra (4).

5.3.2. Datu orokorrak

Datuak orokorrean aztertuz, adierazi daiteke saio guztietan zehar emozio kopuru antzekoak bizi dituztela ikasleek (EG), gutxien bizi dituzten egoera Lankidetzakoa izanik ($EG_1 = 6.28$) eta gehien bizitako egoera Aurkaritzakoa izanik ($EG_2 = 7.05$). Lankidetzak/Aurkaritza ($EG_3 = 6.75$) saioan eta saio psikomotorrean ($EG_4 = 6.53$) antzeko baloreak ikusia ahal izan dira. Bizitako emozio horien nolakotasunari erreparatu ezker, ezberdintasunak adierazten dira egoeraren arabera. Emozio positibo gehien adierazi diren egoera Lankidetzakoa izan da ($\%EP_1 = 90.38$), nahiz eta Lankidetzak/Aurkaritza ($\%EP_3 = 88.03$) eta saio psikomotorrean ($\%EP_4 = 86.6$) ere emozio positiboaren balorea antzekoa izan. Aurkaritza-saioa izan da, besteekin alderatuz, ezberdintasun handiena ekarri duena. Bertan, emozio positiboak ($\%EP_2 = 75.81$) emozio negatiboak ($\%EN_2 = 24.19$) gailendu bazaizkie ere, alde handia dago beste egoeretan bizitako emozioen artean.

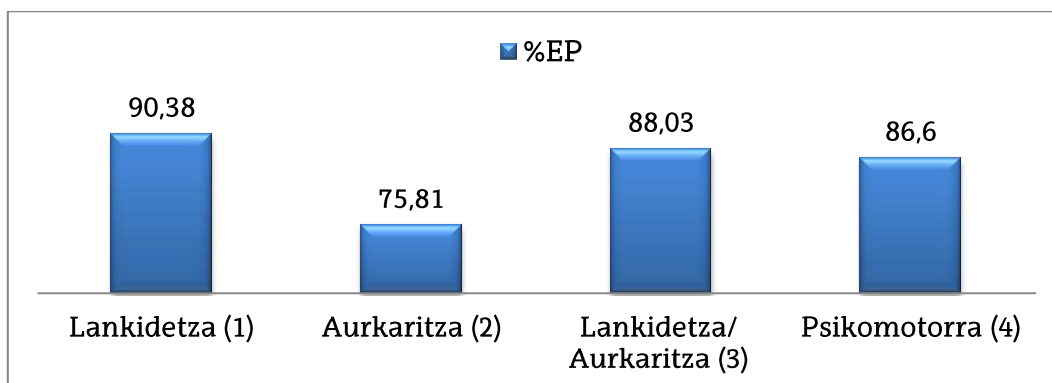
5. taula: Ikertutako arlo guztien datuek emozioen arabera.

| | Lankidetzak (1) | Aurkaritza (2) | Lankidetzak/ Aurkaritza (3) | Psikomotorra (4) |
|------------|--------------------|-------------------|--------------------------------|---------------------|
| EG | 6.28 | 7.05 | 6.75 | 6.53 |
| EP | 5.62 | 5.25 | 5.85 | 5.63 |
| EN | 0.68 | 1.80 | 0.90 | 0.90 |
| %EP | %90.38 | %75.81 | %88.03 | %86.6 |
| %EN | %9.62 | %24.19 | %11.97 | %13.4 |

5.3.3. Emozio positiboen portaera

Heziketa Fisikoko saioetan emozio positiboak (motibazioa, poztasuna, gozamina eta abar) askoz gehiago bizitzen dituzte emozio negatiboak (tristura, haserrea, estresa eta abar) baino, nahiz eta hauek ere azaldu. Honekin, ondorioztatu daiteke ikasleek Heziketa Fisikoko saioetan emozio positibo ugari bizitzen dituztela. Honen adierazle nagusia ondorengo datuak dira: egoera motor horiek kontuan izanda, emozio positibo gehien Lankidetzan (%EP₁ = 90.38) saioan bizi dituzte. Hala ere, balore antzekoak lortu dira Lankidetzan/Aurkaritzan (%EP₃ = 88.03) eta arlo psikomotorrean (%EP₄ = 86.6). Balore hauetatik aldentzen den egoera Aurkaritzako (%EP₂ = 75.81) egoera da, zeinetan beste egoerak alderatuz, emozio positiboen balore baxuagoa lortu duen. Honen arrazoi nagusia, ikasleak aurkaria aurrean izatean bizitzen dituzten haserreak edota frustrazioak dira. Esaterako, ikasleek emozio hauek adierazten dituzte aurkariak lortu beharreko helburua lortzea ekiditen duenean edo sortzen den kontaktuaren ondorioz gutxiago sentitzen direnean.

2. irudia: Adierazitako emozio positiboen ehunekoa egoera motorren arabera.

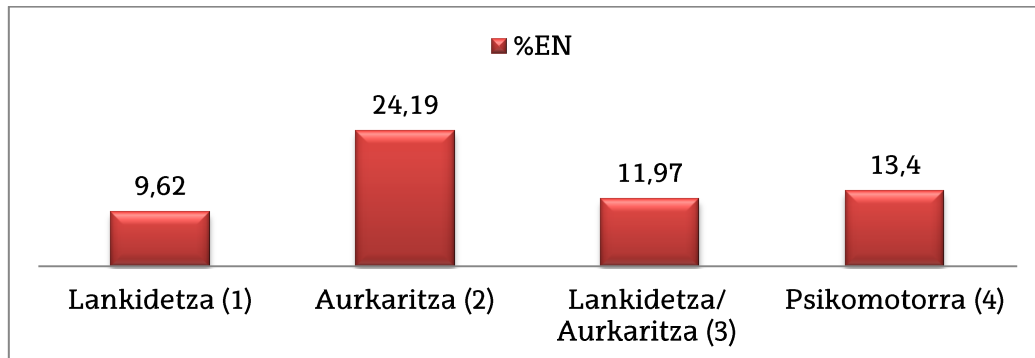


5.3.4. Emozio negatiboen portaera

Emozio negatiboak erreparratuz, atal honetako datuek adierazten dute ikasleek emozio negatiboak bizitzen badituzte ere, hauen baloreak oso urriak direla eta Heziketa Fisikoko saioak emozio positibo gehiago bizitzeko aukera ematen dietela ikasleei. Honen adierazle Lankidetzan (%EN₁ = 9.62), Lankidetzan/Aurkaritzan (%EN₃ = 11,97) eta arlo psikomotorrean (%EN₃ = 13.40) bizitzen dituzten emozio negatiboen kopuru txikia dira. Dena dela, Aurkaritzan egoera motorrean oinarritzen diren saioetan, ikasleek emozio negatibo gehiago bizitzen dituzte (%EN₂ = 24.19), gehienbat saio hauek ikasleen arteko

kontaktua eta lehiakortasun bat eskatzen dutelako, hau da, aurkaritzan aritzeak ikasleen arteko lehia dakar, liskarrak sortuz.

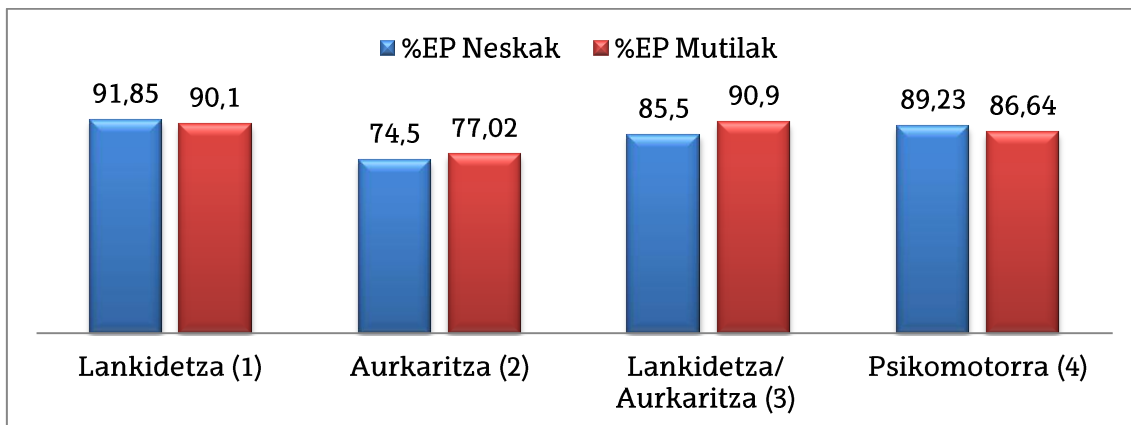
3. irudia: Adierazitako emozio negatiboen ehunekoa egoera motorren arabera.



5.3.5. Genero aldagaiaren portaera

Jolas motorraren kanpo-aldagaia den generoan ez dira aurkezten ezberdintasun handiak neskek zein mutilek bizitutako emozioen artean (*ikus 4. irudia*). Hala ere, egoera ezberdinetan bizitutako emozio positiboen baloreak ezberdintasunak aurkezten dituzte. Neskei dagokienez, lankidetza-saioa izan da balore altuena erakutsi duen egoera ($\%EP_{N(1)} = 91.85$). Haatik, gainontzeko egoeretan antzeko baloreak ikusi dira: Aurkaritza/Lankidetza ($\%EP_{N(3)} = 85.50$) eta Psikomotorra ($\%EP_{N(4)} = 89.23$). Mutilei dagokienez, agertzen diren emozio positiboen baloreak neskenak baino baxuagoak dira, nahiz eta ez aurkeztu ezberdintasun asko. Balore altuenak Lankidetza ($\%EP_{M(1)} = 90.10$) eta Lankidetza/Aurkaritza ($\%EP_{M(3)} = 90.90$) egoeretan adierazi dituzte, nahiz eta egoera psikomotorretan ere balore altuak erakutsi ($\%EP_{M(4)} = 91.85$). Emozio positiboen baloreetan, Aurkaritza-egoerak izan du gainontzeko baloretan oinarrituz ezberdintasun handiena ($\%EP_{N(2)} = 74,50$ eta $\%EP_{M(2)} = 77,02$).

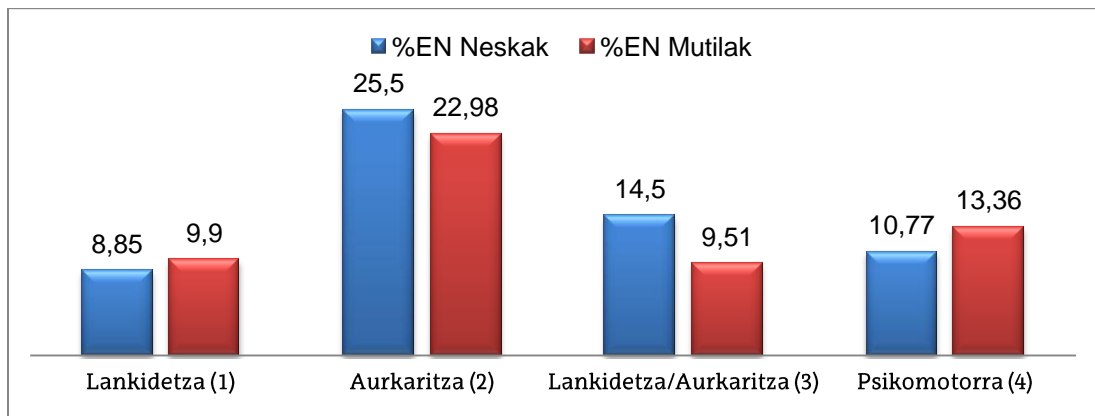
4. irudia: Generoaren arabera adierazitako emozio positiboen datuak.



Generoaren ikuspegiari jarraituz, emozio positiboekin eta negatiboekin ikusi daitekeen bezala, egoera mota bakoitzean bizitutako emozioen artean ez dago ezberdintasun handirik nesken eta mutilen artean. Bosgarren irudian ikusi daitekeen bezala, mutilei dagokienez, emozio negatiboen balore baxuenak Lankidetzeta/Aurkaritza ($\%EN_{M(3)} = 9.51$) eta Lankidetzeta ($\%EN_{M(1)} = 9.90$) saioetan ikusi ahal izan dira. Saio psikomotorrean, berriz, balore horrek altuagoak izan dira ($\%EN_{M(4)} = 13.36$) eta emozio negatibo gehien erregistratu diren egoera Aurkaritzakoa izan da ($\%EN_{M(2)} = 22.98$). Neskei dagokienez berriz, Lankidetzeta ($\%EN_{N(1)} = 8.85$) izan da emozio negatibo gutxien adierazi duten egoera, nahiz eta saio psikomotorrean ($\%EN_{N(4)} = 13.36$) ere emozio negatibo gutxi adierazi. Balore horietatik aldendu dira Lankidetzeta/Aurkaritza saioan ($\%EN_{N(3)} = 14.50$) eta gehienbat, Aurkaritza saioan ($\%EN_{N(2)} = 25.50$).

Datu hauek ikusita esan daiteke lankidetzeta agertzen den egoeretan emozio positiboen baloreak intentsitate handiagoz erakusten direla. Beste alde batetik, aurkaritza-egoeretan, emozio positiboen baloreak jaitsi egiten dira. Gainera, ikusi da lankidetzeta edo kooperazioan balore negatibo baxuagoak bizitzen dituztela haurrek aurkaritzan baino.

5. irudia: Generoaren arabera adierazitako emozio negatiboen datuak.



5.3.6. Emozioen intentsitatearen portaera

Seigarren taulan agertzen diren datuak, ikasleek bizitako emozioekin erlazionatuta daude. Ikasleek emozio ezberdinak bizi eta azalertzeko aukera izan dute ikerketa honetan eta hurrengo taulan egoera motor bakoitzean bizitako emozio bakoitza zein intentsitatean bizi den ikusteko aukera dago. Ikasle-lagina 75 ikaslekoa izanik, ikasle horiek guztiek emozio bakoitza zein ehunekotan bizi duten zehazten da.

Jarraian dagoen taulan argi eta garbi ikus daiteke emozio positiboek ikerketa honetan izandako garrantzia. Egoera motor ezberdinetan emozio positiboak askoz ere gehiago bizi dituzte negatiboak baino, nahiz eta hauen intentsitatea ezberdina izan den.

Emozio bakoitza kontuan izanda, egoera guztietan nabarmendu diren emozio positiboak poztasuna, gogoia, dibertsioa eta motibazioa izan dira. Datu hauen bidez argi ikusi daiteke lehen baieztatutakoa, hau da, emozio positiboak intentsitate handiagoz bizi direla. Haatik, gehien bizitako emozio positibo hauen intentsitatea ezberdina izan da egoera motor bakoitzean, emozio positibo horiek intentsitate ezberdinez bizi baitituzte. Esate baterako, poztasuna lankidetzatza (%95,89) eta egoera psikomotorretan (%95,89) adierazi dira, beste egoeretan intentsitate urriagoz adieraziz. Nabarmentzen den beste emozio bat dibertsioa izan da, honekin argi ikusiz ikasleek jarduera ezberdinen aurrean ondo pasatzen dutela. Dibertsioa intentsitate gehienez adierazi diren egoerak lankidetzatza eta lankidetzatza/aurkaritzatza (%93,15) izan dira. Honez gain, arlo psikomotorratza (%91,78) eta aurkaritzatza (%86,66) egoeretan ere intentsitate handiz adierazi dute.

Intentsitate hauen ezberdintasunekin lotuta emozio negatiboak aurkitzen ditugu, hauek gehiago biziz, emozio positiboen intentsitatea jaitsi egiten baita. Dena dela, emozio negatiboen intentsitatea aldatu egiten da nabarmen egoeraren arabera. Lehiakortasuna agertzen den egoeretan emozio negatibo hauen balorea areagotzen da, emozio positiboak bizitzeari bidea itxiz edota ikasleak emozio positibo gutxiago bizitzera eramanez. Zentzu honetan, gehien nabarmentzen diren baloreak aurkaritza-saioan agertzen dira, amorrua (%53,33) eta antsietatea (%39,90) izanik intentsitate handiagoz bizitzen direnak. Hala eta guztiz ere, lankidetzeta/aurkaritza eta saio psikomotorretan ere emozio negatiboen baloreak intentsitate altuz agertzen dira. Esate baterako, antsietatea eta amorrua bezalako emozioak %23 inguruan kokatzen dira.

Laburbilduz, emozio positiboen baloreak orokorrean intentsitate handiagoz adierazten dira egoera motor guztietan, baina hauek aldatu egiten dira aurkaritza agertzen den egoeretan, emozio negatiboek bidea zabalduz.

6. taula: Adierazitako emozio bakoitzaren intentsitatea ehunekotan.

| | Lankidetzeta (1) | Aurkaritza (2) | Lankidetzeta/ Aurkaritza (3) | Psikomotorra (4) |
|-------------------|---------------------|-------------------|------------------------------------|---------------------|
| Positiboak | | | | |
| Motibazioa | %83.56 | %85.33 | %91.78 | %86.66 |
| Poztasuna | %95.89 | %88.00 | %91.78 | %95.89 |
| Gogoia | %91.78 | %88.00 | %91.78 | %93.15 |
| Dibertsioa | %93.15 | %86.66 | %93.15 | %91.78 |
| Umorea | %87.67 | %70.67 | %78.47 | %85.33 |
| Maitasuna | %4.01 | %3.90 | %12.32 | %5.20 |
| Alaitasuna | %89.04 | %77.33 | %83.56 | %85.33 |
| Negatiboak | | | | |
| Beldurra | %2.73 | %2.66 | %3.90 | %5.20 |
| Antsietatea | %17.8 | %39.90 | %22.66 | %22.66 |
| Amorrua | %12.32 | %53.33 | %22.66 | %23.99 |
| Haserrea | %2.73 | %22.66 | %17.8 | %18.62 |
| Tristura | %1.36 | %1.33 | %5.20 | %5.20 |
| Lotsa | %16.43 | %2.66 | %2.66 | %3.90 |
| Errefusa | %12.32 | %17.33 | %2.66 | %6.33 |

6. ONDORIOAK

6.1. Eztabaida

Hipotesi orokorrari so eginez: "Lehen Hezkuntzako Heziketa Fisikoko arloan emozio ugari bizitzen dira eta emozio hauek jardueraren barne logikaren arabera ezberdinak dira" ondorioztatu daiteke Heziketa Fisikoko saioetan ikasleek emozio ugari bizitzen dituztela eta emozio horietatik, intentsitate gehienez bizitzen dituzten emozioak positiboak direla. Hori horrela, ondorioztatzen da Heziketa Fisikoko saioak tresna oso garrantzitsuak direla ikasleen arteko harremanak sendotu eta jolas motorraren bidez bakezko erlazioak zehazteko. Ikerketa honetan lortutako datu hauek, gai honen inguruan egindako beste hainbat ikerketetan lortutako datuak baieztatzen dituzte (Jaqueira, Lavega et al. 2014; Sáez de Ocáriz, Lavega et al. 2014; Mateu, Romero-Martin et al. 2014), non frogatzen duten egoera motor ezberdinetan adin guztietako ikasleek emozio ugari bizitzen dituztela. Hala ere, ikusi ahal izan da jolasaren barne logikaren arabera emozio horien intentsitatea ezberdina dela.

Hipotesi espezifikoei dagokionez, eta hipotesi orokorrari helduz, lehenengo hipotesi espezifikoa zentratu ezker: "Heziketa Fisikoko edozein saiotan, emozio positiboak gehiago bizitzen dira emozio negatiboak baino" ikerketan lortutako datuek frogatzen dute Heziketa Fisikoko saioetan emozio positiboak intentsitate handiagoz bizitzen direla negatiboak baino. Zehaztaper hau aldatu egingo da egoeraren arabera, lankidetzan izanik balore positibo gehien eskaintzen duena.

Bigarren hipotesi espezifikoa oinarri hartzen badugu: "Jolas soziomotorretan (lankidetzan, aurkaritzan, aurkaritza-lankidetzan) eta arlo psikomotorretan ikasleek bizitzen dituzten emozioak ezberdinak dira" eta ikerketaren datuekin konparatzen badugu, baieztatu daiteke jolasaren barne logikaren arabera azaleratutako emozioak ezberdinak direla. Ildo honetan, jolasaren barne logikak garrantzia hartzen du: lankidetzan da emozio positibo gehien bizitzeko aukera ematen duen egoera, beste hainbat ikerketetan frogatu daitekeen bezala (Jaqueira, Lavega et al. 2014; Sáez de Ocáriz, Lavega et al. 2014). Kasu honetan, esan daiteke lankidetzan oinarritutako jolasak errekurtso aberasgarria direla ikasgelan giro positiboa eta errespetuzkoa ezartzeko. Dena dela, lankidetzan/aurkaritzan eta arlo psikomotorretan oinarrituta, datuak ezberdinak suertatu badira ere, egoera hauek emozio

positiboen inguruan balore altuak eskaintzen dituzte. Datu hauek ere beste autore batzuk (Serra, Romero-Martin et al. 2014) eginiko ikerketan ere baieztatzen dira, zeinetan ondorioztatu zuten lankidetzan oinarritutako saioetan emozio positiboen balore handiagoak bizitzen direla saio psikomotorretan baino. Aurkaritzak, berriz, balore ezberdinak eskaintzen ditu, egoera honen inguruan egindako beste ikerketa batetan baieztatzen den bezala (Saez de Ocariz, Lavega, et al. 2014), emozio positiboen baloreak beste egoeren baloreen azpitik kokatuz. Aurkaritzazko jolasek ikasleen arteko kontaktua egotea ekartzen du, ikasleetan inpultsibilitate-sintomak sortu eta beraien emozioak kontrolatzeko gaitasuna murriztuz. Honek, arauak haustea edo beste pertsonak ez errespetatzea ekartzen du, emozio negatiboek bidea emanaz.

Hirugarren hipotesia behatzen badugu, generoaren aldagaiari egiten dio erreferentzia: "Jolasaren egoera motorra kontuan izanda ere, generoaren arabera emozioak modu ezberdinean bizitzen dira". Zentzu honetan, ezberdintasunak ikusten dira generoaren arabera ikasleek bizitako emozioetan eta, datu horiei erreparatuz, baieztatu daiteke neskek zein mutilek emozio ezberdinak bizitzen dituztela egoera motorraren arabera. Hala eta guztiz ere, ezberdintasun horiek ez dira oso handiak. Emaitza hauek beste ikerketa batzuetako emaitzak baieztatzen dituzte. Esaterako, ildo honetan egindako beste ikerketa batean (Jaqueira, Lavega et al. 2014) frogatzen da lankidetzan oinarritutako saioek emozio positibo handiak piztu ditzaketela mutiletan zein neskatan. Dena den, ikerketa honetan egiaztatu da neskek ere emozio positiboek dagokienez balore altuagoak erregistratzen dituztela mutilek baino, eta emozio negatiboetan berriz, mutilak direla balore altuagoak bizitzen dituztenak. Datu hauek ikerketa honetan lortutako emaitzekin bat egiten dute.

Beste egoeretan zentratuz, Aurkaritza domeinuan horiek aldatu egiten dira. Neskak dira emozio negatibo gehien bizitzen dituztenak, eta alderantziz, mutilek neskek baino emozio positibo gehiago azaleratuz.

Azkenik, laugarren hipotesiari begira: "Heziketa Fisikoko saioetan momentu oro ikasleek emozioak lantzen dituzte, hau da, Heziketa Fisikoaren bidez inteligentzia emozionala lantzen da" Golemanek (1995) aipatzen du inteligentzia emozionala lantzeak norbere emozioak ezagutzea, emozio horiek maneiatzea, auto motibatzea, beste pertsonen emozioak antzematea

eta hauekin harremanak ezartzea suposatzen duela. Aipamen honi so eginez, ikerketa honetan baieztatzen da Heziketa fisikoaren saioetan ikasleek beraien emozioak ezagutzeko eta hauek maneiatzeko aukera izan dutela. Horrez gain, saioetan bizitako egoera ezberdinen bidez, ikasleek beste pertsonak bizitako emozio ezberdinak identifikatzeko aukera izan dute, hauekin konfiantzazko eta errespetuzko harremanak ezarriz.

6.2. Ondorioak

Ondorio hauek ikerketa kualitatiboan zein kuantitatiboan ateratako datuekin bat datoz, hau da, bi arlo hauetan eginiko ikerketan lortutako datuek ondorio berdinetara iristeko aukera eman dute. Jarraian aurkezten dira ondorio orokorrak:

- Heziketa Fisikoko saioak inteligentzi emozionala landu eta hobetzeko baliagarriak dira. Golemanek (1995) inteligentzia emozionalaren inguruan emandako definizioan oinarrituz, bertan zehaztutako irizpideak lortzeko aukera ematen du, hau da, Heziketa Fisikoko saioetan burututako jolasek ikasleei norbere emozioak ezagutzeko eta besteen emozioak zeintzuk diren ezagutzeko aukera ematen die.
- Heziketa Fisikoko saio orok ikasleei emozio positibo ugari bizitzeko bidea zabaltzen die, esperientzia hauek ikasleengan eragin positiboa sortuz. Tresna bikaina da beraiengan emozio positiboak sortzeko. Horrez gain, emozio positibo hauek ikasleei erlazio baketsuak sortzeko aukera emango die; are gehiago, jolas kooperatiboetan, lankidetzan oinarri duten jolasetan; alegia, ikasleek beraien interes indibidualak taldeko interesekin uztartzen dira bizipen emozional positiboez gozatuz.
- Jolasaren barne logika kontuan hartu ezker, ikasleen emozioak ezberdin portatzen direla ondorioztatu daiteke. Orokorrean, aurretik aipatu bezala, Heziketa Fisikoko saioek ikasleei emozio positiboak bizitzeko aukera eskaintzen diete. Hala ere, barne logikari erreparatuz, lankidetzak eta ikasleen arteko elkarlanak ikasleei emozio positibo ugari bizitzeko aukera ematen die, beraien artean lagunduz errespetatu egiten dira, taldean giro positibo bat sortuz. Aldiz, aurkaria sartzen den momentuan, ikasleek emozio gehiago bizitzen dituzte, baina horiek negatiboak gehiago izanez. Ondorioz, irakasleak ikasgelan giro positibo

eta baketsua ziurtatu nahi izanez, lankidetzan oinarritutako jarduerak proposatu beharko luke..

- Generoaren ikuspegiari so eginez, argi gelditzen da sexu ezberdintasunak ez duela pertsonen emozioetan ezberdintasunik handirik zehazten. Orokorrean, ikasle guztiek emozio positibo ugari bizitzen dituzte, bi generoen artean ezberdintasunak txikiak direlarik. Datu hauek kontutan hartzekoak dira, batez ere, neska eta mutilen artean berdintasunera bideratuta dauden hezkuntza programetarako, hau da, datuak erabilgarriak izango dira nesken eta mutilen arteko berdintasuna lortzea helburu duten hezkuntza programetan.

7. HOBETZEKO PROPOSAMENAK

Ikerketaren gaia hasieran oso argi banuen ere, garatzean zailtasunak izan ditut. Esan beharra dago praktika aldiaren aurretik proiektua garatuta izateak asko lagundu didala, nahiz eta hasiera bateko planteamendua denboraren poderioz asko aldatu den. Gainera, gauzak oso argi izan gabe hasi nintzen lanean eta horrek atzera-pausu bat suposatu zidan. Horregatik, uste dut beharrezkoa izango zela tutorearekin bilera gehiago egin eta nire kabuz gauzak egiten hasi beharrean berarekin batera lanari hasiera ematea. Gainera, gradu bukaerako lana egiteko prozesuan, tutoreen partetik data finko batzuk zehaztea proposatuko nuke, horrela, ikasleak lana bideratuagoa izango zuen amaieran. Prozesuan zentratuz, lana ideia garbirik gabe hasteak lanaren bilakaeran eragin negatiboa izan du, ildo argi izan gabe lana hasierako planteamendutik asko aldendu baita eta aldaketa asko egin behar izan ditut.

Ikerketa honetan burututako lana baliagarria izango zait etorkizunean hezkuntza munduan lan egitean. Ikerketa honek jarraipena emateko aukera eskaintzen dit edo ikerketa hau oinarri hartuta sakontzeko eta ondorio ezberdinak ateratzeko aukera dago. Horrez gain, ikerketa landuagoa ere egin daiteke, ikerketa honetan kontutan hartutako aldagaiez gain, beste aldagai ezberdin batzuei eutsi eta beste zentzu bat emateko. Esaterako, garaipenaren aldagaia sartu daiteke, garaipenaren eta porrotaren aurrean bizitutako emozio ezberdinak ikertuz.

Hezkuntzari so eginez, lan honekin konturatu naiz emozioek hezkuntza munduan bigarren mailako papera jokatzen dutela, izan ere, Heziketa Fisikoko saioetan ikasleek emozio asko bizitzen dituzte eta irakasle gehienek emozio horiei garrantzia urria ematen diote. Baina ez bakarrik irakasleek, gaur egungo Hezkuntza Curriculumean emozioen arloari garrantzia ematen bazaio ere, ondoren praktikan ez da ikusten eta garrantzi gehiago ematen zaio curriculumaren beste aspektu batzuk barneratzeari, hau da, irakasleek garrantzia gehiago ematen diete gaitasun fisiko eta motorrei. Gainera, emozioei garrantzia ematean ez du ekarriko curriculumaren barnean zehazten diren aspektuak barneratzea soilik, baizik eta, hezitzaile zein ikasleei hobekuntza pertsonalak izatea ahalbidetuko die, ez bakarrik arlo emozionalean, arlo sozialen ere.

Beste pertsonen emozioak zeintzuk diren ezagutu eta horiek errespetatuz enpatia edo errespetua bezalako baloreak barneratzeko tresna bilakatzen da. Beraz, hezkuntza-munduan emozioen trataerari dagokionez asko hobetzeko dago, batez ere, arlo praktikoan ematen zaion garrantzia eta erabileraren inguruan. Hau hobetuz ikasleen garapena aberasgarria izango da.

8. BIBLIOGRAFIA

Adams, E. (2003). *Emociones y educación: qué son y cómo intervenir desde la escuela*. Bartzelona: Graó.

Bisquerra, R. (1989). *Métodos de investigación educativa*. Bartzelona: Ceac.

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Bartzelona: CISS Praxis Educación.

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.

Darder, P. (2003). Las emociones y la EF, in Adams, E. (2003). *Emociones y educación: qué son y cómo intervenir desde la escuela*. Bartzelona: Graó, 11-16.

Goetz, J. eta LeCompte, M. (1988). *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Madril: Ediciones Morata.

Jaquiera, A., Lavega, P., Lagardera, F., Araujo, P. eta Rodrigues, M. (2014). Educando para la paz jugando: género y emociones en la práctica de juegos cooperativos competitivos. *Educatio Siglo XXI*, 32 (2), 15-32.

Lagardera, F. eta Lavega, P. (2005). *Introducción a la praxeología motriz*. Bartzelona: Editorial Paidotribo

Lagardera, F. eta Lavega, P. (2011). Educación física, conductas motrices y emociones. *Ethologie & Praxiologie*, 16, 3-43.

Lavega, P., March, J. eta Filella, G. (2013). Juegos deportivos y emociones. Propiedades psicométricas de la escala GES para ser aplicada en la Educación Física y el Deporte. *Revista de Investigación Educativa*, 31(1), 151-165.

Mateu, M., Romero-Martin, M., Gelpi, P., Rovira, G. eta Lavega, P. (2014). La educación emocional a través de las prácticas motrices de expresión. Perspectiva de género. *Educatio Siglo XXI*, 32(2), 49-70.

Parlebas, P. (2001). *Juegos, deportes y sociedades*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga: Universidad Internacional Deportiva.

Piñeiro, E. (2015). Observación participante: Una introducción. *Revista San Gregorio*, (Edición especial), 0-89.

Quecedo, R. eta Castaño, C. (2003). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*, 14, 5-40.

Rojas, G. (2002). La investigación etnográfica, un reto para comprender el acontecer del aula. *Revista electrónica Educare*, 3, 47-53.

Sáez de Ocáriz, U., Lavega, P., Lagardera, F., Costes, A. eta Serna, J. (2014). ¿Por qué te peleas? Conflictos motores y emociones negativas en la clase de Educación Física: en el caso de los juegos de oposición. *Educatio Siglo XXI*, 32(2), 71-90.

Sáez de Ocáriz, U., Lavega, P., Mateu, M. eta Rovira, G. (2014). Emociones positivas y educación de la convivencia escolar. Contribución de la expresión motriz cooperativa. *Revista de Investigación Educativa*, 32(2), 309-326.

Taylor, S., Bogdan, R. eta Piatigorsky, J. (1998). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.

9. ERANSKINAK

1.ERANSKINA: Bat-bateko galderen protokoloa

GALDERA NAGUSIAK

Emozio positiboak sentitu dituzu? Zeintzuk?

.....
.....
.....

Emozio negatiborik sentitu duzu? Zein?

.....
.....
.....

GALDERA OSAGARRIAK

Gustura sentitzen zara?

.....

Pozik zaude?

.....

Motibatuta egon zara jardueran zehar?

.....

Nola sentitu zara gaizki egin duzunean? Eta ondo egin duzunean?

.....

Triste sentitzeko aukera izan duzu?

.....

Beldurra sentitu duzu?

.....

OHARRAK

.....
.....
.....

2.ERANSKINA: Bat-bateko galderen datu batze fitxa

| Egoera motorra | Lankidetza | | | | | | |
|-------------------|------------|-------------|---------|------------|----------|-----------|------------|
| Emozio positiboak | Motibazioa | Poztasuna | Gogoia | Dibertsioa | Umorea | Maitasuna | Alaitasuna |
| | | | | | | | |
| Emozio negatiboak | Beldurra | Antsietatea | Amorrua | Haserrea | Tristura | Lotsa | Errefusa |
| | | | | | | | |

| Egoera motorra | Aurkaritza | | | | | | |
|-------------------|------------|-------------|---------|------------|----------|-----------|------------|
| Emozio positiboak | Motibazioa | Poztasuna | Gogoia | Dibertsioa | Umorea | Maitasuna | Alaitasuna |
| | | | | | | | |
| Emozio negatiboak | Beldurra | Antsietatea | Amorrua | Haserrea | Tristura | Lotsa | Errefusa |
| | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--------------------------|------------------------------------|--------------------|----------------|-------------------|-----------------|------------------|-------------------|
| Egoera motorra | Lankidetzza/ Aurkaritza | | | | | | |
| Emozio positiboak | Motibazioa | Poztasuna | Gogoa | Dibertsioa | Umorea | Maitasuna | Alaitasuna |
| | | | | | | | |
| Emozio negatiboak | Beldurra | Antsietatea | Amorrua | Haserrea | Tristura | Lotsa | Errefusa |
| | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--------------------------|---------------------|--------------------|----------------|-------------------|-----------------|------------------|-------------------|
| Egoera motorra | Psikomotorra | | | | | | |
| Emozio positiboak | Motibazioa | Poztasuna | Gogoa | Dibertsioa | Umorea | Maitasuna | Alaitasuna |
| | | | | | | | |
| Emozio negatiboak | Beldurra | Antsietatea | Amorrua | Haserrea | Tristura | Lotsa | Errefusa |
| | | | | | | | |

4.ERANSKINA: Egunerokoa

| LANKIDETZA SAIOIA | | | |
|--|------------|--------------|-------|
| Eguna | 2015/11/24 | Ordua | 15:00 |
| HASIERAKO OHAR OROKORRAK | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> -Ikasleak nahiko urduri egon dira eta hasieran asko kostatu zaie atentzioa jartzea. -Saioaren azalpenak eman dizkiet eta emozioei arreta jartzeko gogorarazi diet (aurretik lanketa eginda daukate) -Saioaren helburua zein zen azaldu diet (lankidetza) eta hasiera ulertzea kostatu bazaie ere jarduera ezberdinen adibideak jarriz ondo ulertu dute. -Saioan zehar erronkak planteatzeak ikasleak asko motibatu ditu. | | | |
| SAIOAN ZEHAR EMANDAKO OHARRAK | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> -Estrategia ikasleek pentsatu dituzte. -Hiru estrategia ezberdin erabili dituzte: taldekide bakoitzak zenbaki bat jarri eta ordenan jotzea, denak zirkuluan jarri eta bat erdian jartzea eta hirugarrenean, taldekideen izenekin funtzionatu dute. -Kostatu egin zaie helburua lortzea. -Talde mistoak egin dira. -Bi talde ondo moldatu dira, ez da haserrerik egon taldekideen artean. -Talde baten mutilek hartu dute protagonismoa eta neskak desplazatuta sentitu dira. Hainbat emozio negatibo ikusi dira; haserrea, amorrua eta tristura. -Helburua lortzean ikasleek poza eta motibazioa erakutsi dute, jarduera guztian emozio horiek erakutsiz. -Saioan zehar erronkak planteatzeak ikasleak asko motibatu ditu. -Orokorrean ikasle denek erakutsi dute motibazioa eta gogoia jarduera ezberdinen aurrean. | | | |

| AURKARITZA SAIOIA | | | |
|--|------------|--------------|-------|
| Eguna | 2015/12/15 | Ordua | 15:00 |
| HASIERAKO OHAR OROKORRAK | | | |
| <p>-Ikasleak saioaren eginbeharra ulertzen zuten, aurretik burututa baitzuten.</p> <p>-Taldea nahiko aktibo zegoen eta gogotsu hartu dute saioa.</p> <p>-Hastea kostatu zaie, entzuteko arazoak erakutsi dituzte.</p> <p>-Aurkaritzaren inguruan eta emozioen inguruan hitz egin dugu eta ondo ulertu dute eginbeharrekoa.</p> | | | |
| SAIOAN ZEHAR EMANDAKO OHARRAK | | | |
| <p>-Motibazio eta gogo maila altua erakutsi dute.</p> <p>-Binakako baina aurkaritzan egiteko jardueretan binaka jarri dira eta segurtasun handia eman die. Beraien arteko pikeak asko motibatu ditu ikasleak.</p> <p>-Asko dibertitu dira, barre algara asko entzun baitira.</p> <p>-Jardueraren bat ondo burutu ezean emozio negatiboak ikusi ahal izan dira: amorrua, antsietatea edo haserrea.</p> <p>-Ikasleei amorru handia eman die beraien lagunak irabaztea eta beraren lagunari irabazteak asko poztu die.</p> <p>-Saioan zehar bikoteak aldatzen joan naiz eta honek ez die graziarik egin, nire erabakiaren aurrean errefusa adieraziz.</p> | | | |

| LANKIDETZA/AURKARITZA SAIOIA | | | |
|---|------------|--------------|-------|
| Eguna | 2015/12/20 | Ordua | 11:00 |
| HASIERAKO OHAR OROKORRAK | | | |
| <p>-Ikasleek oso ondo bereizi dituzte lankidetzaz eta aurkaritzaz eta saio honen helburua bi horiek batzea izanda, oso ondo ulertu dute helburua zein den.</p> <p>-Ikasleak urduri zeuden, Gabonak tarteko baitzeuden.</p> <p>-Saioa hastean lasaitu dira eta nahiko ondo funtzionatu dute.</p> | | | |
| SAIOAN ZEHAR EMANDAKO OHARRAK | | | |
| <p>-Hainbat ikasleek taldeak egitean errefusa erakutsi dute hasiera. Hala ere, saioa aurrera joan den heinean ahaztu eta ondo funtzionatu dute.</p> <p>-Taldea baten mutilek hartu dute protagonismoa eta neskek ez dute hainbeste parte hartu.</p> <p>-Beste taldeak ondo funtzionatu du eta jarduerak eskatzen zuen estrategia guztien artean adostu dute.</p> <p>-Taldea guztiek jardueran zehar gogoia eta motibazioa erakutsi dute, baina jardueran amaitzean emozio ezberdinak adierazi dituzte; beraien ustez ondo egin ez badute haserrea eta amorruek bezalako emozioak adierazi dituzte, eta helburua lortu dutenean, poztasuna eta alaitasuna.</p> <p>-Taldea mistoen aurrean hainbat ikasleek desadostasuna erakutsi dute.</p> <p>-Taldea aritzean ikasleak asko motibatu dira eta saioan zehar laguntasun asko ikusi ahal izan da.</p> | | | |

| SAIO PSIKOMOTORRA | | | |
|---|-----------|--------------|-------|
| Eguna | 2016/1/12 | Ordua | 11:00 |
| HASIERAKO OHAR OROKORRAK | | | |
| <p>-Ikasleak saioaren eginbeharra ulertzen zuten, aurretik burututa baitzuten.</p> <p>-Taldea nahiko aktibo zegoen eta gogotsu hartu dute saioa.</p> <p>-Hastea kostatu zaie, entzuteko arazoak erakutsi dituzte.</p> <p>-Saioaren helburua ulertu dute.</p> | | | |
| SAIOAN ZEHAR EMANDAKO OHARRAK | | | |
| <p>-Txokotan banatzean hainbat ikaslek errefusa erakutsi dute eta ez dute hainbeste motibazio erakutsi hasieran.</p> <p>-Saioan zehar, planteatutako jarduerak nahiko motibagarriak izan dira ikasleentzat eta gogotsu aritu dira gehienak.</p> <p>-Ikasleren bat egon da gisa honetako jarduerak ez zaizkionak gustatzen eta ez da oso gogotsu agertu.</p> <p>-Ikasleentzat berriak ziren gauzak izan dira eta gogo handia erakutsi dute.</p> <p>-Jardueren helburua lortzen ez zutenean (adibidez malabareak) amorrua eta haserrea erakutsi dute.</p> <p>-Hainbat ikaslek banakako jarduera hauen aurrean antsietatea erakutsi dute, asko kostatzen baitzaie banaka jarduerak egitea.</p> | | | |

4.ERANSKINA: Games And Emotions Scale galdetegia

GORPUTZ HEZKUNTZAKO SAIOA – IKASLEEN EMOZIOAK ETA SENTIMENDUAK

Galdetegi honetan gaur egin dugun saioan izan dituzuen emozioa eta sentimenduak identifikatzen eta ateratzen saiatuko gara. Horretarako, ondorengo esaldiak BAIEZTATU edo EZEZTATU beharko dituzue.

EMOZIO POSITIBOAK

| | BAI | EZ |
|------------|-----|----|
| Motibatuta | | |
| Pozik | | |
| Gogoa | | |
| Dibertsioa | | |
| Umorea | | |
| Maitasuna | | |
| Alaitasuna | | |

EMOZIO NEGATIBOAK

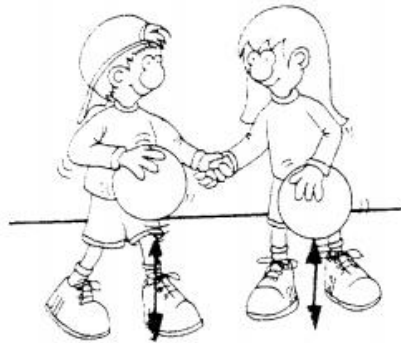
| | BAI | EZ |
|-------------|-----|----|
| Beldurra | | |
| Antsietatea | | |
| Amorrua | | |
| Haserrea | | |
| Tristura | | |
| Lotsa | | |
| Errefusa | | |

5.ERANSKINA: Unitate didaktikoa: Egoera motor ezberdinen saioak

SEKUENTZIA DIDAKTIKOA EGOERA MOTORRAK

| 1.SAIOA | Lankidetzeta |
|---|--------------|
| <p>JARDUERAREN DESKRIBAPENA</p> <p>Aktibazioa:</p> <p>-Beroketa: Ikasleak artikulazioak berotuko dituzte.</p> <p>-Baloï hegalaria: Bi taldetan banatuta, ikasleak baloia airean mantentzen saiatu beharko dira eskuarekin jotzen. Jotzerako orduan, ikasleek baloia bi eskurekin jo beharko dute eta jotzen duten bakoitzean beraien izena esan. Baloia txandaka jo beharko da eta gutxienez berriz jo ahal izateko 3 ikaslek jo beharko dute baloia.</p> <p>Atal nagusia:</p> <p>-Trena: Ikasleak ilara bat osatuko dute bata bestearen atzean jarrita. Helburua, ikasleen artean baloia pasatzea izango da aurretik atzera eta atzera iristen denean, azkena dagoen ikaslea aurrera etorri beharko da. Baloia ikasleen artean modu ezberdinetan pasatu beharko dute: alboz, goitik, behetik,...</p> <div data-bbox="496 1153 1098 1361" data-label="Image"> </div> <p>-Paseak errebotekin: Ikasleak bi taldetan banatuta ilara bat osatuko dute eta ilararen aurrean beste ikasle bat jarriko da aurrez aurre. Helburua ikasleen artean paseak egiten joatea da aurrez aurre eta baloia pasatutakoan ilaran dauden ikasleak jarri egin beharko dira baloia atzera iritsi arte. Horrela, behin eta berriz errepikatuko dute aurrean denak egon arte.</p> <div data-bbox="466 1675 1129 2004" data-label="Image"> </div> | |

-Zirkuitua: Ikasleak binaka jarrita zirkuitu bat pasatu beharko dute, baina zirkuitua baloiak botatzen osatu beharko dute. Bikotea eskutik helduta egongo da eta zirkuitu osoa pasatu beharko dute eskutik helduta eta bakoitza baloi batekin boteak eginez.



Lasaitasuna

-Musika zuzendaria: Ikasle bat zirkuluaren erdian jarriko da eta begiak itxiko ditu. Irakasleak musika zuzendari bat aginduko du eta hau izango da instrumentu ezberdinak jotzearen arduraduna. Erdikoak begiak zabalik dituela zuzendaria instrumentuak jotzen hasiko da, denbora batera hauek aldatzen joanez. Erdikoak zuzendaria zein den asmatu beharko du.

| Materiala | Espazioa | Denbora |
|--|------------|------------|
| -Baloi biguna. -Uztaiak -Konoak -Bankua | -Frontoia. | 60 minutu. |

| 2.SAIOA | Aurkaritza | |
|--|------------|-----------|
| JARDUERAREN DESKRIBAPENA | | |
| <i>Aktibazioa:</i> | | |
| - <u>Beroketa</u> : Ikasleak artikulazioak berotuko dituzte. | | |
| - <u>Oilarren borroka</u> : Binaka jarriko dira ikasleak eta bi hankatan makurtuta daudelarik borroka bat egingo dute. Bi eskuak emanda dituztela helburua besteari bultza egitea da oreka galdu eta lurrera erortzeko. Bost partida jolastuko dira eta hiru irabazten dituenak irabaziko du. | | |
| <i>Atal nagusia:</i> | | |
| - <u>Elefante harrapaketa</u> : Ikasleak espazioan zehar banatuta egongo dira eta harrapatzaile bat egongo da. Harrapatzailea elefantea izango da eta beste guztiak janaria. Helburua harrapatzaileak janaria jatea izango da, baina elefanteak tronpa irudikatu beharko du eskuekin eta horrekin harrapatu, guztiak harrapatu arte. | | |
| - <u>Zapiak lapurtzera</u> : Ikasleak banaka jarrita peto bat jarriko dute ipurdian eta helburua besteei petoa kentzea eta zuri petoa ez kentzea izango da. | | |
| <i>Lasaitasuna</i> | | |
| - <u>Pultsu txinoa</u> : Ikasleak binaka jarriko dira eta pultsu txinoa egingo dute. Horretarako, zutik aurrez aurre jarriko dira hanka bat aurrean dutelarik eta eskutik helduta. Helburua bestearen hanka mugitzea izango da baina eskuekin indarra eginez. | | |
| Materiala | Espazioa | Denbora |
| -Baloiak | Frontoia | 60 minutu |

JARDUERAREN DESKRIBAPENA

Aktibazioa:

-Beroketa: Ikasleak artikulazioak berotuko dituzte.

-Lau iskinen jolasa: Ikasleak 5 pertsonako taldetan banatuko dira. Lau pertsonen artean karratu bat osatuko dute iskina bakoitza etxe bat delarik. Bestea erdian jarriko da eta ez du etxerik izango. Irakaslearen esanetan, ikasleak etxerik aldatu beharko dute eta erdikoak etxe bat bilatu beharko du. Beti egongo da ikasle bat etxe gabe erdian jokatuko dena.

Atal nagusia:

-Baloi eseria karratuan eta lau espaziotan: Zelaiak bi eremu izango ditu; karratua eta karratuaren kanpokoak. Ikasleak karratuaren barruan sartuko dira eta bertan baloi eseria egingo dute. Hainbat baloi egongo dira eta ikasleak beste ikaskideak jotzen saiatuko dira hauek eliminatzeko asmoz. Eliminatua den ikaslea karratutik kanpora aterako da eta bertan egongo da zain barrutik jaurtitzen duten baloien bat karratutik atera eta hartzeko. Baloi hartzen duenak berriz karratura sartu eta jolasarekin jarraitzeko aukera izango du. Barruan dauden ikasleak baloiarekin bi pausu bakarrik eman ahal izango dituzte. Barruko eremua lau espazioz osaturik egongo da eta gutxienez taldekide bat egon beharko da espazio bakoitean.

-Bandera lapurtzera: Bi talde egongo dira eta talde bakoitzak bere zelaietan dagoen etxe batean bandera bat izango du. Helburua beste taldeko etxean sartu eta bandera bakoitzaren taldeko etxera eramatea izango da. Horretarako, ikasleak beraien zelaitik aterako dira besteen zelaiak zeharkatu eta bandera hartzeko asmoz. Behin bandera eskuetan dutela, alderantzizko bidea egiten saiatuko dira eta bandera beraien etxera eraman beharko dute. Ikasleak, harrapatuak izan daitezke besteen zelaietan sartzen diren momentuan eta harrapatuak izaten diren ikasleak lekuan jarriko dira beraien taldeko kide batek ukitu eta libre gelditu arte.

Lasaitasuna

-Bomba

| Materiala | Espazioa | Denbora |
|-----------------------------|----------|-----------|
| Konoak, baloia eta bandera. | Frontoia | 60 minutu |

| 4.SAIOA | Psikomotorra | |
|--|--------------|-----------|
| JARDUERAREN DESKRIBAPENA | | |
| Aktibazioa: | | |
| - <u>Beroketa</u> : Ikasleak artikulazioak berotuko dituzte. | | |
| Atal nagusia: Txokoak | | |
| 1.Malabareak: Ikasleak teniseko pilotekin malabareak egingo dituzte, errazenetik hasita, zailtasun handiagoa duten beste batzuk egitera pasatuz. | | |
| 2.Hieroglifikoak: Ikasleak hieroglifikoak memorizatu beharko dituzte eta frontoiaren beste aldean duten paper zurian bete. Guzti hau korrika egin beharko dute eta denbora tarte bat izango dute beste aldean dagoen hieroglifikoa osatzeko. Itzuli bakoitzean beraien nahi dituzten irudiak memorizatuko dituzte. | | |
| 3.Sokasaltoa | | |
| Lasaitasuna | | |
| Masajea | | |
| Materiala | Espazioa | Denbora |
| -Pilotak -Sokak. -Hieroglifiko papera. | Frontoia | 60 minutu |